

Programm im September 2026

**Mittagstisch in netter Runde von Montag bis Freitag jeweils um 12.30 Uhr.
Bitte melden Sie sich am Vortag bis 10.00 Uhr an!**

01.09 Dienstag

- 09:30 Uhr Yoga
- 11:00 Uhr Italienisch für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen
- 12:15 Uhr Italienisch für Anfänger*innen
- 14:00 Uhr Kreativangebot mit Franziska Ahl

02.09 Mittwoch

- 10:30 Uhr Osteoporose-Gymnastik
- 14:30 Uhr Aquarellkurs mit Doris Dietz

03.09 Donnerstag

- 09:30 Uhr Frauenfrühstück +
- 09:30 Uhr Französisch für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen
- 14:00 Uhr Spielenachmittag

04.09 Freitag

- 11:00 Uhr Yoga mit Verena Illmer
- 15:00 Uhr Trommelworkshop

07.09 Montag

Keine Kurse nur Mittagstisch

08.09 Dienstag

- 09:30 Uhr Yoga
- 11:00 Uhr Italienisch für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen
- 12:15 Uhr Italienisch für Anfänger*innen
- 13:45 Uhr Ausflug für Menschen ü80

09.09 Mittwoch

- 10:30 Uhr Osteoporose-Gymnastik
- 14:30 Uhr Aquarellkurs mit Doris Dietz

10.09 Donnerstag

- 09:30 Uhr Französisch für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen
- 14:00 Uhr Lesung mit Henri Hirt

11.09 Freitag

- 11:00 Uhr Yoga mit Verena Illmer

13.09 Sonntag

- 14:30 Uhr Trauercafé

14.09 Montag

- 09:30 Uhr Rehasport/Sturzprophylaxe
- 14:00 Uhr kleiner Nähtreff mit Nico

15.09 Dienstag

- 09:30 Uhr Yoga
- 11:00 Uhr Italienisch für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen
- 12:15 Uhr Italienisch für Anfänger*innen

16.09 Mittwoch

- 10:30 Uhr Osteoporose-Gymnastik
- 14:30 Uhr Aquarellkurs mit Doris Dietz

17.09 Donnerstag

09:30 Uhr Französisch für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen

14:00 Uhr Singstunde mit Elke

18.09 Freitag

11:00 Uhr Yoga mit Verena Illmer

21.09 Montag

09:30 Uhr Rehasport/Sturzprophylaxe

22.09 Dienstag

09:30 Uhr Yoga

11:00 Uhr Italienisch für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen

12:15 Uhr Italienisch für Anfänger*innen

23.09 Mittwoch

10:30 Uhr Osteoporose-Gymnastik

14:30 Uhr Aquarellkurs mit Doris Dietz

24.09 Donnerstag

09:45 Uhr Französisch für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen

14:00 Uhr Gedächtnistraining mit Marion Silvery

25.09 Freitag

11:00 Uhr Yoga mit Verena Illmer

26.09 Samstag

14:00 Uhr Café Oase – Kaffee, Kuchen und Schmuckflohmarkt am
Heidelberger Herbst

28.09 Montag

09:30 Uhr Rehasport/Sturzprophylaxe

29.09 Dienstag

09:30 Uhr Yoga

11:00 Uhr Italienisch für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen

12:15 Uhr Italienisch für Anfänger*innen

30.09 Mittwoch

10:30 Uhr Osteoporose-Gymnastik

14:30 Uhr Aquarellkurs mit Doris Dietz