

## **Regelmäßiges Wochenprogramm**

**montags:** geöffnet 14 – 18 Uhr  
14 – 16 Uhr Singkreis "Gemeinsames Singen"

**dienstags:** geöffnet 14 – 18 Uhr  
Handarbeiten, Basteln, Spiele

18:30 – 19:45 Uhr Hatha Yoga am Abend

**mittwochs:** geöffnet 14 – 18 Uhr  
14:30 – 15:30 Uhr wechselndes Programm  
- Körper und Geist -

18 – 19:15 Uhr Hatha Yoga sanft

**donnerstags:** geöffnet  
13:30 – 14:45 Uhr Yoga mit dem Stuhl  
14 – 16:30 Uhr Sprechstunde und Beratung  
nach vorheriger Vereinbarung

15:30 – 17:30 Uhr Sprechstunde Schiedsmann:  
Hans-Jürgen Carstensen

### **freitags**

10 – 11:30 Uhr Hatha Yoga

18 – 19:30 Uhr Hatha Yoga

## **AWO-Treff**

Gisela Hämel - **Beauftragte** - Anne Metzger

### **AWO-Mitglied werden?**

Eine AWO-Mitgliedschaft bedeutet nicht nur Engagement und Einsatz; sie bedeutet auch Geselligkeit, Freundschaften und gemeinsame Freizeitgestaltung.

## **Veranstaltungen April bis Juni 2026 14 – 18 Uhr**

**07.04. bis 10.04.2026 geschlossen - Urlaub**

<b>Mo</b>	13.04.2026	- <b>wieder geöffnet</b> -
<b>Die</b>	14.04.2026	Vortrag - <b>Pflegeberatung</b>
<b>Fr</b>	17.04.2026	<b>Vernissage</b>
<b>Fr</b>	24.04.2026	Kopf und Zahl
<b>Die</b>	28.04.2026	<b>Kulturcafé - Länderreise</b>
<b>Fr</b>	<b>01. Mai 2026</b>	- <b>geschlossen</b> -
<b>Die</b>	05.05.2026	der „Doc“ kommt!
<b>Fr</b>	08.05.2026	<b>Maifeier</b>
<b>Die</b>	12.05.2026	<b>Seniorentheater</b>
<b>Fr</b>	15.05.2026	Kopf und Zahl
<b>Fr</b>	22.05.2026	Kopf und Zahl

**26.05. bis 12.06.2026 geschlossen - Urlaub**



<b>Mo</b>	15.06.2026	- <b>wieder geöffnet</b> -
<b>Fr</b>	19.06.2026	<b>Honig-Verkostung</b>
<b>Fr</b>	26.06.2026	Kopf und Zahl