



Haus der Generationen

Montag:

mobile Sprechstunde / nach Absprache
18.00 - 19.00 Uhr Bauch, Beine, Po

Dienstag:

9.30 - 10.15 Uhr Reha Sport,
9.30 - 12.00 Uhr Kreativ Zeit / gemütlicher Treff
7.09., 14.09., 21.09. Malkurs mit Anmeldung
28.09. gemeinsam Kochen und Essen 10.00 - 13.00 Uhr,
30.09. Nähkurs für Anfänger 18.00 - 20.00 Uhr mit Anmeldung
9.00 - 10.00 Uhr Pilates,
10.0 - 11.00 Uhr Pilates,
(Ansprechpartner: Physiotherapie Gr. - Leuthen)
9.30 - 17.00 Uhr
Offener Treff, alle sind herzlich willkommen
14.00 - 17.00 Uhr Junior Club

Mittwoch:

START: 9.30 - 11.00 Uhr Krabbelgruppe mit PEKiP
06.10., 13.10., 20.10., 27.10., 3.11. mindest. 5 Teilnehmer
(begleitetes Gruppenangebot für Eltern und ihr Baby im ersten Jahr) Anmeldung erforderlich
9.30 - 11.30 Uhr Computerkurs für Anfänger
9.30 - 12.00 Uhr und 14.00 - 17.00 Uhr
Offener Treff, alle sind herzlich willkommen
14.00 - 15.00 Uhr FIT für die (Ur) Enkel Balance und Kraft gegen Stürze - AOK Sturzprävention (Anmeldung erforderlich)
14.00 - 16.00 Uhr Computerkurs
14.00 - 17.00 Uhr Spielenachmittag
14.00 - 17.00 Uhr Junior Club
17.30 - 18.30 Uhr Pilates

18.30 - 19.30 Uhr Pilates

(Ansprechpartner: Physiotherapie Gr.-Leuthen)

Donnerstag:

9.00 - 10.30 Uhr Fit im Alltag Walking, Fitness,
Koordinationstraining, Muskelaufbau, Fitnessraums,
Radtrainer, Stepper, Rudergerät, Gymnastikbälle und Matten)

9.30-12.00 Uhr Offener Treff, alle sind herzlich willkommen

17.30 -18.30 Uhr IDIGO Qi Gong

Freitag:

17.30 Uhr Hatha Yoga

NEU – NEU – NEU – NEU -

Letzten Sonntag im Monat:

14.30 – 17.00 Uhr

Handarbeit am Sonntag.

Wir wollen in einer gemütlichen Runde beisammen sein. Jeder kann seine Handarbeiten mitbringen oder man kann auch neues erlernen.

Kinder haben die Möglichkeit zum Spielen. Bitte um Voranmeldung

Blutspende

24.08., 7. 12. von 16.00 - 19.00 Uhr

<https://www.blutspende-nordost.de/blutspendetermine/termine?term=gro%C3%9F%20leuthen>