

Liebe LeserInnen,

der Seniorentreff Marianne Aschenbrenner im Leifheit Servicezentrum bietet verschiedene wöchentliche Veranstaltungen (s.u.) an. Hinzu kommen Vorträge und Ausflüge, die Sie im aktuellen Programm vom Seniorentreff finden. Zu unseren Aufgaben gehört es ebenso ein offenes Ohr für die Senioren zu haben.

Sie erreichen uns telefonisch unter 08821/ 6035480 oder 7810525, per E-Mail unter info@seniorentreff-gapa.de oder direkt in der Parkstraße 2 in Garmisch.

Viele Grüße

Ihr Team des Seniorentreffs

Montag

„Aktiv & beweglich 60 +“

09:30- 10:30 Uhr

Gymnastik im Sitzen und Stehen, mit Barbara Salfner

Gedächtnistraining

09:30- 10:30 Uhr

Mit Billi Bierling, **Termine immer nach Absprache**

Internationaler Seniorentanz

10.45 – 12.00 Uhr

Traditionelle Tänze aus verschiedenen Ländern, überwiegend Kreistänze. Jeder kann teilnehmen, mit oder ohne Partner. Leitung: Elsbeth Melcher, gegen freiwillige Spende

Spanisch für Anfänger

11:00- 12:00 Uhr

Mit Anleitung

Yoga „auf dem Stuhl“ –

14:30 – 15:30 Uhr

mit Anleitung, Spende 5 Euro

Omas for Future jeden 1. Montag im Monat

16:00 – 17:00 Uhr

Aktiv werden für eine lebenswerte und nachhaltige Zukunft

Dienstag

Sprachcafé – Englisch 1

09:30 – 10:30 Uhr

mit Iris Asenstorfer

Gleichgewicht, Geschicklichkeit, Bewegung und Entspannung 10:30 – 12:00 Uhr

mit Monika Johannsen Spende 3 €

Englisch - Conversation

10:45 – 12:00 Uhr

mit Peter Huggins

HandarbeitsTREFF

13:00 – 16:00 Uhr

Stricken, nähen und gemütliches Beisammensein

Mittwoch

Gesundheitsgymnastik und Yoga im Sitzen und Stehen 9:00- 10:00 Uhr

Mit Helga Meier-Kuhfs, Spende 5,- Euro

Sprachcafé– Englisch 2 10:00 – 11:00 Uhr

mit Iris Asenstorfer

SpieleTREFF 12:00 – 16:00 Uhr

Karten-, Brett- und andere Spiele, ab 13.30 Uhr „Stadt, Land, Fluss“ und „Bingo“
moderiert durch Beate Hübner

KegelTREFF alle 2 Wochen *KURS VOLL* 16:30 – 18:00 Uhr

Treffpunkt am Eingang der Zugspitzkegelbahn, Zugspitzstr. 67,
Unkostenbeitrag 2,- Euro

Donnerstag

Sprachcafé – italienisch 9:30 – 10:30 Uhr

Konversation für Fortgeschrittene, mit Anleitung

Sprachcafé – französisch 11:00 – 12:00 Uhr

Konversation für Fortgeschrittene, mit Anleitung

Entspannungs- und Klangreise 11:00 – 12:00 Uhr

Entspannung durch Klangschalen, mit Diane Zardini, Spende 5,- Euro

KreativTREFF 13:00 – 16:00 Uhr

Malen mit Aquarell-, Acryl- und Wasserfarben und Basteln

Skat-Runde *KURS VOLL* 13:30 – 16:00 Uhr

Dancing Queens alle 2 Wochen 15:00 – 16:00 Uhr

Gemeinsames freies Tanzen zur Lieblingsmusik

Meditativer Ausdruckstanz 17:15 – 19:00 Uhr

Mit Priya Gangnus, Anmeldung unter 0152 57467579

Freitag

Der Seniorentreff ist geschlossen

Samstag

Politikforum jeden 1. Samstag im Monat 10:15 – 11:45 Uhr

Literaturforum alle 6 Wochen 10:15 – 11:45 Uhr

Bitte das ausgewählte Buch bis zum nächsten Treffen lesen.

Änderungen vorbehalten. Auf der Homepage (www.seniorentreff-gapa.de) und in der Zeitung finden Sie das wöchentliche Programm des Seniorentreffes Marianne Aschenbrenner. Vielen Dank!