

Aktivitäten ab Januar 2019

Mo	07.01.19 bis 01.04.19	Yoga1	16:30 - 18:00	Heilig-Geist- Zentrum	Franziska Eggers	0171 8336781
Mo	07.01.19 bis 01.04.19	Yoga2	18:30 - 20.00	Heilig-Geist- Zentrum	Franziska Eggers	0171 8336781
Mo	21.01.19 bis 25.02.19	Gedächtnis- Training	16:00 - 17.00	Gemeinschaftshaus Seestr. 47	Anne Groth	04542 89910
Fr	08.02.19 bis 12.04.19	Gymnastik	10:00 - 11:00	Gemeinschaftshaus Seestr. 47	Anke Schütt	04545 791017
Fr	18.01.19 bis 29.03.19	Yoga auf dem Stuhl	18:00 - 19:30	Gemeinschaftshaus Seestr. 47	Anton Drzyzga	04541 840331

➤ In den Kursen „Gymnastik“ und „Yoga auf dem Stuhl“ sind freie Plätze zu vergeben.
Der Kurs „Gedächtnistraining“ ist auf 8 Teilnehmer begrenzt. Eine Anmeldung ist daher erforderlich.

➤ Nähere Informationen zu den Kursen erhalten Sie bei den Übungsleitern.

Themen, Tipps und Tee:		Gemeinschaftshaus, Seestraße 47	
wie immer am 1. Mittwoch im Monat jeweils von 15:00 – 16:30 Uhr		am 06.02.19 mit schönen Reisebildern von Anne und Jochen Groth (italienische Riveira, Côte d'Azur und Napoleonroute).	
Di	26.03.19	17:00 – 19:00 Uhr	Gemeinschaftshaus, Seestr. 47
Vortrag:	Renate Frank	Thema: Diabetes im Alter - vermeidbar?	
		Kostenbeitrag: Mitglieder = 5,00 EUR Gäste = 8,00 EUR	

➤ Wir behalten uns vor, bei zu wenigen Anmeldungen die Kurse/Veranstaltungen abzusagen.