

Montag

Frauengesprächskreis
10.00 - 12.00 Uhr

Ursula Herbig

Gymnastik *
VHW Julius-Vosseler-Str. 10
11.30 - 12.30 Uhr

Dagmar Kruse

YOGA auf dem Stuhl *
12.00 - 13.00 Uhr
Kieler Strasse 426-428

Chr. Neubauer

Italienisch mit Vorkenntnissen *
14.00 - 15.30 Uhr

Markus Knak

Canasta und Skat
14.00 - 18.00 Uhr

Rockmusik und Schlager *
mit den "Faltenrockies"
14.30 - 16.30 Uhr
im LAB-Treffpunkt ALTONA
Eulenstr. 43 in der MOTTE

Dienstag

Aquarellmalen *
10.00 - 12.00 Uhr
04.12. und 18.12.2018

Andrea Berndt

"mach mit-bleib fit" *
Gymnastik für Senioren
10.00 - 11.00 Uhr

Christian Lorentz

Bridge mit Vorkenntnissen
10.30 - 12.00 Uhr

Beckenbodengymnastik *
11.15 - 12.30 Uhr

Dagmar Kruse

Handarbeit
13.00 - 15.30 Uhr

Ursula Herbig

Dienstag

Computer für Anfänger *
13.15- 14.00 Uhr

Angelika Günther

Computer mit Vorkenntnissen *
14.15 - 15.00 Uhr

Angelika Günther

Italienisch mit Vorkenntnissen *
14.00 - 15.30 Uhr

Markus Knak

Wassergymnastik *
14.00 - 14.50 Uhr und 14.55 - 15.45 Uhr
VHW Julius-Vosseler-Str. 10

Regina Guhr

Englisch mit Vorkenntnissen *
16.00 - 17.00 Uhr

Helen Buxton

Schach für Anfänger und Fortgeschr.
14.00 - 17.00 Uhr

Georg Winter

Mittwoch

Nordic Walking -
10.00 - 11.00 Uhr
Treffpunkt: U-Bahn Hagendeel

n.n.

Englisch mit Vorkenntnissen *
9.45 - 11.15 Uhr

Connie Knopf

Qigong *
10.00 - 11.00 Uhr

Anne Timm

Fit im Kopf - Gedächtnis und mehr *
mit Spiel und Spaß
11.15 - 12.45 Uhr

Brigitte Kersten

Spaziergang Hamburg
14.00 - 18.00 Uhr
Treffpunkt: U-Bahn Hagenbeck (bei Edeka)

Spanisch - Anfänger *
14.00 - 15.00 Uhr

Renee Weinhold

Donnerstag

Computerkurse *
10.30 - 18.00 Uhr
(Termine nach Absprache)

Werner Schöffel
Tel.: 28002756

Bridge für Fortgeschrittene
9.30 - 12.30 Uhr

Marianne Kühl

Englisch für Anfänger *
11.00 - 12.00 Uhr

Conny Knopf

Töpfern
10.00 - 12.00 Uhr

Dina Golzmann

Skat und Canasta
14.00 - 17.00 Uhr

Englisch für Fortgeschrittene *
15.50 - 16.50 Uhr

Helen Buxton

Englisch für Fortgeschrittene *
17.00 - 18.00 Uhr

Helen Buxton

Freitag

Spanisch mit Vorkenntnissen *
10.30 - 11.30 Uhr

Renee Weinhold

YOGA auf dem Stuhl *
11.30 - 12.30 Uhr

Chr. Neubauer

Wassergymnastik *
11.30 - 12.30 Uhr
VHW Julius-Vosseler-Str. 10

Dagmar Kruse

Malkurs *
14.00 - 16.00 Uhr
Termin: 07. und 14.12

Dina Golzmann

mit * gekennzeichnete Kurse und Veranstaltungen sind kostenpflichtig