

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	Muskelaufbautraining I* 10:00 -11:00 Uhr			
			Sitzgymnastik II* 11:00 – 12:00 Uhr	
Gedächtnistraining für demenziell Eingeschränkte* 11:30 – 12:30 Uhr				Sitzgymnastik I* 12:00 – 13:00 Uhr
Mittagstisch 12:30 – 14:00 Uhr			Sitzgymnastik III* 12:30 – 13:30 Uhr	
	Muskelaufbautraining II* 13:00 – 14:00 Uhr	Klönnachmittag Ab 13:00 Uhr		Klönnachmittag Ab 13:00 Uhr
	Tanzen im Sitzen* 14:15 – 15:15 Uhr		Klönnachmittag Ab 14 Uhr	Spielenachmittag 14:00 – 16:00 Uhr
	Klönnachmittag Ab 14:30 Uhr		Reise in die Vergangenheit* 14:30 – 16:30 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: 01.07.2026 **Sicher unterwegs mit dem Rollator***

Mi: 01.07.2026 **Blindenverein Klönnachmittag**

Mi: 08.07.2026 **Digitalcafe***(14.30 – 16.30 Uhr)

Mi: 08.07.2026 **offenes Singen**

Mi: 15.07.2026 **Blindenverein Klönnachmittag**

Mi: 15.07.2026 **Sicher unterwegs mit dem Rollator***

Mi: 22.07.2026 **Ein Tag am Meer – Ausflug nach Domburg**

Fr: 24.07.2026 erst ab 14.30 Uhr geöffnet

Mi: 29.07.2026 **Männerstammtisch**

Mi: 29.07.2026 **Rummikub Turnier**

Mi: 29.07.2026 **Gesundheitstreff am Morgen***(ab 10.00 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