



Pavillon-Kurier



Juli/August

Die Mittelalterfrau

Ich finde mich wie maximal
40 Jährchen an der Zahl
Mein Geist - er ist noch quicklebendig
Knie und Hüfte auch noch wendig...
Na ja, nicht ganz, es kneift schon sehr
In den Knochen bitte sehr...
Vor allem, wenn ich früh erwache,
dann ist das stets so eine Sache,
komm aus dem Bett mit einem Ächzen,
vorsichtig! Will nix verletzen...
Bis die Knochen sind in Schwung,
geht schon 'ne halbe Stunde rum.
Im Spiegel: Wer ist diese Alte?
Ach verflix - ne neue Falte...
REPARATUR ist wichtig nun,



Da muss man noch ein bisschen tun...
Her mit der Creme, die verspricht
„mit MIR - KEIN Fältchen im Gesicht“
Na ja, wir woll'ns nicht übertreiben
und fangen an sie einzureiben...
Der Glaube ist das A & O,
das macht den Hersteller doch froh.
So langsam komm ich in die Gänge,
wenn ich mich in die Kleider zwänge,
bissel knapp, doch immerhin
weiß ich wieder, wer ich bin:
Eine „MITTELALTER-Frau“
Wie alt?
Weiß ich nicht mehr so genau!!?

*Ada Ondra-Otto
Aktive Senioren*

Spruch des Monats: Monde und Jahre vergehen, aber ein schöner Moment leuchtet das ganze Leben hindurch.

F. Grillparzer



„Über 7 Brücken musst Du geh'n“, komponierte einst die DDR-Gruppe Karat. Es wird besungen, wie unterschiedlich Lebenswege sein können. „Sieben dunkle Jahre übersteh'n“. Schon Monate oder nur Wochen voll Beschwerden und Hindernissen genügen, um Dich aus der Bahn zu werfen. Brücken führen bekanntlich über Täler. Manche scheinen endlos und finster zu sein. Es kommt vor, dass wir nirgendwo ein Ende des Weges erkennen. Wohl dem, der einen Partner hat, der ihm auf solch einer unübersichtlichen Wegstrecke beisteht und ihn darauf aufmerksam macht, wieviel Schritte er doch schon durch Tunnel und finstere Täler gegangen ist. Auch gute Freunde können hier Halt geben. Manche halten Kontakt über Messenger-Dienste wie WhatsApp oder Telegram und schicken aufmunternde oder tröstende Worte. Andere senden klassische Karten und Briefe. Einige leisten ohne viel Wirbel hilfreiche Freundschaftsdienste. Es gibt auch solche, die lassen kleine Aufmerksamkeiten überbringen in Form eines Buddhas oder Sorgenpüppchens, die Ängste und Kümernisse vertreiben sollen.

Ich wünsche jedem Leser solche Freunde, wenn er sich in einer Lage befindet, die Beistand benötigt, der allgegenwärtig vom Nachttisch strahlt und Hoffnung gibt. Nur mit solchen Partnern und Freunden kommt man gut durchs Leben.

Ich danke allen Lesern, die einmal jemandem solch ein Freund gewesen sind. Im Sinne von Karat wünsche ich Ihnen Ihr Schaukelpferd zurück und dass ein Glücksstern Sie hell erleuchtet.

Friederike Hoerst-Röhl

Helga und Sabine in Urlaubsplanung



Helga: Hallo Sabine! Wir haben uns ja schon lange nicht gesehen. Was treibst Du denn so in diesem typisch deutschen Sommer?

Sabine: Bei dem vielen Regen ist alles so gewachsen und man konnte nicht raus. Da haben sich natürlich auch die Zecken unerlaubt vermehrt. Prompt hat mich so ein Biest gebissen. Weil ich nicht geimpft war, bin ich natürlich gleich krank geworden. Ich glaube, diesen Sommer fahr ich nach Skandinavien. Da gibt's die Viecher nicht.

Helga: Wir fliegen nach Afrika. Endlich kann man das wagen, nach so langer Zeit. Wir schauen uns da die Natur an und die Menschen und die Kultur.

Sabine: Ist das nicht gefährlich? Ich glaub ja nicht, dass es da heute noch Menschenfresser gibt, aber die Kultur ist doch schon anders.

Helga: Was bist Du doch für ein Rassist! Kuck mal die Massai im Niger, die sind doch genauso Menschen wie wir, bloß anders eben. Die Krieger dort, die sollen ja so schöne Tänze aufführen, um die Frauen für sich einzunehmen.

Sabine: Ach, Du meinst so Folkloretänze, mit so bunter Verkleidung! Dafür muss ich nicht nach Afrika. Das Land Niger darfst Du nicht mehr so nennen, genau wie Schwarzfahren, damit sich da keiner rassistisch belegt fühlen kann.

Helga: Das ist doch nicht dasselbe. Schau mal, wenn die Afrikaner das machen, ist das authentisch. Wenn Deutsche das machen ist das kulturelle Aneignung.

Sabine: Ach so, ich darf also nicht tanzen? Wenn die Afrikaner tanzen, darfst Du sie wie die Affen im Zoo begaffen, aber wenn Du denen ihren Perlenschmuck abkaufst, ihn daheim trägst und selber tanzt, bist Du böse. Wenn Dich jemand fragt, wo Du den herhast, darfst Du nur sagen: „Von einem Menschen.“ Alles andere wäre ja Schubladendenken. Darf ich nun Folkloretänze tanzen oder nicht?

Helga: Doch, schon, aber halt nur deutsche Tänze!

Sabine: Kein Tango, Rumba, Polka oder Kasatschok?

Helga: Gott! Russische schon gar nicht! In dem Fall nicht wegen der kulturellen Aneignung sondern wegen Putin.

Sabine: Was kann denn der Kasatschok für Putin? Neulich haben wir aber noch mit den Senioren Sirtaki getanzt. Ist das auch Aneignung?

Helga: Sirtaki ist ja eigentlich gar kein Volkstanz. Der wurde mal extra für Alexis Sorbas mit Anthony Quinn erfunden. Das ist erlaubt.

Sabine: Aber Square-Dance dürften die Senioren wirklich nicht tanzen? Das ist doch so eine Aneignung, oder etwa nicht? Schon gar nicht mit amerikanischen Trachten.

Helga: Amerikanisch gibt's nicht. Das ist genehmigt. Nimm mal an, Du fährst nach Frankreich und spielst auf dem Dorfplatz mit den Einheimischen Boule. Das ist erlaubt. Alleine spielen darfst Du es aber nicht, schon gar nicht bei uns.

Sabine: Alleine wäre auch langweilig! Da müssen die Senioren aber ihren Bouleplatz zuschütten. Du, da hat ja der Bürgermeister schon mitgespielt. Wenn das die Luisa Neubauer erfährt, dass unser OB ein kultureller Aneigner ist..... Alter Schwede! Was bring ich denn da meinem Bruder aus dem Urlaub mit, wenn das Landestypische im Land bleiben muss, weil es sonst Aneignung ist?

Helga: Du darfst schon „Starköl“ oder „Brännvin“ mitbringen, wenn Du es Dir leisten kannst. Bloß nicht so saufen wie die Schweden, gell!

Sabine: Jetzt bist Du aber der Rassist!

Helga: Wieso? Die Schweden sind doch keine Rasse! Du musst das eben alles nur richtig einordnen. Das hat doch die Dunja Hayali genau erklärt, wie sie für uns alles einordnet. Die Welt ist so kompliziert. Das muss uns schon jemand von außen erklären. Sonst verstehen wir das nicht. Wohin wir verreisen dürfen, das erklärt uns dann wieder die letzte Generation. Also auf keinen Fall mit dem Flugzeug. Es sei denn Du bist ein Sympathisant. Dann stimmt ja die Einstellung.

Sabine: Du, das soll verstehen, wer will. Ich fahre jedenfalls nach Schweden und ich schick Dir auch eine Karte, trotz Weltuntergang oder gerade deshalb. Ich wünsche Dir einen schönen Urlaub und viel Spaß bei den Massai. fhr

Auf in den Sommer!

„Pack die Badehose ein, nimm dein kleines Schwesterlein ...“

singt Schlagersternchen Conny Froboess in ihrem Ohrwurm aus den frühen Fünfzigern. Ach, die Sommerzeit, die weckt in uns so viele Erinnerungen an unsere Kinder- und Jugendtage. Mit keiner anderen Jahreszeit verbindet sich so viel Sinnlichkeit wie mit den Sommermonaten. Endlich barfuß laufen, schwimmen im kühlen See, die Abende bei milder Luft im Freien verbringen.

Alles scheint leicht und einfach. Doch heutzutage sind die Sehnsüchte und das, was sich uns mit dem Sommer verbindet, unterschiedlicher Natur. Den einen zieht es an die See, den anderen in die Berge. Manch einer träumt von der kühlen Brise an der Nordsee. Ein anderer bleibt am liebsten daheim und genießt auf Terrasse oder Balkon. Ein Zitronenbaum zaubert mediterranes Flair und wenn die Rosen gerade mal keine Läuse haben, ist es gar wunderbar. Die Enkel, unsere kleinen Sonnenscheine kommen – und sie bleiben über Nacht, wollen im Garten schlafen. Ach, Kinder, das geht doch nicht! Aber wenn der Opa am nächsten Tag eine Kutschfahrt auf'm Reiterhof zahlt, steht der Sommerfreude nichts mehr im Weg. Im Sommer sammeln wir all die Farben, die uns über den grauen Winter tragen. Und so entsteht auch ein ganz besonderes Sommergefühl durch die bunten Quilts, die da im Wind flattern und an einen marokkanischen Bazar denken lassen. Auch so kann ein Sommertag sein. Was macht für Sie den perfekten Sommertag aus? Wir sind neugierig darauf, es zu erfahren. Gerne dürfen Sie uns per Mail oder postalisch ein Foto zusenden mit Ihrer Geschichte zum Bild. Oder Sie geben es einfach im Tages-Café ab. Wir setzen uns anschließend mit Ihnen in Verbindung und schreiben gemeinsam an Ihrer Erinnerung an die besondere Situation der Aufnahme.

In den Monaten Juli/August wird es nur eine Ausgabe des Pavillonkuriers geben. Im September geht es wieder wie gewohnt im monatlichen Turnus weiter.

Wir wünschen Ihnen allen einen schönen Sommer, entweder hier oder in der Ferne. Hauptsache Sie haben mächtig Spaß, können sich erholen und kommen gesund wieder zu uns in den Enzpvavillon. Bitte denken Sie dran ein paar schöne Fotos zu schicken, die wir dann im September drucken können. Damit das fristgerecht klappt, bräuchten wir die Bilder bis spätestens 15.8. per E-Mail an redaktion@aktive-senioren.org

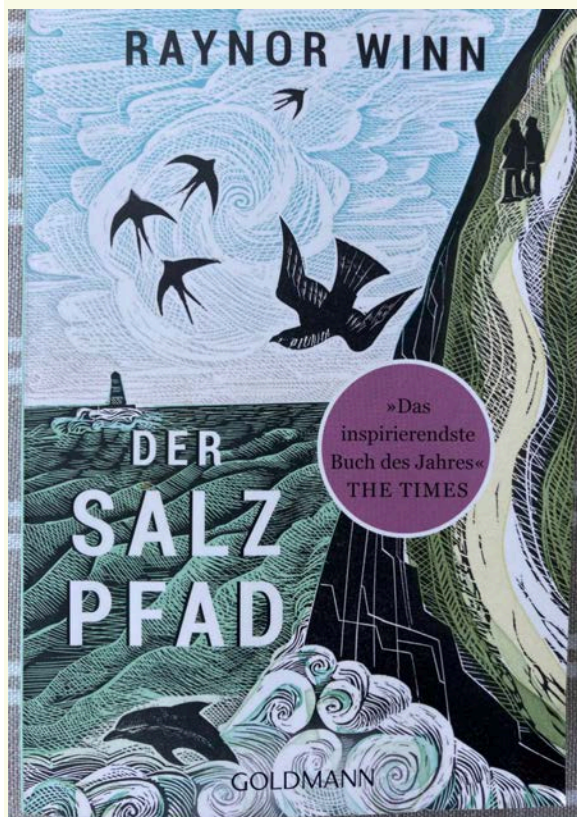
ai

Bleiben Sie gesund und munter! Ihre Redaktion



Buchbesprechung

Raynor Winn, „Der Salzpfad“ (Goldmann-Verlag)



Raynor und Moth Winn leben auf einer Farm in Wales, unweit der Küste. Als sie das Anwesen kaufen, ist es in heruntergekommenem Zustand. Doch mit Kraft ihrer Hände renovieren sie es, ziehen dort zwei Kinder groß, halten Schafe und Hühner und bieten Städtern in einer hübsch eingerichteten Ferienwohnung ein paar Tage Erholung auf dem Land. Ein idyllisches Familienleben. Bis sich eines Tages der Horizont verdüstert und Moth durch die Beteiligung an einem dubiosen Investment eines alten Schulfreundes sein gesamtes Vermögen sowie Haus und Hof verliert. Gleichzeitig erhalten Raynor und Moth von einem Arzt, die Diagnose, dass Moth an einer tödlichen Krankheit leidet: CBD, kortikobasale Degeneration. Schatten und Licht. Sonnige Tage verwandeln sich mit einem Mal in einen Abgrund.

Doch anstatt zum Wohnsamt zu gehen und um eine Unterkunft zu betteln, nehmen die beiden noch einmal ihre ganze Kraft zusammen, schultern Rucksäcke und begeben sich auf den über 1000 km langen South West Coast Path, Englands längsten und wildesten Küstenweg. Von Minehead nach Poole. Würden sie das jemals schaffen?

Raynor orientiert sich am Reisebuch von Paddy Dillon. Doch schon sehr bald wird klar, dass sie in dem beschriebenen Tempo nicht unterwegs sein konnten. Moth ist durch die Krankheit geschwächt und es geht nur sehr langsam voran.

Es ist keine Komfort-Wanderreise, was die beiden machen. Fast immer campen sie wild zwischen Ginster und Heidekraut, zuweilen auch sehr abenteuerlich am Rand von Klippen. 50 Pfund haben sie pro Woche zur

Verfügung für Proviant und Übernachtung. Es gibt viele Entbehrungen, doch Raynor und Winn schöpfen Kraft aus der Natur und ihr Joker ist, dass sie unendlich viel Zeit haben und frei sind.

Raynor Winn nimmt uns in ihrem Buch „Der Salzpfad“ mit auf diese Tour. „Wir teilten uns einen Müsliriegel und eine Banane, während wir nach Westen auf einige der höchsten Steilklippen Englands blickten.“ Hautnah sind wir dabei, gradeso als hätten wir selbst die Wanderstiefel an.

Nature Writing ist mittlerweile ein beliebtes literarisches Genre, bei dem es um Naturbeschreibung geht. Raynor Winn beherrscht dieses Handwerk aufs vortrefflichste.

Nature Writing ist eine Mischung aus Wissenschaft und Literatur. Die Wurzeln liegen im Angelsächsischen und knüpfen an frühere Jahrhunderte an. „Der Salzpfad“ ist das erste Buch einer Trilogie. Die beiden anderen Werke „Wilde Stille“ und „Überland“ knüpfen an die Ausgangsgeschichte von Raynor und Moth an.

Balance- und Krafttraining im Enz pavillon

Werden Sie aktiv und tun Sie etwas für Ihre Gesundheit!



Donnerstags pünktlich um 5 vor 9 treffen sich die Teilnehmer zu einer besonderen Trainingsrunde. Frau Möhrle ist bereits vor Ort und bereitet alles vor. Mit den Balanceübungen beginnen die Übungseinheiten. Zur Sicherheit sind jeweils 2 Stühle pro Teilnehmer aufgestellt, damit man sich im Notfall festhalten kann.

Mit einem Lächeln werden die Übungseinheiten durchgeführt. Nach einer kurzen Pause kommt der zweite Teil, d.h. das Krafttraining mit Hanteln und Gewichtsmanschetten an den Knöchel. Auch hier kommt der Spaß nicht zu kurz. Es ist eine lustige Runde, die gemeinsam mit Frau Möhrle die Trainingseinheiten durchführen. Man muss die Muskeln spüren und auch ein Muskelkater ist erwünscht, um einen Erfolg zu erzielen.

In beiden Einheiten werden in den Ablauf jeweils Gedächtniseinheiten mit eingebaut.

Mit einem wachsamen Auge überprüft Frau Möhrle die richtige Stellung der Füße etc. Nur soviel als möglich und so wie es für jeden Teilnehmer am besten sind. Und nicht vergessen Lächeln gehört auch dazu.

Kommen Sie einfach vorbei und testen Sie diese interessante Variante der Gymnastik. Wir freuen uns auf Ihr Kommen.

Alle sind musikalisch (außer manche) Vergnügliche Musikstunde



Das heitere Mienenspiel von Christoph Reuter und seine roten Schuhe sorgen gleich zu Beginn der Veranstaltung für gute Laune im Enzpvavillon.



Er lädt das Publikum ein, die Welt der Musik neu zu entdecken, spielt virtuos klassische Titel und Eigenkompositionen, kreierte mit dem Herzschlag und Ziffern einer Telefonnummer melodische Rhythmen.

Von Beethoven bis Heavy Metal ist Musik heutzutage rund um die Uhr verfügbar.

Jeder kann Lieder aus der Werbung mitsummen oder wird emotional, wenn bestimmte Filmtitel gespielt werden. Reuter überzeugt kurzweilig und humorvoll, dass eigentlich alle Anwesenden musikalisch sind. gr





Geburtstagsfeier 21.6.2023



Pünktlich um 14:30 Uhr waren die meisten Tische im Enz pavillon von unserem fleißigen Serviceteam gedeckt.

Nach einer kurzen Begrüßung durch Dieter Friedrich begannen die Schülerinnen der Musikschule unter Leitung von Frau Betsch ihre Stücke zu spielen. Danach brachte Bernd Junghans mit seiner jungen Tanzgruppe Bewegung in den Pavillon. Zunächst mussten alle etwas mitmachen. Dann konnten wir die schwungvollen Tänze der jungen Damen seiner Tanzschule bewundern und beklatschen. Sogar eine Zugabe wurde verlangt und prompt geliefert.



Auch die zwei lustigen Sketche mit Jutta, Maria und Werner und das Ratespiel mit Inge Kaminski wurden freudig aufgenommen, was sich auch an der Länge des Beifalls ausdrückte.

Wir lassen die Fotos sprechen um die Stimmung an diesem schönen Nachmittag etwas näher darzustellen.

pr



Neues aus dem Bereich

Boule und Nordic Walking



Boule-Gruppe

Das Boule-Spiel erfreut sich am Freitagnachmittag zunehmend großer Beliebtheit! Das ist einerseits erfreulich, andererseits steigt die Zahl der Mitspieler in den beiden Gruppen über die Grenze von 12 Mitspielern. Das führt dazu, dass nicht alle am Spiel teilnehmen können und nur Zuschauer sind. Dies löst Frust aus und die Betroffenen kehren dem Boule-Spiel den Rücken.

Da so nicht allen die Gelegenheit gegeben wird, am Spiel teilzunehmen, liegt dies nicht im Interesse der Spielführer.

Als Lösung ist angedacht, am Dienstag eine weitere Gruppe zu bilden. Dazu benötigen wir einen Spielführer, der das Regelwerk kennt bzw. erklärt.

Wer Interesse für den Dienstag-Termin hat, möchte sich bitte am Freitag bei den Spielführern Wilfried und Roswitha melden. Beide werden die entsprechenden Voraussetzungen für den Dienstag schaffen und die Umsetzung unterstützen. uf

Nordic Walking-Gruppe

Wie beim Boule, so ist auch beim Nordic Walking eine erfreuliche Tendenz zur Teilnahme am Montag festzustellen. Bewegung steht hier hoch im Kurs. Aber!! Die Frauen sind deutlich in der Überzahl, die Herren machen sich rar. Offensichtlich haben sie noch nicht erkannt, dass Bewegung das Wohlbefinden steigert und der Gesundheit nicht abträglich ist! Mittlerweile liegen die Teilnehmerzahlen zwischen 12 und teilweise über 20. Durch die unterschiedliche Kondition und Beweglichkeit zieht sich die Gruppe entlang der Strecke in die Länge, so dass die Übersichtlichkeit verloren geht. Wir haben daher in der Gruppe abgestimmt, dass wir 2 Gruppen mit unterschiedlicher Geschwindigkeit bilden. Die erste Gruppe geht die große Runde und die zweite nimmt einen kürzeren Weg. Beim Lusthaus treffen sich beide Gruppen zur gemeinsamen Gymnastik. Die durchgeführten Versuche bestätigen diese Vorgehen. uf

Vitrinen-Verkauf

Unsere Seniorinnen von der KreAktiv-Werkstatt und dem Kreativen Malen waren wieder fleißig und möchten Ihnen ihre Produkte bei einem Vitrinen-Verkauf gerne zum Kauf anbieten.

Am **Dienstag, den 18. Juli 2023** werden wir die Vitrinen **von 14:00 bis 18:00 Uhr** für Sie öffnen und freuen uns auf Ihren Besuch.



Seniorensseminar, Bahnprojekt Stuttgart 21 Baustellenführung



Pünktlich waren wir alle am Sonntagmorgen am Bietigheimer Bahnhof und mit dem MEX12 kamen wir im Nu in Stuttgart an. Ein kurzer Weg um die Ecke und schon standen wir vor der Tür zum Infozentrum. Dort erklärte man uns den Ablauf der vergangenen Jahre. Aber das haben wir durch die Nähe zu

Bietigheim alles schon verfolgt. Trotzdem gab es doch noch etwas Neues zu erfahren. Die ganze Infrastruktur um Stuttgart herum, die so ein Projekt mit sich bringt und bringen soll, wurde uns anhand von großen Plänen noch einmal genau erklärt. Es ist ja nicht nur die Verbindung Stuttgart - Ulm. Auch die ganze Technik, die dahinter steckt, ist enorm. Die Leit- und Fahrsysteme müssen ja international zusammenpassen. Im zweiten Stock konnte man anhand von einem Film, in dem eine Drohne das fertige Projekt durchflog, alles genau sehen, wie es einmal sein soll. Und dann war es endlich soweit, dass wir durch das U-Geschoss zur Baustelle



geleitet wurden. Erst ging aber die Sicherheit vor. Rote Helme, orangene Westen, Strümpfe für die hohen roten Gummistiefel. Es war gigantisch, die Tragesäulen in diesem Zustand zu sehen. Im Dezember 2025 soll die Einweihung stattfinden. Man war sehr zuversichtlich, dass dieser Termin auch so stehen bleibt. Was in Stuttgart dann mit den zur Verfügung stehenden Grundstücken und freien Plätzen geschieht, darüber werden noch einige Jahre vergehen. Dann ging alles ganz schnell, da die nächste Führung schon anstand. In ein paar Minuten war auch unser Zug nach Bietigheim schon da und wir waren ruckzuck zu Hause. ea

Leserbriefe:

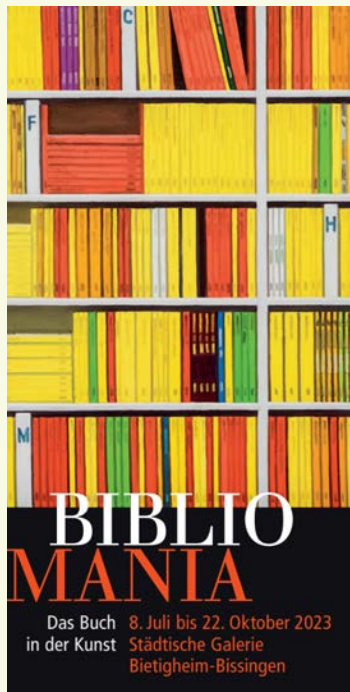
Hier könnte Ihre Meinung stehen. Lassen Sie uns bitte teilhaben. Wir wollen uns ständig verbessern und brauchen deshalb Rückmeldungen unserer Leser. Nutzen Sie bitte die Seite „Leserbriefe“. Auf der Seite des Pavillonkuriers gibt es einen Link zu dieser Seite. In der Navigation unter „Verein“ finden Sie auch den Link zu den Leserbriefen. pr

Seniorensenar 2023

Donnerstag, 27. Juli 2023

Ausstellung „Bibliomania – das Buch in der Kunst“

Führung und Workshop in der Galerie: 09:00 bis 12:00 Uhr



Nach einer einstündigen Führung beginnt der Workshop.

Wichtig ist, dass jeder sein eigenes Buch mitbringt, das künstlerisch überarbeitet werden kann, aber nicht mehr lesbar ist.

Anschließend um 12:00 Uhr können wir im neu eingezogenen Restaurant bei der Galerie einkehren.

Anmeldungen bei:

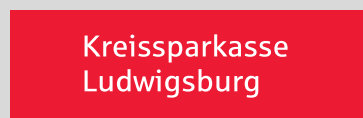
Renate Wendt.

Email:

wendt.74321@gmail.com

oder Tel. 07142 913404

Preis für Führung und Workshop: 15,00 Euro



Impressum

Herausgeber: Aktive Senioren Bietigheim-Bissingen e.V.
 Redaktion: Peter Röhl (pr), Udo Fürderer (uf), Friederike Hoerst-Röhl (fhr), Erika Amrhein (eam), Renate Grimm (gr), Angelica Inhoffen (ai), Erika Allen (eal), Ada Ondra-Otto (ao)
 74321 Bietigheim-Bissingen, Am Bürgergarten 1
 Tel.: 07142 51155, E-Mail: info@aktive-senioren.org
 Internet: www.aktive-senioren.org
 Bankverbindung: KSK Ludwigsburg,
 IBAN: DE 50 6045 0050 0007 0200 07, BIC: SOLADES 1L BG
 Druck: DV Druck Bietigheim,
 Druck- und Verlagsgesellschaft Bietigheim mbH
 Kronenbergstraße 10, Telefon 07142 403-0, Fax 07142 403-125

Aktuelle Änderungen finden
 Sie im Internet auf unserer Seite:
www.aktive-senioren.org

Wöchentlich wiederkehrende Aktivitäten		
Diese Termine stehen nicht zusätzlich im Kalender		
Montag	10:00	Nordic Walking im Forst jeden Montag! Auch an Feiertagen, bei jedem Wetter
	10:30	DRK Fitgymnastik
Dienstag/Donnerstag	14:00	Zum Beispiel: Skat, Binokel, Bridge, RummyCup, Canasta, Poker, uvm.
Freitag	13:00	Line-/Square Dance (14:30) im Wechsel

Montag	3.7	14:00	Gedächtnstraining Gruppe 6
Dienstag	4.7	8:55	Balance- und Krafttraining Gr. 1
		10:30	Balance- und Krafttraining Gr. 2
		14:00	Gedächtnstraining Gr. 5
		14:00	Spielenachmittag
		16:00	Moderne Medien
Mittwoch	5.7	7:30	Fahrt zur Bundesgartenschau
Donnerstag	6.7	14:00	Kreatives Malen
		14:00	Spielenachmittag
		19:00	AS/BSW-Fotogruppe
Freitag	7.7	10:30	Theater AG
		14:00	Pavillon Dancer SD
		14:30	AS Boule Gruppe
Montag	10.7	13:30	KreAktiv - Werkstatt
		15:30	Gedächtnstraining Gruppe 3
Dienstag	11.7	14:00	Spielenachmittag
Mittwoch	12.7	10:00	Werner's Zeichenstunde
		15:00	Tanzen mit Andy
Donnerstag	13.7	8:55	Balance- und Krafttraining Gr. 3
		10:30	Balance- und Krafttraining Gr. 4
		14:00	Spielenachmittag
Freitag	14.7	10:00	Tanzunterricht mit B. Junghans
		13:00	Pavillon Dancer LD
		14:30	AS Boule Gruppe
Montag	17.7	14:00	Gedächtnstraining Gruppe 6
Dienstag	18.7	8:55	Balance- und Krafttraining Gr. 1
		10:30	Balance- und Krafttraining Gr. 2
		14:00	Spielenachmittag
Mittwoch	19.7	10:30	Gedächtnstraining Gr. 2
		14:00	Gedächtnstraining Gr. 5
Donnerstag	20.7	8:55	Balance- und Krafttraining Gr. 3
		10:30	Balance- und Krafttraining Gr. 4
		14:00	Kreatives Malen
		14:00	Spielenachmittag
		19:00	AS/BSW-Fotogruppe
Freitag	21.7	10:30	Theater AG
		14:00	Pavillon Dancer SD
		14:30	AS Boule Gruppe
Montag	24.7	13:30	KreAktiv - Werkstatt
		15:30	Gedächtnstraining Gruppe 3
Dienstag	25.7	14:00	Spielenachmittag
		16:00	Moderne Medien
Mittwoch	26.7	10:00	Werner's Zeichenstunde
		15:00	Tanzen mit Bernd Gottschalk
Donnerstag	27.7	9:00	Seniorensenar (siehe Anzeige)
		14:00	Spielenachmittag
Freitag	28.7	10:00	Tanzunterricht mit B. Junghans
		13:00	Pavillon Dancer LD
		14:30	AS Boule Gruppe
Montag	31.7	14:00	Gedächtnstraining Gruppe 6

Weitere interessante Informationen und aktuelle Berichte finden Sie im Blog auf unserer Homepage! Schauen Sie ruhig einmal vorbei! Wenn Sie es wünschen, schreiben Sie uns einen Artikel oder einen kurzen Beitrag zum Veröffentlichen im Internet.