

## MONTAG

- 10:00 - 12:30 Uhr **Bridge-Gruppe**  
NOCH PLÄTZE FREI!
- 13:00 - 15:00 Uhr **Internetcafé \***
- 15:00 - 16:00 Uhr **Qigong - Chinesische Heilgymnastik \*☺**  
mit Uwe Spiesky
- 16:30 - 19:00 Uhr **Origami-Kurs für Anfänger \***  
Japanische Papier-Basteleien  
mit Johanna Pless

## DIENSTAG

- 13:00 - 18:00 Uhr **Tischtennis spielen**  
in geselliger Runde  
**NEU!**
- 15:00 - 16:00 Uhr **Englischer Gesprächskreis für Anfänger \***  
und...  
**für Fortgeschrittene \***  
mit Jan Twesten  
**NEU!**
- 16:00 - 17:30 Uhr **Näh-Werkstatt „Heilig's Stöfle“ \*☺**  
für Anfänger & Könnler  
mit Martina Pichler  
**NOCH PLÄTZE FREI!**

## MITTWOCH

- 11:00 - 12:00 Uhr **Senioren-Gymnastik\*☺**  
mit Irmgard Damati
- 12:30 - 14:30 Uhr **Klönschnack bei Kaffee + Kuchen \***  
mit Hannelore Rettinger  
**NEU!**
- 20:00 - 21:15 Uhr **„Work Out“ \*☺**  
Übungen für Bauch, Beine, Po und Rücken  
mit Helga Kalusche  
**NEU!**

## DONNERSTAG

- 14:00 - 18:00 Uhr **Kreativ-Werkstatt**  
Stricken, Häkeln, Nähen und Papierbasteleien
- 15:00 - 16:30 Uhr **Spanisch-Konversation \*☺**  
mit Frau Renée Weinhold  
**NOCH PLÄTZE FREI!**

## FREITAG

- 13:00 - 18:00 Uhr **Freies Malen und Zeichnen**
- 18:00 - 22:00 Uhr **Freitags-Galerie: 1.+ 3. Freitag/Monat WECHSELNDE AUSSTELLUNGEN & VERANSTALTUNGEN der Künstler-Gruppe „Der Grüne Jäger“ und Gastkünstlern**

## Sonstiges im September 2019

**Sonntag, den 01.09.**  
14 - 17 Uhr **Nachbarschaftstreff**

**Montag, den 02.09.**  
20 - 22 Uhr **Literatur-Club ☺**  
mit Frank Müller  
Anmeldung: frank.20359@gmx.de

**Donnerstag, den 05.09.**  
19 - 21 Uhr **Impro-Theater ☺**  
mit Yannick Reimers

**Dienstag, den 10.09.**  
19 - 22 Uhr **HH Microcomputer e.V.**  
[www.hmh-ev.de](http://www.hmh-ev.de)

**Freitag, den 13.09.**  
19 - 21 Uhr **Schreibgruppe ‚Wertvoll‘☺**  
mit Yannick Reimers

**Samstag, den 14.09.**  
09 - 20 Uhr **Nähtreff \*☺**  
mit Martina Pichler

**Freitag, den 27.09.**  
20 - 22 Uhr **Musik-Session ☺**  
Zusammen musizieren  
mit Elisabeth Mensah

**Samstag, den 28.09.**  
14 - 17 Uhr **Porträt-Fotografie \*☺ Workshop**  
mit Helmut Pichler (Fotograf)  
Anmeldung: 0176 7677 5958 oder pichlerfotografie.de

- \* - Angebote mit Kostenbeteiligung.  
☺ - Teilnahme mit Anmeldung, bitte per  
E-Mail: [st.pauli@labhamburg.de](mailto:st.pauli@labhamburg.de) oder  
Telefon: 040/ 43 55 45