

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

Besondere Veranstaltungen beginnen um 14:00 Uhr, bis auf angegebene Ausnahmen. **Bitte melden Sie sich zu jeder Veranstaltung an!**

Mi: 06.11.2025 Mitgliederversammlung **16.00 Uhr**

Mi: 12.11.2025 Offenes Singen **15.00 Uhr**

Mi: 26.11.2025 Jubiläumsfeier **11.00 – 16.00 Uhr**

Karten hier im Büro erhältlich: Romeo und Julia, Musik von Charles Gounod, Veranstaltungsort Theater Krefeld, Anmeldung bis 07.12.2025, Preis ermäßigt 28,50 €, Veranstaltung findet statt am 11.01.2026, 19.30 Uhr

Kontakt Bürgertreff:

Telefon: 0 21 51/2 32 12

Di. bis Fr.

von 13:00 - 17:00 Uhr

Kontakt Büro:

Telefon: 0 21 51/78 68 00

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