

<b>MONTAG</b>	<b>DIENSTAG</b>	<b>MITTWOCH</b>	<b>DONNERSTAG</b>	<b>FREITAG</b>
9:30 Uhr - 11:30 Uhr <b>Frühstück für Alle</b> 3 € / 2 € ermäßigt mit Julian und Tyler	10:00 - 12:00 Uhr <b>Deutschtraining</b>  mit Parissa	10:00 - 12:00 Uhr <b>Deutschtraining für Frauen</b> B1-Niveau mit Nina	10:00 - 12:00 Uhr <b>Deutschtraining für Frauen</b> A1-Niveau mit Nina	<b>Die Angebote sind überwiegend kostenfrei und ohne Anmeldung.</b>
11:30 Uhr – 13:00 Uhr <b>Spiele spielen am Vormittag</b>  mit Julian und Tyler	14:00 - 15:00 Uhr <b>Spiele für Kinder</b> ab 3 Jahren mit Marlis	15:00 - 18:00 Uhr <b>Quartierssprechstunde</b>  Claudia Deppermann	13:00 - 16:00 Uhr <b>Kochen für Frauen</b> 2 € Kostenbeitrag mit Samira	
13:00 - 15:00 Uhr <b>Frauentreff</b>  mit Jette	18:00 - 19:00 Uhr <b>Trommeln für Erwachsene</b> mit Julian	15:00 - 17:00 Uhr <b>Offener Treff</b>  mit Julian	13:00 - 15:00 Uhr <b>Spiele für Kinder</b> ab 3 Jahren mit Marlis	12:00 – 16:00 Uhr <b>Offener Treff „Von Mensch zu Mensch“</b> mit Christoph
16:00 - 17:00 Uhr <b>Hilfe für PC/ Tablet/ Telefon</b>  mit Martin	18:00 - 19:30 Uhr <b>Häkeln &amp; Stricken</b>  mit Christiane	15:30 - 16:30 Uhr <b>Entspannung für Alle</b>  mit Kristin	16:30 - 17:30 Uhr <b>Bewegung und Entspannung für Frauen</b> mit Kristin	16:00 – 16:45 Uhr <b>Tänzerische Früherziehung</b> 3 -5 Jahre <span style="background-color: #00ffff;">ab 7. Februar</span> mit Dilara
16:00 – 16:45 Uhr <b>Tanzen für Mädchen</b> 9 – 15 Jahre mit Dilara	jeden 2. Dienstag im Monat  <span style="background-color: #00ffff;">11. Februar 2025</span> 14:00 - 17:00 Uhr  <b>Seniorentreff</b> mit Kaffee, Kuchen, Bingo und Singen in Kooperation mit der ev.-luth. Kirchengemeinde Philippus und Rimbart  <b>im Hafertreff</b>	17:00 – 17:30 Uhr <b>Raumvermietungs- sprechstunde</b> Birgit Bodmann	18:00 - 19:30 Uhr <b>Orientalischer Tanz</b>  mit Christiane	17:00 – 17:45 Uhr <b>Kindertanz</b> 4 - 8 Jahre für Jungen und Mädchen mit Dilara
17:00 – 17:45 Uhr <b>Bauch, Beine, Po für Frauen</b>  mit Dilara		17:30 - 18:30 Uhr <b>Yoga für alle</b>  mit Ayleen	 jwrg	18:00 – 18:45 Uhr <b>Zumba für Frauen</b>  mit Dilara
18:00 – 18:45 Uhr <b>Fit &amp; Vital für ältere Frauen und Schmerzpatienten</b> <span style="background-color: #00ffff;">ab 3. Februar</span> mit Dilara		<b>Ferienprogramm „Unter Strom“</b> In den Schulferien bietet der Hafertreff mit Dr. Barbara Kranz-Zwenger am 10. sowie am 17. März von 14 – 17 Uhr <b>Workshops aus dem Bereich Elektronik „Löten verbindet“</b> an. Die Kurse sind kostenlos und richten sich an 10 – 14-jährige Teilnehmer*innen. Um Anmeldung wird gebeten. Ihr/Euer Hafertreffteam		