

## Regelmäßiges

### MONTAG

11 - 13 Uhr - ab 12 h E.S.-  
**Kreatives Arbeiten**

14 - 18 Uhr - K.J.+ E.S.-  
14.00 Uhr: Kaffee und Kuchen\*

ab 14.15: **Skat und andere Spiele**

19 - ca. 22 Uhr K. Brkic  
**Kulturendialog –**  
Kroatische Konversation

### DIENSTAG

10 - 12.15 Uhr  
**Frühstück** \* Bitte vorher anmelden!  
Anschließend **Gedächtnistraining**  
C. Heise

14 - 15 Uhr - K.J.-  
**Darts** A. Fuhrich

15 - 17 Uhr - K.J.-  
**Unternehmungslustige ab 60**  
**in Aktion**

**Gäste / neue Besucher**  
**sind jederzeit**  
**herzlich willkommen!**  
**Schauen Sie einfach mal herein.**

### MITTWOCH

10.30 - 11.30 Uhr  
**Rückengymnastik\*** S. Löhner  
fortlaufender Kurs

12 - 13.30 Uhr - E. S. -  
**PC - Beratung /** H. Wruck  
**Hilfe /Training \***

14 - 15.30 Uhr - am 2. u. 4. Mi. im Monat  
**Wii-Sports - Bowling** - E.S.-  
Spaß und Bewegung beim Bowling ohne Bücken  
und schwere Kugeln

16.15 - 17.45 Uhr - nicht am 1. Mi. im Monat  
**Englisch (Wiedereinsteiger) \*** E. Frey

### DONNERSTAG

11 - 12.30 Uhr R. Weinhold  
**Spanisch \*** - Anfänger

14 - 18 Uhr G. Drazic  
14.00 Uhr: Kaffee & Kuchen

ab 14.15 Uhr: **Skat/Gesellschaftsspiele**

### FREITAG

10 - 11.30 Uhr - ab 11 h - E.S./K.J.-  
**Chor** K. Schröder

13 - 14 Uhr N. N. - E.S./K.J.-  
**Qigong \*** fortlaufender Kurs für mehr  
Lebensenergie und zur Entspannung

14 - 15 Uhr - E.S./K.J.-  
**Klönrunde**

Programmänderungen vorbehalten  
(\* = Angebote mit Kostenbeteiligung)

## SONSTIGES

Dauerausstellung der  
Aquarellgruppe



**Sonntag, 04. November, 15 Uhr**  
**Literaturkreis** P. Dürkop



**Mittwoch, 07. November, 15 Uhr**  
**Bingo** M. Gebhardt

**Samstag, 10. November, 14 Uhr**  
**Skat**



**Sonntag, 11. November, 11 Uhr**  
**Freundeskreis**

**Sonntag, 11. November, 15 Uhr**  
**Gesprächskreis** M. Gebhardt

**Samstag, 24. November, 14 Uhr**  
**Skat**



**Sonntag, 25. Novemberr, 15 Uhr**  
**Gesprächskreis** M. Gebhardt

**Kino - Theater - Ausflüge**  
**Bitte Termine bei LAB Team erfragen**

**Wer stets das Haar sucht,**  
**dem entgeht die Suppe.**  
aus Lettland