

WOCHENPLAN

August 2026

	Zeit	Beschreibung	Preis
Montag	9 ³⁰ – 10 ³⁰	Englisch	Plätze frei!
	9 ³⁰ - 10 ³⁰	Spanisch Fortgeschrittene	
	11 ⁰⁰ – 12 ³⁰	Gedächtnistraining 4	Plätze frei!
	11 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	Englisch	Plätze frei!
	10 ¹⁵ – 13 ⁴⁵	Malen und Zeichnen	150€ im Quartal
	14 ³⁰ – 16 ³⁰	Schreib-Café	
	14 ³⁰ – 16 ⁰⁰	Kalligraphie	Plätze frei!
	14 ³⁰	Doppel-Kopf	
Dienstag	18 ⁰⁰	Qi Gong	auf Anfrage
	9 ³⁰	Qi Gong	
	10 ⁴⁵ - 14 ¹⁵	Malen und Zeichnen	150€ im Quartal
Mittwoch	11 ⁰⁰ – 12 ³⁰	Englisch Konversation	auf Anfrage
	11 ⁰⁰ -12 ⁰⁰	Fit in den Tag - Gymnastik	2€
	12 ¹⁵ -13 ⁴⁵	Gedächtnistraining 3	auf Anfrage
	14 ⁰⁰ -17 ⁰⁰	Boule	
	14 ⁰⁰	Spielen und Kreatives	Offener Treff
Donnerstag	17 ⁴⁵	Tai Chi	10 Treffen: 70€
	10 ⁰⁰ -11 ⁰⁰	Yoga für Senior*innen	Plätze frei!
	11 ⁰⁰ -12 ⁰⁰	Yoga auf und am Stuhl	NEU! Plätze frei!
	10 ⁰⁰ -12 ⁰⁰	Digitales Angebot bei Fragen rund um das Mobiltelefon	wieder ab 13.08.!
	14 ⁰⁰ -17 ⁰⁰	Boule	
	14 ³⁰ – 16 ⁰⁰	Gedächtnistraining 1	
Freitag	14 ⁰⁰ -17 ³⁰	Skat	Offenes Angebot
	9 ³⁰ - 12 ⁰⁰	Bridge	auf Anfrage!
	10 ⁰⁰ -12 ⁰⁰	Walking mit Aufwärmtraining	
	13 ³⁰ -15 ⁰⁰	Diskussionsrunde „Zeitgeschehen“	Offenes Angebot
	14 ⁰⁰ -17 ⁰⁰	Doppel-Kopf	

Dienstag, 04. August – 12.00 Uhr - Reibekuchenessen in der AT (6.-€ - Reibekuchen satt) und ab 14.30 Uhr „Op Kölsch verzählt“ – Kölsche Geschichten und Leedcher zum Mitsingen mit Ehepaar Jaeger – **Anmeldung erbeten!**

Mittwoch, 05. August – 14.30 Uhr - Männertreff in der AT

Dienstag, 11. August – 14.30 Uhr Treffen der Bridgegruppe - Fr. Desombre

Donnerstag, 13. August – 17.30 Uhr– KINO-Abend – in netter Runde gemein- sam einen Film auf großer Leinwand schauen, danach bei einem Glas Wein und selbst mitgebrachten Leckereien zusammensitzen

Dienstag, 18. August –10.45 Uhr – Tanzen mit Heidi Matheis – Rundtänze mit leicht erlernbaren Schritten – **Kosten: 3€ - Anmeldung nicht erforderlich!**

Dienstag, 18. August – 14.30 Uhr Filmreise in das Köln der 90er Jahre, Teil 1 – diese Veranstaltung ist kostenfrei – Spende herzlich erbeten!

Mittwoch, 19. August – Tagesfahrt nach Maastricht - Abfahrt 10.00 Uhr — Kosten Busfahrt 25€ bei Anmeldung zu bezahlen – Zeit zur freien Verfügung!

Donnerstag, 20. August – 14.00 Uhr – Frauenstammtisch – Treffen von Frauen für Frauen – die Veranstaltung ist kostenfrei!

Donnerstag, 20. August – 18.00 Uhr – MS Gruppe mit Liesel Siebel

Montag, 24. August – 14.30 Uhr – Spielerunde mit Liesel Siebel – in geselliger Runde Skip-Bo und Rummicup spielen!

Dienstag, 25. August – ab 10 Uhr – Fußpflege – Bei Anmeldung geben Sie bitte Ihre Telefonnummer an, damit wir Sie erreichen können- siehe Aushang!

Angebote alle vierzehn Tage

Dienstag, 11./25. August Gedächtnistraining 2 – 14.30 Uhr

Dienstag, 11./25. August Offenes Singen - 16.15 Uhr

Mittwoch, 05./ 19. August Bridgegruppe - 13.30 Uhr – Hr. Mauthe

Sonntag, 09./ 23. August Bridgegruppe - 14.00 Uhr – Hr. Mauthe

Externe Veranstaltungen für die Mieter*innen der GAG Alt- Müngersdorf

im Quartiersbüro, Manstedter Weg 29 – **Montag, 03./ 17./31. August – 15.00 Uhr**

Spieletreff --- Freitag, 14./28. August – 14.30 Uhr – Kaffeetreff