

GRUPPEN UND KURSE

TERMINÜBERSICHT GRUPPEN UND KURSE

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
09:00 – 12:00 Töpfern	ab ca. 09:00 1-2x mtl. Di /Do Wandergruppe	09:00 – 10:30 Feldenkrais		ab ca. 08:00 1x mtl. Berg- wandern
09:30 – 11:00 Spanischkurs	09:00 – 10:30 Englischkurs	09:30 – 11:00 Italienischkurs	09:30 – 12:00 Aquarellmalkurs	
09:45 – 10:45 11:00 – 12:00 Sitzgymnastik I+II	09:30 – 10:30 10:45 – 11:45 Wirbelsäulen- gymnastik I+II	09:00 – 10:30 10:45 – 11:45 Gedächtnis- training		09:15 – 10:45 Französisch 10:00 – 12:30 Acrylmalkurs
10:00 – 11:30 Neu ab März: 1x mtl. Biografische Schatzsuche	9:30 – 11:00 1x mtl. Philosoph. Café 09:45 – 13:00 Handy- / PC- Sprechstunde	10:45 – 12:15 Französisch Konversation 11:00 - 12:30 Volkstänze	10:45 – 11:45 Leichte Gymnastik	11:00 – 12:00 Osteoporose- gymnastik 11:15 – 12:15 Veeh-Harfe
12:00 Mittags- tisch	12:00 Mittags- tisch	12:00 Mittags- tisch	12:00 Mittags- tisch	
14:00 – 15:30 1. Mo im Monat Trauer-Café	12:45 – 16:15 1x mtl. Beratung AGM	13:45 – 14:45 Faszien Qi Gong	12:00 – 13:00 Wirbelsäulen- gymnastik	12:15 – 13:15 Neu: Rhythmisches Fitnessstraining mit Barbara Göbel
14:00 – 16:00 2. Mo im Monat Reparatur-Café	12:00 – 13:00 Neu: Pilates mit Julie Bichlmeir	15:00 – 16:00 Qi Gong	13:15 – 14:15 Fitnessgymnastik	
14:00 – 15:00 1x mtl. Sing-Treff	14:00 – 15:30 14tägig Gruppe Lichtblick	14:00 – 15:30 14tägig Gruppe Perspektive(n)	13:30 – 16:00 Acrylmalkurs	
15:00 – 16:00 Qi Gong	13:30 – 14:30 Neu: Bewegung für die grauen Zellen Mit Karin Unterlechner	14:00 – 15:30 2. Mi im Monat Angehörigen- Treff Demenz 15:00 – 16:00 1x mtl. Young Caritas Smart- phonesprechstd.	14:00 – 16:00 Spielenachmittag 14:30 – 16:00 T'ai Chi Kurs 13:30 – 15:30 1x mtl. Sinnes- spaziergang/Hund	