

MONTAG

- 13.00 - 15.00 Uhr **Internetcafé**
- 15.00 - 16.00 Uhr **Qigong - Chinesische Heilgymnastik *☺**
mit Uwe Spiesky
- 18.00 - 19.30 Uhr **Impro-Theater**
mit Yannick Reimers

DIENSTAG

10.00 - 13.00 Uhr **Näh-Werkstatt „Heilig's Stöfle“**
NEU! NEU!
Für Anfänger und Könner *☺
mit Martina Pichler

15.30 - 18.00 Uhr **Bridge-Gruppe**
NOCH PLÄTZE FREI!

MITTWOCH

- 11.00 - 12.00 Uhr **Senioren-Gymnastik*☺**
mit Irmgard Damati
- 12.00 - 13.00 Uhr **Atemübungen *☺**
mit Irmgard Damati
- 13.00 - 14.00 Uhr **Gedächtnistraining *☺**
NEU! NEU!
mit Michaela Wiedener

DONNERSTAG

- 12.00 - 14.00 Uhr **Tablet- und Handyhilfe *☺**
mit Lidija Dekrell
- 15.00 - 16.30 Uhr **Spanisch-Konversation *☺**
NOCH PLÄTZE FREI!
mit Frau Renée Weinhold
Interessenten bitte anmelden!
- 14.00 - 18.00 Uhr **Kreativ-Werkstatt**
Stricken, Häkeln, Nähen und Papierbasteleien

FREITAG

- 13.00 - 18.00 Uhr **Freies Malen und Zeichnen**
- 17.00 - 21.00 Uhr **Freitags-Galerie**
Jeden 1. & 3. im Monat!
Wechselnde Ausstellungen der Gruppe „Grüner Jäger“ und Gastkünstlern

Sonstiges im August 2018

Sonntag, den 05.08.2018
14.00 - 17.00 Uhr **Nachbarschaftstreff**

Freitag, den 10.08.2018
19.00 - 21.00 Uhr **Schreibgruppe „Wertvoll“**
mit Yannick Reimers

Samstag, den 11.08.2018
09.00 - 20.00 Uhr **Nähtreff**
mit Martina Pichler

Dienstag den 14.08.2018
19:00 - 22:00 Uhr **Hmbg. Microcomputer Hochschulgruppe HMH e.V.**
www.hmh-ev.de

Am letzten Freitag des Monats
18:30 - 19:30 Uhr **Klangmeditation *☺**
mit Diana Wenck
z. Zt. Sommerpause!

- * - Angebote mit Kostenbeteiligung.
- ☺ - Teilnahme mit Anmeldung, bitte per E-Mail oder Telefon im Treffpunkt.

Vielen Dank !