

Programm Januar 2025

| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
|-----------------|---|--|--|---|
| | Muskelaufbautraining I* 10:00 -11:00 Uhr | | | |
| | Muskelaufbautraining III* 13:00 – 14:00 Uhr | | Sitzgymnastik II* 11:00 – 12:00 Uhr | |
| Beratung | Klönnmittag Ab 14:30 Uhr (Anmeldung) | | Sitzgymnastik III* 12:30 – 13:30 Uhr | Sitzgymnastik I* 12:00 – 13:00 Uhr |
| | Tanzen im Sitzen 14:15 – 15:15 Uhr (Anmeldung) | Klönnmittag Ab 13:00 Uhr (Anmeldung) | Klönnmittag Ab 14 Uhr (Anmeldung) | Klönnmittag Ab 13:00 Uhr (Anmeldung) |
| | | | Gedächtnistraining I* 14:30 -15:30 Uhr | Spielenachmittag 14:00 – 16:00 Uhr (Anmeldung) |
| | | | Gedächtnistraining II* 15:45 – 16:45 Uhr | |

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

Bitte melden Sie sich zu jeder Veranstaltung an!

Mi: 08.01.2025 15.00 Uhr offenes Singen

Mi: 15.01.2025 Blindenverein Treffen

Do: 16.01.2025 Kehlkopferoperierte Treffen

Mi: 29.01.2025 10-12 Uhr Frühstück **Anmeldung!**

Mi: 22.01.2025 11-13 Uhr **Neujahrsempfang**

Sekt, Canapees, Süppchen **Anmeldung!**



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