

Tag	Datum	Uhrzeit	Veranstaltung
Mittwoch	01. Mai	Feiertag	Allmand Treff geschlossen! Kein Kurs Entspannung!
Donnerstag	02. Mai	9:30 - 10:30 Uhr 10:35 - 11:35 Uhr 14:45 - 15:45 Uhr	Wirbelsäulengymnastik 1 (Anmeldung VHS) Wirbelsäulengymnastik 2 (Anmeldung VHS) Gymnastik auf dem Stuhl 1 (Anmeldung VHS)
Freitag	03. Mai	10:00 - 11:00 Uhr	Sitztanzen (Anmeldung Quartiersmanagement Tel. 9226-53)
Samstag	04. Mai		
Sonntag	05. Mai		
Montag	06. Mai	9:20 - 10:20 Uhr 14:30 - 16:30 Uhr	Gymnastik auf dem Stuhl II (Anmeldung VHS) Café Treff
Dienstag	07. Mai	14:30 - ca. 15:30 Uhr	Singkreis
Mittwoch	08. Mai	14:30 - 16:30 Uhr 19:00 - 19:45 Uhr	Café-Treff Entspannungsübungen für den Alltag (Anmeldung Kath. Erwachsenenbildung, Tel. 3786072)
Donnerstag	09. Mai	9:30 - 10:30 Uhr 10:35 - 11:35 Uhr 14:45 - 15:45 Uhr	Wirbelsäulengymnastik 1 (Anmeldung VHS) Wirbelsäulengymnastik 2 (Anmeldung VHS) Gymnastik auf dem Stuhl 1 (Anmeldung VHS)
Freitag	10. Mai	10:00 - 11:00 Uhr 15:00 - 17:00 Uhr	Sitztanzen (Anmeldung Quartiersmanagement) Sozialer Stadtteilspaziergang, Start und Ziel Allmand Treff
Samstag	11. Mai	10:00 - 12:00 Uhr	Sozialer Stadtteilspaziergang, Start und Ziel Allmand Treff
Sonntag	12. Mai		
Montag	13. Mai	9:20 - 10:20 Uhr 14:30 - 16:30 Uhr	Gymnastik auf dem Stuhl (Anmeldung VHS) Café-Treff
Dienstag	14. Mai		
Mittwoch	15. Mai	14:30 - 16:30 Uhr 19:00 - 19:45 Uhr	Café-Treff Entspannungsübungen für den Alltag (Anmeldung Kath. Erwachsenenbildung, Tel. 3786072)
Donnerstag	16. Mai	9:30 - 10:30 Uhr 10:35 - 11:35 Uhr 14:45 - 15:45 Uhr	Wirbelsäulengymnastik 1 (Anmeldung VHS) Wirbelsäulengymnastik 2 (Anmeldung VHS) Gymnastik auf dem Stuhl 1 (Anmeldung VHS)
Freitag	17. Mai	10:00 - 11:00 Uhr 16:00 - 18:00 Uhr	Sitztanzen (Anmeldung Quartiersmanagement) Ev. Gesamtkirchengemeinde (nicht öffentlich)
Samstag	18. Mai		
Sonntag	19. Mai		
Montag	20. Mai	9:20 - 10:20 Uhr 14:30 - 16:30 Uhr	Gymnastik auf dem Stuhl (Anmeldung VHS) Café-Treff
Dienstag	21. Mai		
Mittwoch	22. Mai	14:30 - 16:30 Uhr	Café-Treff
Donnerstag	23. Mai	9:30 - 10:30 Uhr 10:35 - 11:35 Uhr 14:45 - 15:45 Uhr	Wirbelsäulengymnastik 1 (Anmeldung VHS) Wirbelsäulengymnastik 2 (Anmeldung VHS) Gymnastik auf dem Stuhl 1 (Anmeldung VHS)
Freitag	24. Mai	10:00 - 11:00 Uhr	Sitztanzen (Anmeldung Quartiersmanagement)
Samstag	25. Mai		
Sonntag	26. Mai		
Montag	27. Mai	9:20 - 10:20 Uhr 14:30 - 16:30 Uhr	Gymnastik auf dem Stuhl (Anmeldung VHS) Café-Treff
Dienstag	28. Mai	13:00 - 15:00 Uhr	Diakoniestation (nicht öffentlich)
Mittwoch	29. Mai	14:30 - 16:30 Uhr	Café Treff
Donnerstag	30. Mai	Christi Himmelfahrt Feiertag	Keine Wirbelsäulengymnastik! Keine Gymnastik auf dem Stuhl!
Freitag	31. Mai	10:00 - 11:00 Uhr	Sitztanzen (Anmeldung Quartiersmanagement)

neul

Zum Vormerken: Am 7. Juni großes Nachbarschaftsfest im Allmand Carré !!! - Einladung folgt -

Weitere Infos: Carolin Bucher, Quartiersmanagement,
Tel. 07541 9226-53 oder carolin.bucher@bruderhausdiakonie.de