

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
<p>9:30 Uhr - 11:30 Uhr <b>Frühstück für Alle</b></p> <p>mit Julian und Tyler</p>	<p>10:00 - 12:00 Uhr <b>Deutschtraining</b></p> <p>mit Parissa</p>	<p>10:00 - 12:00 Uhr <b>Deutschtraining für Frauen</b> B1-Niveau mit Nina</p>	<p>10:00 - 12:00 Uhr <b>Deutschtraining für Frauen</b> A1-Niveau mit Nina</p>	<p style="text-align: center;"><b>Die Angebote sind überwiegend kostenfrei und ohne Anmeldung. Alle Kurse sind inklusiv und barrierefrei.</b></p> 
<p>11:30 Uhr – 13:00 Uhr <b>Spiele spielen am Vormittag</b></p> <p>mit Julian und Tyler</p>	<p>14:00 - 15:00 Uhr <b>Spiele für Kinder</b> ab 3 Jahren mit Marlis</p>	<p>15:00 - 17:00 Uhr <b>Offener Treff</b></p> <p>mit Julian</p>	<p>13:00 - 16:00 Uhr <b>Kochen für Frauen</b> 2 € Kostenbeitrag mit Samira</p>	
<p>13:00 - 15:00 Uhr <b>Frauentreff</b></p> <p>mit Jette</p>	<p>18:00 - 19:00 Uhr <b>Trommeln für Erwachsene</b></p> <p>mit Julian</p>	<p>15:00 – 16:00 Uhr <b>Entspannung für Alle</b></p> <p>mit Kristin</p>	<p>13:00 - 15:00 Uhr <b>Spiele für Kinder</b> ab 3 Jahren mit Marlis und Nadine</p>	
<p>16:00 - 17:00 Uhr <b>Hilfe für PC/ Tablet/ Telefon</b></p> <p>mit Martin</p>	<p>18:00 - 19:30 Uhr <b>Häkeln &amp; Stricken</b></p> <p>mit Christiane</p>	<p>16:15 - 17:15 Uhr <b>Bewegung und Entspannung für Frauen</b> mit Kristin</p>	<p>18:00 - 19:30 Uhr <b>Orientalischer Tanz</b></p> <p>mit Christiane</p>	
<p>16:00 – 16:45 Uhr <b>Tanzen für Mädchen</b> 9 – 15 Jahre mit Dilara</p>	<p>jeden 2. Dienstag im Monat</p> <p style="text-align: center;"><b>13. Mai 2025</b> 14:30 - 17:30 Uhr</p> <p style="text-align: center;"><b>Seniorentreff</b> mit Kaffee, Kuchen, Bingo und Singen in Kooperation mit der ev.-luth. Kirchengemeinde Philippus und Rimbart</p> <p style="text-align: center;"><b>im Hafertreff</b></p>	<p>16:00 - 18:00 Uhr <b>Quartierssprechstunde</b></p> <p>Claudia Deppermann</p>	 <p style="text-align: center;"><u>Standreservierung</u> per Mail: haferbloecken@jwrg.de telefonisch: 040 - 328 928 3700</p>	
<p>17:00 – 17:45 Uhr <b>Bauch, Beine, Po für Frauen</b></p> <p>mit Dilara</p>		<p>17:00 – 17:30 Uhr <b>Raumvermietungs- sprechstunde</b> Birgit Bodmann</p>		<p>17:00 – 17:45 Uhr <b>Kindertanz</b> 4 - 8 Jahre für Jungen und Mädchen mit Dilara</p>
<p>18:00 – 18:45 Uhr <b>Fit &amp; Vital für ältere Frauen und Schmerzpatienten</b></p> <p>mit Dilara</p>		<p>17:30 - 18:30 Uhr <b>Yoga für alle</b> mit Ayleen</p> <p>Kooperation mit „Yoga hilft“</p>		<p>18:00 – 18:45 Uhr <b>Zumba für Frauen</b></p> <p>mit Dilara</p>