

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	Muskelaufbautraining I* 10:00 -11:00 Uhr			
			Sitzgymnastik II* 11:00 – 12:00 Uhr	
Gedächtnistraining* 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			
			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:	05.08.2026	Blindenverein Klönnachmittag	Mi:	19.08.2026	Sommerfest und Tag der offenen Tür
Do:	06.08.2026	Erstes Treffen Lesekreis (10.00 Uhr)	Mi:	26.08.2026	Gesundheitstreff am Morgen* (10.00 Uhr)
Do:	06.08.2026	Spaziergang durch den Zoo (15.00 Uhr)	Mi:	26.08.2026	Vorsorgen * Beraten * Durchsetzen
Mi:	12.08.2026	Digitalcafe* fällt aus			Vorstellung der Unterstützungsangebote im Anschluss an den Gesundheitstreff

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