



## Aktivitäten März 2019



Fr	01.03.19	10:00 – 12:30	Sprechstunde	11:00 - 13:30	Bingo
Fr	01.03.19	<b>Beginn 15 Uhr AWO Distrikt - Horn Mitglieder Jahreshauptversammlung</b>			
Mo	04.03.19	08:00 -11:00 09:30- 10:30 10:50- 11:50	PC-Training Tanz im Sitzen Gruppe 1 Tanz im Sitzen Gruppe 2	13:00 - 14:30 13:30 - 17:30 14:00 - 15:00	Englischkurs Skat-Eseln-Kniffeln Yoga im Sitzen
Di	05.03.19	08:00 -11:30 10:00 -12:00	PC-Training Mundharmonikagruppe	11:30 – 17:30 13:30 – 16:30	Tabletintensivkurs m. Anmeldung < <b>Modenschau</b> >
Mi	06.03.19	10:30 -11:30	„Mach mit – bleib Fit“	12:00 - 13:00	Für die Sportgruppe: Eintopfessen
Do	07.03.19	10:00 -11:30 12:00 -13:00	Gedächtnistraining Entspannungstraining	13:30 - 17:30	Skat und Spiele
Fr	08.03.19	11:00 – 13:00	Internetcafe	Ausfahrt	Seniorentreff geschlossen
So	10.03.19	<b>Wir gehen ins Hoftheater „Herbstgold“ m. Anmeldung</b>			
Mo	11.03.19	08:00 -11:00 09:30- 10:30 10:50- 11:50	PC-Training Tanz im Sitzen Gruppe 1 Tanz im Sitzen Gruppe 2	13:00 - 14:30 13:30 - 17:30 14:00 - 15:00	Englischkurs Skat-Eseln-Kniffeln Yoga im Sitzen
Di	12.03.19	08:00 -11:30 10:00 -12:00 10:30 -12:00	PC-Training - Mundharmonikagruppe „Bowling mit der Wii“	11:30 – 17:30 13:30 – 16:30	Tabletintensivkurs m. Anmeldung Basteln
Mi	13.03.19	<u>Sport fällt aus</u>	Seniorentreff geschlossen 	Treffen 10:00	„Spaziergänger on Tour“
Do	14.03.19	9:30 – 12:00	Klönfrühstück m Anmeldung Stadtteilpolizei klärt auf	13:15 - 14:15 13:30 - 17:30	QiGong Skat und Spiele
Fr	15.03.19	11:00 – 13:00	Internetcafe/Sprechstunde	13:30 - 16:30	Bingo
Mo	18.03.19	08:00 -11:00 09:30- 10:30 10:50- 11:50	PC-Training Tanz im Sitzen Gruppe 1 Tanz im Sitzen Gruppe 2	13:00 - 14:30 13:30 - 17:30 14:00 - 15:00	Englischkurs Skat-Eseln-Kniffeln Yoga im Sitzen
Di	19.03.19	08:00 -11:30 10:00 -12:00	PC-Training - Tabletkurs Mundharmonikagruppe	11:30 – 17:30 13:30 – 16:30	Tabletintensivkurs m. Anmeldung Basteln
Mi	20.03.19	10:30 -11:30 12:00 -13:00	„Mach mit – bleib Fit“ Sportgruppe Eintopfessen	13:30 – 15:30	„Plattdütscher Klöönsnack“
Do	21.03.19	10:00 -11:30 12:00 -13:00	Gedächtnistraining Entspannungstraining	12:00 - 13:00 13:30 - 17:30	Entspannungstraining Skat und Spiele
Fr	22.03.19	11:00 – 13:00	Internetcafe/Sprechstunde	13:00 - 15:30	Bingo
Mo	25.03.19	08:00 -11:00 09:30- 10:30 10:50- 11:50	PC-Training Tanz im Sitzen Gruppe 1 Tanz im Sitzen Gruppe 2	13:00 - 14:30 13:30 - 17:30 14:00 - 15:00	Englischkurs Skat-Eseln-Kniffeln Yoga im Sitzen
Di	26.03.19	08:00 -11:30 10:00 -12:00	PC-Training - Mundharmonikagruppe	11:30 – 17:30 13:30 – 16:30	Tabletintensivkurs m. Anmeldung Basteln
Mi	27.03.19	10:30 -11:30	„Mach mit – bleib Fit“	12:00 - 13:00	Für die Sportgruppe: Eintopfessen
Do	28.03.19	13:15 – 14:15	Qi Gong	13:30 - 17:30	Skat und Spiele
Fr	29.03.19	<b>Einlass 13:30 &lt; Frühlingsfest AWO Distrikt Horn im Festsaal Pflegeheim Bauerberg 10 &gt;</b>			

**Neu < Mittwochs von 15 – 17 Uhr übt der Concento-Chor > Neueinsteiger willkommen**

**Montags 10:30 – 11:30 Uhr bleiben Sie in Bewegung „Tanzen im Sitzen“**

**Montags 14:00 – 15:00 Uhr Yoga im Sitzen**

**Jeden 2. Dienstag im Monat Bowling mit der Wii Konsole 10:30 – 12:00 Uhr**

**Am 31. März Beginn der Sommerzeit – die Uhren werden eine Stunde vorgestellt**



**Heiterkeit des Herzens schließt wie der Frühling  
alle Blüten des Inneren auf.**

