

Programm November 2021

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	Muskelaufbautraining I* 10.00 -11.00Uhr		Sitzgymnastik I* 9:30 – 10:30 Uhr	
	Muskelaufbautraining II* 11:30 – 12:30 Uhr		Sitzgymnastik II* 11:00 – 12:00 Uhr	
	Muskelaufbautraining III* 13:00 – 14:00 Uhr		Sitzgymnastik III* 12.30 Uhr – 13.30 Uhr	
	Klönnmittag Ab 14:30 Uhr (Anmeldung)	Klönnmittag Ab 13:00 Uhr (Anmeldung)	Klönnmittag Ab 14 Uhr (Anmeldung)	Klönnmittag Ab 13.00 Uhr (Anmeldung)
	Sitztanz: 14:15 – 15:15 Uhr (Anmeldung)		Gedächtnistraining II* 15.00 -16:00 Uhr	Bingo : 14:00 – 16:00 Uhr (Anmeldung)
			Gedächtnistraining III* 16:15 – 17:15 Uhr	

Es gilt die jeweils gültige Verordnung zum Schutz vor Neuinfektionen mit dem Coronavirus SARS-CoV-2!

Kein Einlass in den Seniorenclub ohne Impfnachweis!

Besondere Veranstaltungen für Sie: Alle Veranstaltungen beginnen um 14:00 Uhr, bis auf angegebene Ausnahmen.

Bitte melden Sie sich zu jeder Veranstaltung an!

Di. 02.11.2021 Tänze aus aller Welt

Mi. 03.11.2021 Blindenverein 15:00 Uhr

Fr. 05.11.2021 Mundart

Mo. 08.11.2021 Singkreis linker Niederrhein/Laternenbasteln

Mi. 10.11.2021 St. Martinsfeier 13:30 Uhr

Do. 11.11.2021 Sachsentreff

Di. 16.11.2021 Tänze aus aller Welt

Mi. 17.11.2021 Blindenverein

Mi. 24.11.2021 kleine Adventsfeier 12:00 Uhr

Di. 30.11.2021 Tänze aus aller Welt

Kontakt Bürgertreff:

Telefon: 02151/23212 Di. bis Fr.

von 13:00 - 17:00 Uhr

Kontakt Büro:

Telefon: 02151/786800 Mo. bis Fr.

von 09:00 – 12:00 Uhr

* Diese Veranstaltung wird von der Paritätischen Akademie in Kooperation mit der Krefelder Familienhilfe e.V. durchgeführt