

MAI			
Di	02.05.	14:00-17:00 Spieletreff	19:00-20:30 Lesung Hamburger Autorenvereinigung: Gunda Thors
Mi	03.05.	7:30-9:00 Yoga	11:00-12:30 Osteoporose – rechtzeitig erkennen und richtig behandeln Vortrag von Reinhard Laskowski
Do	04.05.	11:00-12:00 Atemtraining mit Renate Kirmse	13:00-14:30 Italienisch mit Sabine Witt
Mo	08.05.	10:00-11:00 „Mach mit, bleib' fit!“	
Di	09.05.	14:00-17:00 Spieletreff	18:00-21:00 Lesbischer Spieletreff
Mi	10.05.	7:30-9:00 Yoga	
Do	11.05.	11:00-12:30 Literatur im Park mit Sabine Witt	13:00-14:30 Italienisch mit Sabine Witt
Mo	15.05.	10:00-11:00 „Mach mit, bleib' fit!“	
Di	16.05.	14:00-17:00 Spieletreff	
Mi	17.05.	7:30-9:00 Yoga	
Do	18.05.	11:00-12:30 Literatur im Park mit Sabine Witt	13:00-14:30 Italienisch mit Sabine Witt
Mo	22.05.	10:00-11:00 „Mach mit, bleib' fit!“	
Di	23.05.	14:00-17:00 Spieletreff	
Mi	24.05.	7:30-9:00 Yoga	
Do	25.05.	11:00-12:00 Atemtraining mit Renate Kirmse	13:00-14:30 Italienisch mit Sabine Witt
Di	30.05.	14:00-17:00 Spieletreff	18:30-21:00 „Im Herzen des Gartens“ – HAIKU lesen, lernen, schreiben Workshop mit Dr. Sabine Sommerkamp-Homann
Mi	31.05.	7:30-9:00 Yoga	
JUNI			
Do	01.06.	13:00-14:30 Italienisch mit Sabine Witt	
Mo	05.06.	10:00-11:00 „Mach mit, bleib' fit!“	
Di	06.06.	14:00-17:00 Spieletreff	19:00-20:30 Lesung Hamburger Autorenvereinigung: Karsten Meyer
Mi	07.06.	7:30-9:00 Yoga	11:00-12:30 Bluthochdruck – wenig beachtet, oft unzureichend therapiert Vortrag von Reinhard Laskowski
Do	08.06.	11:00-12:00 Atemtraining mit Renate Kirmse	13:00-14:30 Italienisch mit Sabine Witt
Fr	09.06.	10:00-13:00 Auf den Spuren der Wallanlagen – einmal rum um die Innenstadt 15 €	
Mo	12.06.	10:00-11:00 „Mach mit, bleib' fit!“	
Di	13.06.	14:00-17:00 Spieletreff	18:00-21:00 Lesbischer Spieletreff
Mi	14.06.	7:30-9:00 Yoga	
Do	15.06.	11:00-12:00 Atemtraining mit Renate Kirmse	
Mo	19.06.	10:00-11:00 „Mach mit, bleib' fit!“	
Di	20.06.	14:00-17:00 Spieletreff	18:00 Solararchitektur in Hamburg? – Vortrag von Richard Lethe 8,- €
Mi	21.06.	7:30-9:00 Yoga	
Do	22.06.	11:00-12:30 Literatur im Park mit Sabine Witt	
Mo	26.06.	10:00-11:00 „Mach mit, bleib' fit!“	
Di	27.06.	14:00-17:00 Spieletreff	
Mi	28.06.	7:30-9:00 Yoga	
Do	29.06.	11:00-12:00 Atemtraining mit Renate Kirmse	
Preise:			
„Bewusstes Atmen“: Atemtraining mit Renate Kirmse, Atemtherapeutin AFA®, 5,- € pro Termin			
„Mach mit, bleib' fit!“: sanfte Gymnastik, um beweglich und mobil zu bleiben, 10er-Karte für 30,- €			
Lesung der Hamburger Autorenvereinigung, jeden 1. Di. im Monat, pro Termin 6,- €			
Yoga am Morgen: Jeden Mittwoch, 7:30-9 Uhr, 5,- € pro Termin			
Literatur im Park, Einstieg jederzeit möglich, 10,- € pro Termin			