

# GRUPPEN UND KURSE

## TERMINÜBERSICHT GRUPPEN UND KURSE

| Montag   | Dienstag  | Mittwoch  | Donnerstag  | Freitag   |
|--|---|---|---|---|
| 09:00 – 12:00<br>Töpfern                             | ab ca. 09:00<br>1 -2x mtl.<br>Wandergruppe                        | 09:00 – 10:30<br>Feldenkrais                                    |   | ab ca. 08:00<br>1x mtl. Berg-<br>wandern                      |
| 09:30 – 11:00<br>Spanischkurs                        | 09:00 – 10:30<br>Englischkurs                                     | 09:30 – 11:00<br>Italienischkurs                                | 09:30 – 12:00<br>Aquarellmalkurs                                    | 09:00 – 10:30<br>Yoga-Kurs                                    |
| 09:45 – 10:45<br>11:00 – 12:00<br>Sitzgymnastik I+II | 09:30 – 10:30<br>10:45 – 11:45<br>Wirbelsäulen-<br>gymnastik I+II | 09:00 – 10:30<br>10:45 – 11:45<br>Gedächtnis-training           |   | 09:15 – 10:45<br>Französisch<br>10:00 – 12:30<br>Acrylmalkurs |
|  | 9:30 – 11:00<br>1x mtl.<br>Philosoph. Café                        | 10:45 – 12:15<br>Französisch<br>Konversation                    |   | 11:00 – 12:00<br>Osteoporose-<br>gymnastik                    |
|  | 09:45 – 13:00<br>Handy- / PC-<br>Sprechstunde                     | 11:00 - 12:30<br>Volkstänze                                     | 10:45 – 11:45<br>Leichte Gymnastik                                  | 11:15 – 12:15<br>Veeh-Harfe                                   |
| 12:00 Mittagstisch                                   | 12:00 Mittagstisch  | 12:00 Mittagstisch  | 12:00 Mittagstisch  |   |
| 14:00 – 15:30<br>1x mtl.<br>Trauer-Café              | 12:45 – 16:15<br>1x mtl. Beratung AGM                             | 13:45 – 14:45<br>Faszien Qi Gong                                | 12:00 – 13:00<br>Wirbelsäulen-<br>gymnastik                         |   |
| 14:00 – 16:00<br>1x mtl. Reparatur<br>Café           | 14:00 – 16:00<br>14tägig Gruppe<br>Lichtblick                     | 15:00 – 16:00<br>Qi Gong  | 13:15 – 14:15<br>Fitnessgymnastik                                   |   |
| 15:00 – 16:00<br>Qi Gong                             | 14:00 – 15:00<br>1x mtl.<br>Sing-Treff                            | 14:00 – 16:00<br>14tägig Gruppe<br>Perspektive(n)               | 13:30 – 16:00<br>Acrylmalkurs                                       |   |
|  | 14:00 – 15:30<br>1x mtl. Biografie mit<br>Hund                    | 14:00 – 15:30<br>2. Mi im Monat<br>Angehörigen-<br>Treff Demenz | 14:00 – 16:00<br>Spielenachmittag<br>14:30 – 16:00<br>T'ai Chi Kurs |   |
|  |   |   | 13:30 – 14:30<br>1x mtl. Sinnes-<br>spaziergang/Hund                |   |