

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	Klönnmittag Ab 13:00 Uhr		Klönnmittag Ab 13:00 Uhr
	Tanzen im Sitzen 14:15 – 15:15 Uhr		Klönnmittag Ab 14 Uhr	Spielenachmittag 14:00 – 16:00 Uhr
	Klönnmittag Ab 14:30 Uhr		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: 06.05.2026 Blindenverein

Mi: 06.05.2026 Offenes Singen

Mi: 13.05.2026 Digitalcafe (14.30 – 16.30 Uhr)

Mi: 13.05.2026 Spargelfahrt (ausgebucht)

Mi: 20.05.2026 Blindenverein

Mi: 27.05.2026 Frühstück (10.00 – 12.00 Uhr)

Mi: 27.05.2026 Männerstammtisch (ab 14.00 Uhr)

Mi: 27.05.2026 Rummikub Turnier (ab 14.00 Uhr)

Karten hier im Büro erhältlich: Anmeldung bis 15.05.2026 „Der kleine Horrorladen“, ermäßigte Preise, Veranstaltung findet statt 26.06.2026, 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