

Regelmäßige Angebote im Begegnungs- und Servicezentrum Dürrolewang im April 2018

Montags

10.00 – 11.00Uhr **Qi Gong und Rückenschule**
50,00 € /10 Einheiten, mit *Michael Halder*
Bitte anmelden unter: 0711/749830

11.00- 12.00 Uhr **Qi Gong und Rückenschule**
50,00 € / 10 Einheiten, mit *Michael Halder*
Bitte anmelden unter: 0711/749830

Mittwochs

09.45 – 10.45 Uhr **RundUmFit – Gymnastik für Senioren**
80,00 € / 12 Einheiten mit *Regine Stover*

14.00 – 17.00 Uhr **Begegnungsnachmittag** für ältere Menschen mit Gedächtnisproblemen und Demenzerkrankungen im Begegnungs- und Servicezentrum Fasanenhof. Informationen und Anmeldung bei Nele
Bonner:0711/749830

14.00 – 15.00 Uhr **Bauchtanz für Frauen ab 55**
für Neu- und Wiedereinsteiger,
30,00 € / 5 Einheiten,
mit *Kathinka Bassé*

15.30 -16.30 Uhr **Englisch-Konversation**
mit Elke Schad, 5,00 € /Einheit.

17.30 – 18.30 Uhr **Körperkrafttraining für Kerle (oldies)**

19.00 – 20,00 Uhr **Körperkrafttraining für Kerle (youngsters)**

96,00 € / 12 Einheiten mit *Matthias Kornahrens*

Donnerstags

10.00 - 11.00 Uhr **Gedächtnistraining**

Freitags

ab 14.30 Uhr **Kartenspiel für Jedermann**

ab 16.30 Uhr **Vesper**, 5,00 €, mit Charlotte Pfeifer