



Wochenprogramm Seniorentreff

Vom 11.05. – 15.05.2026

Telefon: 08821 60 35 480

Montag 11.05.

09:30- 10:30 Uhr **Gedächtnistraining mit Lisa Kirsten**

- Training für die grauen Zellen

10:30- 12:00 Uhr **Internationaler Seniorentanz** mit Elsbeth Melcher

11:00- 12:00 Uhr **Spanisch für Anfänger**

- Für Teilnehmer mit einfachen Vorkenntnissen, mit Anleitung

NEU: 13:00- 15:30 Uhr **Handy- und Tablet- Sprechstunde**

Mit Lisa Kirsten, nur mit vorheriger Anmeldung und Terminvergabe

14:30- 15:30 Uhr **Yoga auf dem Stuhl**

- Mit Katharina Rappensberger, Spende 5 €

Dienstag 12.05.

09:30- 10:30 Uhr **Sprachcafé Englisch Gruppe 1**

- Mit Iris Asenstorfer, “Read- Translate- Speak- Repeat”

10:30- 12:00 Uhr **Gleichgewicht, Geschicklichkeit, Bewegung und Entspannung**

- Mit Monika Johannsen, Spende 5 €

13:00- 16:00 Uhr **Trau-dich-Café**

In gemütlicher Atmosphäre bei Kaffee und Gesprächen neue Kontakte knüpfen.

Gemeinsam gegen Einsamkeit – wir begleiten Sie dabei! ❤️

14:00- 15:30 Uhr **Gleichgewicht, Geschicklichkeit, Bewegung und Entspannung**

- Mit Monika Johannsen, Spende 5 €

Mittwoch 13.05.

09:00- 10:00 Uhr **Gesundheitsgymnastik und Yoga im Sitzen und Stehen**

- Mit Helga Meier-Kuhfs, Spende 5,- Euro

10:00- 11:00 Uhr **Sprachcafé Englisch Gruppe 2**

- Mit Iris Asenstorfer, “Read- Translate- Speak- Repeat”

12:00- 13:30 Uhr **SpieleTreff** „Rummikub“

13:30- 15:00 Uhr **SpieleTreff** „Stadt, Land, Fluss“ mit Beate Hübner

15:00- 16:00 Uhr **SpieleTreff** „Bingo“

16:30- 18:00 Uhr **KegelTreff** (14-tägig), mit Voranmeldung im Seniorentreff

Donnerstag 14.05. – Christi Himmelfahrt

- Heute ist der Seniorentreff geschlossen.

Freitag 15.05.

- Heute ist der Seniorentreff geschlossen.

Samstag 16.05.

10:15- 11:45 Uhr **Literaturforum**

*“SEI DIE VERÄNDERUNG, DIE
DU IN DER WELT SEHEN
MÖCHTEST.” – MAHATMA
GANDHI*

