



Wochenprogramm Seniorentreff

Vom 14.07. – 18.07.2025

Telefon: 08821 60 35 480

Montag 14.07.

9:30- 10:30 Uhr **Gedächtnistraining**

- Training für die grauen Zellen, mit Christiane Frahm

10:30- 12:00 Uhr **Folkloretanz zum Mitmachen**

- Mit Elsbeth Melcher

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

- Für Teilnehmer mit einfachen Vorkenntnissen, mit Hr. und Fr. Müller

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

- Mit Heidi Ehrhardt, Unkostenbeitrag 5,- Euro

Dienstag 15.07.

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

- Mit Iris Asenstorfer

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

- Mit Monika Johannsen, Unkostenbeitrag 5,- Euro

10:45- 12:00 Uhr **English Conversation**

- Mit Peter Huggins

13:00- 16:00 Uhr **Handarbeitscafé**

Mittwoch 16.07.

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

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

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

- Mit Iris Asenstorfer

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

13:30- 16:00 Uhr **SpieleTreff** „Stadt, Land, Fluss“ und „Bingo“

Donnerstag 17.07.

09:30- 10:45 Uhr **Sprachcafé Italienisch**

- Für Fortgeschrittene, mit Anleitung

11:00- 12:00 Uhr **Sprachcafé Französisch**

- Für Fortgeschrittene, mit Anleitung

11:00- 12:00 Uhr **Klangreise mit Klangschalen zur Entspannung**

Mit Diane Zardini, Heilpraktikerin, Unkostenbeitrag 5,- Euro

13:00- 16:00 Uhr **KreativTreff**

- Malen und basteln in gemütlicher Runde

Freitag 18.07.

10:45- 12:00 Uhr **aktiv & beweglich mit 60+**

- Leichte Gymnastik im Sitzen mit Barbara Salfner

Samstag 19.07.

10:15- 11:45 Uhr **Literaturforum** (diesmal im Wohncafé)

Bis zum Treffen lesen: „Monascella – Monika Mann und ihr Leben auf Capri“ von Kerstin Holzer

