



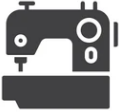



# Herbst/Winter 2021/22

Aktuelle Angebote in der **Begegnungsstätte Vahrenheide, Plauener Str. 23A** (Ausnahmen siehe Tabelle)

Gedächtnistraining		Donnerstag 11.20 – 12.30 h
Malgruppe Bunte Palette		Dienstag 9.30 – 11.30 h
Russischer Liederabend		Dienstag 17.00 – 18.30 h
Gesichtsyoga Digital		Digital über Jitsi Montag 9.30 – 10.30 h
Qigong		Mittwoch 11.00 – 12.00
Smartphone, Tablett, Laptop Sprechstunde Digital		Digital über ZOOM Dienstag 16.00 – 17.00 h
Gymnastik		Montag 15.00 – 15.45 h
Nähgruppe 1		Donnerstag 8.30 – 9.50 h
Nähgruppe 2		Donnerstag 10 – 11.30 h
Spielegruppe		Freitag 13.30 – 17.00 h
Kintopp		jeden 2.& 4.Samstag ab 14.30 h
Biodanza		Mittwoch 16.00 – 17.30 h
Selbstverteidigung 1		Mittwoch 9.00 - 9.50 h
Selbstverteidigung 2		Mittwoch 10.00 - 10.50 h

Interessierte Senior\*innen bitte vorher anmelden unter 0511 168-42690.