

WOCHENPLAN
**September
2026**

	Zeit	Beschreibung	Preis
Montag	9 ³⁰ – 10 ³⁰	Englisch 1 - Konversation	Plätze frei!
	9 ³⁰ – 11 ⁰⁰	Spanisch Fortgeschrittene	
	11 ⁰⁰ – 12 ⁰⁰	Englisch 2	Plätze frei!
	11 ⁰⁰ – 12 ³⁰	Gedächtnistraining	
	12 ³⁰ – 13 ³⁰	Englisch 3	Plätze frei!
	10 ¹⁵ – 13 ⁴⁵	Malen und Zeichnen.	150€ im Quartal
	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
	11 ⁰⁰ – 12 ³⁰	Englisch Konversation	auf Anfrage
Mittwoch	14 ⁰⁰ -17 ⁰⁰	Boule	Offener Treff
	11 ⁰⁰ -12 ⁰⁰	Fit in den Tag - Gymnastik	2€
	12 ¹⁵ -13 ⁴⁵	Gedächtnistraining 3	
	14 ⁰⁰ -17 ⁰⁰	Boule	Offener Treff
	14 ⁰⁰	Spielen und Kreatives	
Donnerstag	17 ⁴⁵	Tai Chi	10 Treffen: 70€
	10 ⁰⁰ -11 ⁰⁰	Yoga für Senior*innen	
	10 ⁰⁰ -12 ⁰⁰	Digitales Angebot bei Fragen rund um das Mobiltelefon	Spende erbeten!
	14 ⁰⁰ -17 ⁰⁰	Boule	
	14 ³⁰ – 16 ⁰⁰	Gedächtnistraining 1	
Freitag	14 ⁰⁰ -17 ³⁰	Skat	
	10 ⁰⁰ -12 ⁰⁰	Walking mit Aufwärmtraining	
	09 ³⁰ -12 ⁰⁰	Bridge - Anfängerkurs	auf Anfrage!
	13 ³⁰ -15 ⁰⁰	Diskussionsrunde „Zeitgeschehen“	
	14 ⁰⁰ -17 ⁰⁰	Doppel-Kopf	

Dienstag, 01. September – 15.00 Uhr Treffen der Bridgegruppe - Fr. Desombre

Dienstag, 01. September – 14.30 Uhr – Sommer-Konzert – Hr. Schleiner (Pianist) spielt Evergreens– Musik zum Träumen bei Kaffee und Kuchen!

Mittwoch, 02. September – 14.30 Uhr - Männertreff in der AT

Donnerstag, 03. September – 10.00 Uhr – !WICHTIG! - Digitale Sprechstunde mit Informationsveranstaltung der Sparkasse zum Thema: „Online-Banking und Internetbetrug“ - Anmeldung erbeten

Donnerstag, 10. September– 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

Dienstag, 15. September – 10.45 Uhr- Tanzen mit Heidi Mattheis – einfach erlernbare (Kreis-) Tänze – Bewegung mit Musik und Spaß – Kosten: 3.-€ - **Bleiben Sie fit!!!**

Donnerstag, 17. September – 14.00 Uhr – Frauenstammtisch – von Frauen,für Frauen!

Montag, 21. September – 14.30 Uhr Filmreise in das Köln der 90er Jahre – 2. Teil ab 1995 – Anmeldung erbeten

Dienstag, 22. September – ab 10.00 Uhr Fußpflege – Anmeldung siehe Aushang

Donnerstag, 24. September – MS-Gruppe – 18.00 Uhr mit Fr. Siebel

Montag, 28.September, Spiele-Nachmittag – 14.30 Uhr Fr. Siebel; in netter Runde Skipo und Rummi-Cup spielen – offenes Angebot - kostenfrei

Dienstag, 29. September – 14.30 Uhr - Musikalisches Highlight in der AT JAWOLL-Musik – Schlager und Couplets der 1920er/1930er Jahre – Anmeldung erbeten -

Mittwoch, 30. September - Tagesfahrt nach Traben-Trarbach eigene Tagesgestaltung Abfahrt: 09.30 Uhr - Kosten Busfahrt: 25 Euro – (bei Anmeldung zu entrichten!)

Angebote alle vierzehn Tage

Dienstag, 22. September Gedächtnistraining 2 – 14.30 Uhr

Dienstag, 22. September Offenes Singen – 16.15 Uhr

Sonntag, 07./21. September Bridgegruppe - 14.00 Uhr – Hr. Mauthe

Externe Veranstaltungen für die Mieter der GAG Alt- Müngersdorf

Montag, 06./28. September – 15.00 Uhr Spieletreff

Freitag, 11./25. September - Seniorentreff jeweils Manstedter Weg 29 im Quartiersbüro