

Aktivitäten im Garten - Programm

- bei Regen können die Angebote leider nicht stattfinden -

Montag

9:30 Uhr	Hockergymnastik	mit Tatjana Unger	Beginn 8. Juni
10:30 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	mit Tatjana Unger	Beginn 8. Juni
11:30 Uhr	Fit & Fun 60 +	mit Tatjana Unger	Beginn 8. Juni
14:30 Uhr	Boule	mit Bernhard Schoon	

Dienstag

10:00 Uhr	Feldenkrais	mit Johanna Pflanz	Beginn 9. Juni
11:30 Uhr	Qigong I	mit Inge Gotter	Beginn 2. Juni
12:45 Uhr	Qigong II	mit Inge Gotter	Beginn 2. Juni

Mittwoch

9:45 Uhr	"Bleib fit mach mit"	mit Cornelia Meyer	Beginn 3. Juni
14:30 Uhr	NEU: Gartengespräche zu Depressionen – Gespräche über Themen, die Sie bewegen rund um die seelische Gesundheit.	mit Dr. Karolina De Valerio (Theologin und Mitarbeiterin beim Münchner Bündnis gegen Depression und selbst Betroffene)	Beginn 10. oder 17. Juni 14täglich

Donnerstag

11:00 Uhr	Hocker- und WSG	mit Christine Kuhnert	Beginn 4. Juni
14:30 Uhr	Atemspiel	mit Veronika Eppinger	Beginn 18. Juni
16:30 Uhr	Qigong am Abend	mit Inge Gotter	Beginn 4. Juni

Freitag

11:15 Uhr	"Bleib fit, mach mit"	mit Ilse Merkle	Beginn 19. Juni
-----------	-----------------------	-----------------	-----------------

Folgende Angebote im Begegnungsraum sind in Planung:

- melden Sie sich bei Interesse bitte an -

Dienstag

10:15 Uhr	Malwerkstatt	mit Daniel Eichin	vsl. Beginn 16. Juni
-----------	--------------	-------------------	----------------------

Mittwoch

9:30 Uhr	Englisch Fortgeschritten.	mit Gisela Deller	vsl. Beginn 17. Juni
10:30 Uhr	Englisch Anfänger m. Grundkenntnissen	mit Gisela Deller	vsl. Beginn 17. Juni 14täglich
10:30 Uhr	Englisch Einsteiger	mit Gisela Deller	vsl. Beginn 24. Juni 14täglich

Bitte beachten Sie: Ehemalige Kursteilnehmende wurden vorrangig in die Kurse aufgenommen, i.d.R. sind aber in allen Kursen noch Plätze frei.