

WOCHENPLAN
**Oktober
2025**

	Zeit	Beschreibung	Preis
Montag	9 ³⁰ – 10 ³⁰	Englisch	Plätze frei!
	9 ³⁰ - 11 ⁰⁰	Spanisch Fortgeschrittene	
	11 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	Englisch	Plätze frei!
	10 ¹⁵ – 13 ⁴⁵	Malen und Zeichnen.	150€ im Quartal
	14 ³⁰ – 16 ³⁰	Schreib-Café	Pause bis Winter 25/26
	14 ³⁰ – 16 ⁰⁰	Kalligraphie	Plätze frei!
	14 ³⁰	Doppel-Kopf	
	18 ⁰⁰	Qi Gong	auf Anfrage
Dienstag	9 ³⁰	Qi Gong	
	10 ⁴⁵ - 14 ¹⁵	Malen und Zeichnen	150€ im Quartal
	11 ⁰⁰ – 12 ³⁰	Englisch Konversation	auf Anfrage
Mittwoch	11 ⁰⁰ -12 ⁰⁰	Fit in den Tag - Gymnastik	2€
	12 ¹⁵ -13 ⁴⁵	Gedächtnistraining 3	Plätze frei!
	14 ⁰⁰ -17 ⁰⁰	Boule	
	14 ⁰⁰ -16 ⁰⁰	Zusammen aktiv für das Klima	
	14 ⁰⁰	Spielen und Kreatives	
	17 ⁴⁵	Tai Chi	10 Treffen: 70€
Donnerstag	10 ⁰⁰ -11 ⁰⁰	Yoga für Senior*innen	Plätze frei!
	10 ⁰⁰ -12 ⁰⁰	Digitales Angebot bei Fragen rund um das Mobiltelefon	Plätze frei!
	14 ⁰⁰ -17 ⁰⁰	Boule	
	12 ⁰⁰ -13 ⁰⁰	Englisch	Plätze frei!
	14 ³⁰ – 16 ⁰⁰	Gedächtnistraining 1	
	14 ⁰⁰ -17 ³⁰	Skat	
Freitag	10 ⁰⁰ -12 ⁰⁰	Walking mit Aufwärmtraining	
	11 ⁰⁰ -12 ⁰⁰	Französisch	auf Anfrage!
	13 ³⁰ -15 ⁰⁰	Diskussionsrunde „Zeitgeschehen“	
	14 ⁰⁰ -17 ⁰⁰	Doppel-Kopf	

Mittwoch, 01. Oktober – 14.30 Uhr - Männertreff in der AT

Donnerstag, 02. Oktober, ab 10.00 Uhr – BRUNCH und Modeverkauf der Firma Senior Mode mit Modenschau nach dem Frühstück – Kosten: 10 Euro - bitte bei Anmeldung (Aushang) zu zahlen

Dienstag, 07. Oktober – 15.00 Uhr Treffen der Bridgegruppe - Fr. Desombre

Mittwoch, 08. Oktober – 14.30 Uhr - Kölsch-Nachmittag – bei einem Gläschen Kölsch und gemütlichem Beisammensein werden kölsche Lieder und Texte vorgetragen – Anmeldung und Spende für den Vortragenden herzlich erbeten!

Donnerstag, 09. Oktober– 17.30 Uhr– KINO-Abend – in netter Runde gemeinsam einen Film auf großer Leinwand schauen, danach bei einem Glas Wein und selbst mitgebrachten Leckereien zusammensitzen – Titel: siehe Aushang

10. Oktober, ab 12 Uhr – OKTOBERFEST – Musik – Gaudi – Tanz für Verpflegung (Weisswurst, Salat, Bretzeln) und Musik wird gesorgt - Kosten: 18 Euro Anmeldung herzlich erbeten!

Donnerstag, 16. Oktober – 14.00 Uhr – Frauenstammtisch

Donnerstag, 16. Oktober – MS-Gruppe – 18.00 Uhr mit Fr. Siebel

Dienstag, 21. Oktober – ab 10.00 Uhr Fußpflege– Anmeldung siehe Aushang

Montag, 27. Oktober, Spiele-Nachmittag – 14.30 Uhr Fr. Siebel; in netter Runde Skipo und Rummi-Cup spielen – offenes Angebot

Angebote alle vierzehn Tage

Dienstag, 07./21. Oktober, Kolping Seniorengruppe – 14.30 Uhr

Dienstag, 07./21. Oktober, Gedächtnistraining 2 – 14.30 Uhr

Dienstag, 07./21. Oktober, Offenes Singen – 16.15 Uhr

Mittwoch, 01./15./ 29.Oktober, Bridgegruppe - 13.30 Uhr – Hr. Mauthe

Sonntag, 05./19. Oktober, Bridgegruppe - 14.00 Uhr – Hr. Mauthe

Externe Veranstaltungen für die Mieter der GAG Alt- Müngersdorf

Montag, 13./27. Oktober – 15.00 Uhr Spieletreff

Freitag, 10. Oktober und Mittwoch, 22. Oktober – 14.30 Uhr – Kaffeetreff

Vorankündigung: Am 26. November 10.30 Uhr werden wir eine Tagesfahrt nach Xanten zum Gänseessen anbieten. Anmeldeliste mit näheren Infos hängt aus!

Bitte beachten sie auch die Rückseite!