

Montag

Vormittag:

Sturzprophylaxe

9:30 - 10:30

Bridge

10:00 - 12:00

Tai Chi

11:00 - 12:15

Nachmittag:

Fit wie ein Turnschuh

13:00 – 14:00

Montags- Wanderer

13:45 (Uhrzeit
variiert nach
Jahreszeit)

Rommé/ Skat

14:00 - 16:30

Digitalstammtisch

15:00 – 16:30 Uhr

Dienstag

Vormittag:

Gehirntraining Fortgeschrittene

10:00 – 11:15

Nachmittag: Bingo

14:00 - 16:00

1. im Monat

Nachbarschafts- strickcafé

14:30 – 16:30

2. und 4. im
Monat

Mittwoch

Vormittag:

Yoga mit Stuhl

09:30 - 10:45

Gehirntraining Neueinsteiger

10:00 - 11:15

Gymnastik auf dem Willi

10:00 - 10:30

Bewegungstreff Südstadt

10:00 - 10:30

Nachmittag:

Lebenslinien - Autobiografien schreiben

14:30 - 15:45

2. & 4. im Monat

Darts

15:30 - 17:00

Donnerstag

Vormittag:

Tai-Chi im Sitzen

9:30 - 10:30

Nachmittag:

Stammtisch Ü55

15:00 – 17:00

1. im Monat

Freitag

Vormittag:

English Conversation

10:00 – 11:00

English

Beginner

11:15 – 12:15

Nachmittag:

Gesprächsrunde

(1x im Monat)

13:15 – 14:15

Tango

15:00 - 16:30