****

**Wochenprogramm Seniorentreff**

**Vom 29.07. – 03.08.2024**

Telefon: 08821 60 35 480

**Montag 29.07.**

09:30- 10:30 Uhr **Gedächtnistraining**

* Training für die grauen Zellen, mit Christiane Frahm

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

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

* Mit Verena Barthelsheim, Spende 5,- Euro

**Dienstag 30.07.**

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, Spende 5,- Euro

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

* Mit Peter Huggins

13:00- 16:00 Uhr **Handarbeitscafé**

17:00- ca. 18:30 Uhr **Meditation - vom Loslassen zur Transformation**

Im Juli immer dienstags, mit Anleitung

**Mittwoch 31.07.**

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 01.08.**

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 **Taiji Quan**

* Gemischte Übungen aus Qi Gong und chinesischer Kampfkunst
* Mit Klaus Pirker, Spende 3,- Euro

13:00 – 16:00 Uhr **KreativTreff**

* Malen und basteln in gemütlicher Runde

**Freitag 02.08.**

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

* Leichte Gymnastik im Sitzen mit Anleitung

15:30- 16:30 Uhr **Line Dance**

Mit Christine Dill, max. 10 TN, bitte mit Voranmeldung, Spende 3.- Euro

**Samstag 03.08.**

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

**Montag, 05.08. – Fr., 16.08.2024**

Sommerpause – Seniorentreff geschlossen

**Samstag 17.08.**

13 - 17 Uhr – Sommerfest – 10 Jahre Seniorentreff mit Live-Musik, Würschtl und guter Laune