

KURSE

Montag

- 09:30 – 10:30 **Smartphonekurs I**
- 11:00 – 12:00 **Smartphonekurs II**
- 10:45 – 12:00 **Die Milchpiraten** (Eltern-Baby-Gruppe)
- 14:00 – 16:00 **Malen im Café Plätzchen**
- 17:00 – 18:30 **Yoga für Senioren°** jd. 2.+4. Mo. im Monat
- 18:00 – 19:00 **NEU: Yoga & Bewegungskurs**
für die „Sweet 60s“
- 18:00 – 20:00 **NEU: Schöne Geschichten** (alle 14 Tage)
- 19:00 – 20:00 **NEU: Yoga & Entspannungstraining**
für Erwachsene

Dienstag

- 08:30 – 09:30 **Seniorengymnastik**
- 10:00 – 11:00 **Seniorengymnastik**
- 11:00 – 12:00 **Qigong°**
- 11:30 – 12:30 **Seniorengymnastik**
- 12:00 – 13:00 **NEU: Bauchtanz °**
- 13:00 – 14:00 **Seniorengymnastik**
- 13:30 – 16:30 **Spielenachmittag im Café Plätzchen**
- 14:00 – 16:00 **Encaustic** jd. 1. Dienstag im Monat
- 14:30 – 15:30 **Seniorengymnastik**

Mittwoch

- 08:00 – 09:00 **Seniorengymnastik**
- 11:00 – 12:30 **Chor**
- 14:30 – 16:30 **Klöppeln**
- 18:00 – 19:30 **Pop- und Gospelchor**
- 19:00 – 20:00 **Qigong für Einsteiger°** (über Krankenkasse)

Donnerstag

- 09:30 – 11:30 **Stricken / Basteln**
- 09:30 – 12:00 **Skat am Vormittag**
- 14:00 – 16:00 **Kreatives Basteln** jd. 2.+4. Do. im Monat
- 17:00 – 18:30 **Yoga**

Freitag

- 10:00 – 11:30 **Tanzkurs°**
- 10:00 – 12:00 **Englisch**
- 11:00 – 12:00 **Singen in froher Runde**

*° Diese Kurse finden im „Alten Waschhaus“,
Kaulsdorfer Str. 230, 12555 Berlin statt.*