

Gemeinsam aktiv



Gemeinsam kreativ

# Deutsches Rotes Kreuz

Kreisverband Aalen e.V.



## Begegnungsstätte Annapark

Programm Januar bis Juni 2020



Begegnungsstätte Annapark  
- Seniorenwohnanlage Annapark-  
Annastraße 18  
73433 Aalen-Wasseralfingen  
Telefon: 0 73 61 / 7 9448

DRK-Kreisverband Aalen e.V.  
Bischof-Fischer-Straße 119 -121  
73430 Aalen  
Telefon: 0 73 61 / 951-0  
Telefax: 0 73 61 /951108  
E-Mail: [info@drk-aalen.de](mailto:info@drk-aalen.de)  
Internet: [www.drk-aalen.de](http://www.drk-aalen.de)



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

# Inhaltsverzeichnis

---

---

Öffnungszeiten Begegnungsstätte

Vorstellung Janine Piper, Leiterin der Begegnungsstätte

Tanzcafé

Ökumenische Veranstaltungen

Gedächtnistraining

Mittagstisch

Terminkalender Januar bis Juni 2020

Regelmäßige Angebote

# Öffnungszeiten der Begegnungsstätte Annapark in Wasseralfingen

---

Die Begegnungsstätte in der  
Seniorenwohnanlage Annapark steht  
allen älteren Bürgerinnen und Bürgern  
Wasseralfingens offen.

Die Begegnungsstätte Annapark bietet den Besuchern  
Gelegenheit zum Plaudern, Gedankenaustausch, zum  
gemeinsamen Kaffeetrinken und Unternehmungen sowie vieles  
mehr.

Die Begegnungsstätte ist montags, mittwochs und  
freitags in der Zeit von 14.00 bis 18.00 Uhr geöffnet.

Zusätzliche Veranstaltungen, die zu einem anderen Zeitpunkt  
beginnen, finden Sie im Veranstaltungskalender.

Die Leiterin der Begegnungsstätte, Janine Piper, erreichen Sie  
zu den oben genannten Öffnungszeiten unter der Rufnummer

0 73 61 / 7 9448 oder.

[janine.piper@drk-aalen.de](mailto:janine.piper@drk-aalen.de)

Änderungen im Programm bleiben vorbehalten.  
Bitte beachten Sie die Aushänge am Schwarzen  
Brett sowie die Hinweise in der Tagespresse.





Hallo, mein Name ist Janine Piper.  
Ich bin die Leiterin der Begegnungsstätte  
im Annapark in Aalen-Wasseralfingen.

Das vorliegende Programm habe ich für die Besucherinnen und  
Besucher der Begegnungsstätte ausgearbeitet. Ich hoffe, es  
findet Ihr Interesse.

Für Fragen, Anregungen und Kritik stehe ich Ihnen gerne zur  
Verfügung.

Ihre

Janine Piper  
(Telefon 07361 79 448 oder  
[janine.piper@drkaalen.de](mailto:janine.piper@drkaalen.de))

## Begegnungsstätte Annapark

### **Freiwillige ehrenamtliche Mitarbeiterinnen gesucht**

Haben Sie vielleicht ab und zu ein paar Stunden Zeit und Lust,  
uns bei unserer Arbeit zu unterstützen? Sei es, dass Sie bei der  
Bewirtung helfen oder Ihr Talent bei einem gemütlichen Musik-  
nachmittag, einer kreativen Tätigkeit oder sonst einbringen  
möchten. Viele helfende Hände machen unser Programm bunt  
und vielfältig und entlasten den Einzelnen.

Also kommen Sie doch einmal vorbei oder rufen Sie an !

Es freut sich Janine Piper und ihr Team

# Tanzcafé

Das Tanzcafé findet an vier Nachmittagen  
jeweils **am Mittwoch von 14.30 Uhr bis 17.00 Uhr**  
**im Bürgerhaus Wasseralfingen, Bürgersaal statt.**

Live-Musik mit Wolfgang Klaschka,  
DRK-Kreisverband Aalen oder  
einem anderen Musiker.

**Der Eintritt ist frei!**

Die genauen Termine entnehmen Sie bitte diesem  
Programmheft, oder den Aushängen am  
Schwarzen Brett.





# Ökumenische Veranstaltungen

---

**Dienstag**      **28.01.**    14.00 Uhr    **Ökum. Seniorennachmittag**

**Pfr. Quast und Pfr. Golla**  
*Sängerhalle*

**Mittwoch**      **12.02.**    09.00 –  
11.00 Uhr    **Ökumenisches Frauenfrühstück  
in der Vesperkirche**

**„Gerlinde räumt auf“**

*Ref. Fr. Gerlinde Bruckbauer*

*Magdalenenkirche*

**Mittwoch**      **25.03.**    09.00 –  
11.00 Uhr    **Ökumenisches Frauenfrühstück**

**„Zukunft trotz durchkreuzter  
Lebenspläne“**

*Ref. Fr. Irmgard Neugart*

*Sängerhalle*

## Vesperkirche

**02. Februar – 01. März 2019**

**„Gut, dass du da bist“**  
*in der Magdalenenkirche*

**Freitag**                      **07.02.**      11.30 -    **Kleiderabgabe für Kleiderbasar**

**Samstag**                    **+08.02.**    14.30    *Magda-Eckle im Alten Pfarrhaus*  
Uhr

**Sonntag -**                    **09.02. -**    11.30 -    **Kleiderbasar – Verkauf zugunsten**  
**Donnerstag**                **20.02.**    14.30    **der Vesperkirche**

Uhr      *Magda-Eckle im Alten Pfarrhaus*

**Herzliche Einladung ergeht an alle interessierten Senioren !**

## Kirchliche Veranstaltungen

---

### **Krankenkommunion-Termine im Annapark mit Pfarrer Harald Golla**

**immer mittwochs um 10.30 Uhr**

**29. Januar**

**26. Februar**

**25. März**

**29. April**

**27. Mai**

**24. Juni**



# Gedächtnistraining

Mit Geist und Gedächtnis ist es wie mit der Muskulatur. Wird sie einige Zeit nicht gefordert, nimmt ihre Leistungsfähigkeit ab.

Das ganzheitliche Gedächtnistraining leitet über Konzentrationsübungen und Merkspiele das Gehirn zu mehr Beweglichkeit an.

Wissenschaftliche Untersuchungen belegen, dass Gedächtnistraining in Verbindung mit körperlichem Training auch positive Auswirkungen auf die gesamte psychische und physische Befindlichkeit hat.

**Immer am Montag von 16.30 bis 17.30 Uhr**

- die Teilnahme ist kostenlos-

# *Der gemeinsame Mittagstisch*



*Im Annapark*

*findet montags alle  
2 Wochen statt.*

*Kosten: 6,80 Euro*

*Beginn: 12.15 Uhr*

*Anmeldung bei Frau Piper oder am Schwarzen Brett  
-Menü siehe Aushang-*

## Januar

Mittwoch, 8. Januar

**Begrüßung des Neuen Jahres  
mit einem Jahresrückblick in Bildern**

15.00 Uhr

Freitag, 10. Januar

**Ein geselliger Überraschungsnachmittag mit  
Karl Bahle**

15.00 Uhr

Montag, 13. Januar

**„Immer der Nase nach...“**

Duftnachmittag mit ätherischen Ölen.

Ätherische Öle können für seelisches und körperliches Wohlbefinden sorgen, ja sie können sogar heilen....

Erfahren Sie etwas über die wichtigsten Grundlagen im Umgang mit ätherischen Ölen und erschnuppern Sie sich Ihren Lieblingsduft.

Mit Apothekerin Michaela Hroß

15.00 Uhr

Mittwoch, 15. Januar

**Tanzcafé im Bürgersaal mit Live-Musik**

Die Begegnungsstätte bleibt aus diesem Grund heute geschlossen.

14.30 - 17.00 Uhr

Freitag, 17. Januar

**Dieter und Dieter**

Wir werden einen lustigen und auch nachdenklichen Liedernachmittag zum Zuhören und Mitsingen erleben.

15.00 Uhr

Montag, 20. Januar

**Mittagessen im Annapark (12.15)**

**Anmeldung erforderlich bis 17.1.2020!**

Anschließend gibt es ab 14.00 Uhr Kaffee und Kuchen und um 15.00 Uhr

**Tiere und Pflanzen des Jahres 2020**

Manchmal sind es ganz unscheinbare Pflanzen oder Tiere, die man kaum kennt, die man ganz besonders hervorheben möchte bzw. auch schützen will.

Janine Piper

Mittwoch, 22. Januar

**Sicher Wohnen im Alter**

Schützen Sie sich vor Haustürgeschäften, falschen Polizeibeamten, Enkeltricks und anderen Betrügereien. Mit Herr Klotzbücher, Polizeioberkommissar von der Kriminalpolizeilichen Beratungsstelle Schw.Gmünd  
15.00 Uhr

Freitag, 24. Januar

**Lettland im Winter**

Herr Hans Göckeler zeigt Ihnen im Film seine Erlebnisse und Eindrücke von Lettland während seines mehrwöchigen Aufenthaltes im Winter.  
15.00 Uhr

Montag, 27. Januar

**Sketche am Nachmittag**

Ein vergnüglicher Nachmittag mit Jeanette und Hans Meier.  
15.00 Uhr

Mittwoch, 29. Januar

**Das Dienstleistungsinstitut für Audiologie  
- DifAA aus Wasseralfingen**

hält einen Kurzvortrag zum Thema „Hören“.  
Im Anschluss findet eine Fragerunde inklusiver Reinigung und Überprüfung für Ihre Hörsysteme statt.  
15.00 Uhr

Freitag, 31. Januar

**Aktuelle Stunde – wünsch Dir was!**

Ein Nachmittag gestaltet nach den Wünschen der Besucherinnen und Besucher.

14.00 Uhr

**Februar**

Der geplante Vortrag mit Dr. Hans Brennenstuhl konnte leider vor Druck nicht endgültig festgelegt werden, daher erscheint er nun mehrfach in der KW 6.

Montag, 3. Februar

**Mittagessen im Annapark (12.15 Uhr)**

**Anmeldung erforderlich bis 31.1.2020!**

Anschließend gibt es ab 14.00 Uhr Kaffee, Kuchen

und ab 15.00 Uhr **Venezianischer Karneval in**

**Schwäbisch Hall** oder einen Vortrag mit

Dr. Hans Brennenstuhl zum Thema:

**Sport und Bewegung im Alter.**

Mittwoch, 5. Februar

**Sport und Bewegung im Alter**

Vortrag mit Dr. Hans Brennenstuhl

15.00 Uhr

Freitag, 7. Februar

**Kino im Annapark**

oder Vortrag mit Dr. Hans Brennenstuhl

**Sport und Bewegung im Alter.**

15.00 Uhr

Montag, 10. Februar

### **Sizilien – zwischen den Welten**

Die Insel Sizilien zählte bei den Römern noch zu Afrika, aber gehört eindeutig zu Europa. Pfr. Quast informiert über die Weltmächte (von den Griechen über die Römer bis zu den Staufern), die in Sizilien ihre Spuren hinterlassen haben, und über die eindruckliche Landschaft der Insel „zwischen den Meeren“ und erzählt von den vielen Mythen „Siziliens“ bis hin zum heutigen Kampf gegen die Mafia und berichtet von den Begegnungen auf der Studienreise dorthin im Jahr 2019.

15.00 Uhr.

Mittwoch, 12. Februar

### **Vorsorgevollmacht**

An was sollte ich im Alter denken, um möglichst selbst zu entscheiden, wer im Falle eines Falles für mich Entscheidungen treffen muss? Wie sieht es mit einem Testament aus?

Mit Rechtsanwalt Helmut Bezler

15.00 Uhr

Freitag, 14. Februar

### **Wenn die Füße nicht mehr flitzen, tanzen wir vergnügt im Sitzen!**

Alle Altersgruppen werden angesprochen, auch Rollstuhlfahrer, aber vor allem bewegungsfreudige Senioren. Kreislauf, Beweglichkeit, Koordination, Konzentrations- und Reaktionsfähigkeit werden verbessert. Mitmachen lohnt sich!

**Jeder kann nach seinen persönlichen Fähigkeiten mitmachen.**

15.00 Uhr mit Gerda Böttger

Montag, 17. Februar

### **Mittagessen im Annapark (12.15 Uhr)**

**Anmeldung erforderlich bis 14.2.2020!**

Anschließend gibt es ab 14.00 Uhr Kaffee und Kuchen bei gemütlichen Gesprächen und Spielen.



Mittwoch, 19. Februar

**Tanzcafé im Bürgersaal mit Live-Musik**

Die Begegnungsstätte bleibt aus diesem Grund heute geschlossen.

14.30 - 17.00 Uhr

Freitag, 21. Februar

**Die Guggen kommen**

ca. 15.00 Uhr

Montag, 24. Februar

**Rosenmontag im Annapark**

Der Annapark feiert bis die Schwarte kracht.

Beginn: 14.14 Uhr

Mittwoch, 26. Februar

**Politischer Aschermittwoch im Annapark**

Die Ortsvorsteherin Frau Hatam berichtet aus der politischen Arbeit in Wasseralfingen.

15.00 Uhr

Freitag, 28. Februar

**Lettland im Somme**

Herr Hans Göckeler zeigt Ihnen dieses Mal den Sommer

In Lettland, den er auch ein paar Wochen erlebt hat in

u.a. in einem Sommercamp für Jugendliche

15.00 Uhr

## **März**

Montag, 2. März

**Mittagessen im Annapark (12.15)**

**Anmeldung erforderlich bis 28.2.2020!**

Anschließend gibt es ab 14.00 Uhr Kaffee und

Kuchen und ab 15.00 Uhr kommt Frau Kram zum Thema:

**Unser Immunsystem in Topform**

Der Frühling kommt und unser Immunsystem arbeitet

jetzt auf Hochtouren. Was können wir tun, um unseren

Körper zu unterstützen.

Mittwoch, 4.März

**„Unsere Lieblingsbücher“**

Schüler/innen und Lehrer/innen der Realschule  
Bopfingen stellen ihre Lieblingsbücher zum Thema

„**Freundschaften**“ vor.

Mit Carola Merk-Rudolph

15.00 Uhr

Freitag, 6.März

**Wasseralfingen von 1933 bis 1945**

Mit Erik Hofmann

15.00 Uhr

Montag, 9.März

**Bastelnachmittag Teil 1**

Wir wollen etwas Schönes für die Frühlingszeit basteln.

15.00 Uhr

Mittwoch, 11.März

**Wie christliche Symbole missbraucht werden.**

Sie kämpfen gegen Zuwanderung, die Ehe für alle, gegen Gleichberechtigung und Abtreibung:“ Rechte Christen sind seit Jahren auf dem Vormarsch“. Doch welchen Einfluss haben rechte Christen in Deutschland?

Mit Ramona Richter, Pastoralassistentin

15.00 Uhr

Freitag, 13.März

**Bastelnachmittag Teil 2**

Es wird weiter gebastelt mit allen, die noch nicht fertig sind oder beim ersten Termin keine Zeit hatten.

15.00 Uhr

Montag, 16.März

**Mittagessen im Annapark (12.15)**

**Anmeldung erforderlich bis 13.3.2020!**

**Menschen brauchen Engel**

Und andere Kurzfilme wie „Eine runde Sache, Steinkugeln“ oder „Sommer, Spätsommer, Schmetterlinge“

Mit Hans Göckeler

15.00 Uhr

Mittwoch, 18.März

**Erste Hilfe bei Senioren für Senioren**

Manfred Schneider vom DRK wird Ihnen die wichtigsten Dinge zeigen und erklären.

15.00 Uhr

Freitag, 20.März

**Erzählcafé**

14.00 Uhr

**Die Begegnungsstätte Annapark ist vom 23. März bis 25. März 2020 geschlossen. Ab dem 27. März begrüßen wir unsere Besucherinnen und Besucher wieder.**

Freitag, 27.März

**Ein lustiger Nachmittag mit Angelika und Liane**

14.00 Uhr

**Bitte beachten Sie, dass in der Nacht zum Sonntag die Sommerzeit beginnt und die Uhren um eine Stunde vorgestellt werden!**

Montag, 30.März

**Fröhlicher Musiknachmittag mit Franz Wiedenhöfer**

15.00 Uhr

## **April**

Mittwoch, 1.April

**MdB Margit Stumpp**

Die Bundestagsabgeordnete Margit Stumpp kommt zu uns, um Ihnen von Ihrer Arbeit in Berlin zu berichten und sie wird auch gerne Ihre Fragen beantworten.

14.00 Uhr

Freitag, 3. April

**Naturkosmetik**

Es werden z.B. Creme, Zahnpasta oder Haarshampoo hergestellt, je nachdem, was die Teilnehmer gerne machen möchten.

Mit Inés Hermann

14.30 Uhr

**Anmeldung erbeten bis 1.4.2020!**

Montag, 6. April

**Mittagessen im Annapark (12.15)**

**Anmeldung erforderlich bis 3.4.2020!**

Anschließend gibt es ab 14.00 Uhr Kaffee und Kuchen und

**Wir backen etwas Leckeres zu Ostern.**

Mittwoch, 8. April

**Osterfeier im Annapark**

14.00 Uhr

Freitag, 10. April

**Karfreitag - Feiertag**

**Die Begegnungsstätte bleibt geschlossen.**

Montag, 13. April

**Ostermontag - Feiertag**

**Die Begegnungsstätte bleibt geschlossen.**

Mittwoch, 15. April

**Ausflug nach Espachweiler**

Wir machen einen Ausflug zum Espachweilensee und genießen danach Kaffee und Kuchen im Seegasthof.

Abfahrt: 13.30 Uhr am Annap

**Anmeldung und Infos bei Janine Piper, Tel. 79448**

Freitag, 17. April

**Wasseralfingen und rund um den Brauenberg**

Ein Nachmittag mit Bildern und Liedern von und mit  
Roland Gauermann

15.00 Uhr

Montag, 20. April

**Mittagessen im Annapark (12.15)**

**Anmeldung erforderlich bis 17.4.2020!**

Anschließend gibt es ab 14.00 Uhr Kaffee und Kuchen und  
**ab 15.00 Uhr** zeigt Janine Piper

**Teil 1 der Bilder von ihrer Reise durch Rumänien**

Mittwoch, 22. April

**Rumänien Teil 2**

Janine Piper zeigt heute den 2. Teil der Bilder von ihrer  
Reise durch Rumänien.

15.00 Uhr

Freitag, 24. April

**Faszination alter Kulturen**

Ein Filmnachmittag mit Hans Gökeler

15.00 Uhr

Montag, 27. April

**MdB Roderich Kiesewetter**

Der Bundestagsabgeordnete Roderich Kiesewetter kommt  
zu uns, um Ihnen von seiner Arbeit in Berlin zu berichten  
und er wird auch gerne Ihre Fragen beantworten.

15.00 Uhr

Mittwoch, 29. April

**Tanzcafé im Bürgersaal mit Live-Musik**

14.30 - 17.00 Uhr

**Die Begegnungsstätte bleibt aus diesem Grund heute geschlossen.**

## Mai

Freitag, 1.Mai

### **Tag der Arbeit - Feiertag**

Die Begegnungsstätte bleibt geschlossen.

Montag, 4.Mai

### **Mittagessen im Annapark (12.15)**

**Anmeldung erforderlich bis 27.4.2020!**

anschließend ab 14.00 Uhr Kaffeenachmittag und ab 15.00 Uhr

### **Eigentlich wäre noch viel zu sagen**

Jeanette Meier (Tamm) liest Heiteres und Nachdenkliches aus Ihrem neuen Gedichtband.

Mittwoch, 6.Mai

### **Frühlingserwachen bei Witt-Weiden**

Wir sind wieder zu Kaffee, Kuchen, netten Gesprächen und einem gemütlichen Einkaufsbummel eingeladen.

Abfahrt Annapark: 14.00 Uhr

**Anmeldung erforderlich bis 4.5.2020!**

Freitag, 8.Mai

### **Aktuelle Stunde – wünsch Dir was!**

Ein Nachmittag gestaltet nach den Wünschen der Besucherinnen und Besucher

14.00 Uhr

Montag, 11.Mai

### **„Immer der Nase nach...heute mischen wir selbst“**

Stellen Sie sich unter Anleitung ein ätherisches Körperöl her.

Möglich ist die Herstellung eines schmerzlindernden Öles, oder einfach ein duftendes Wohlfühlöl.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Mit Apothekerin Michaela Hroß

15.00 Uhr

Mittwoch, 13.Mai

### **Bläserklasse der Karl-Kessler-Realschule**

Die Schüler und Schülerinnen gestalten wieder einen musikalischen Nachmittag im Annapark und zeigen uns ihr Können.

14.30 Uhr

Freitag, 15.Mai

### **Lustiger Singnachmittag**

Reinhold Schulz wird Ihnen wieder einen gemütlichen Nachmittag mit lustigen Liedern und seiner Gitarre bieten.

15.00 Uhr

Montag, 18.Mai

### **Mittagessen im Annapark (12.15)**

**Anmeldung erforderlich bis 15..5.2020!**

anschließend ab 14.00 Uhr Kaffeenachmittag und  
ab 15.00 Uhr

### **Neues aus dem Rathaus Wasseralfingen**

Frau Hatam, Ortsvorsteherin, bringt wieder Neuigkeiten aus Wasseralfingen und dem Gemeinderat Aalen in den Annapark.

15.00 Uhr

Mittwoch, 20.Mai

### **Insel Reichenau**

Und weitere Kurzfilme wie Bodenseetriathlon, Gefiederte Jäger und Figuren aus Holz wird Ihnen heute Hans Göckeler zeigen.

15.00 Uhr

Freitag, 22. Mai

### **MdB Leni Breymaier**

Die Bundestagsabgeordnete Leni Breymaier kommt zu uns, um Ihnen von Ihrer Arbeit in Berlin zu berichten und sie wird auch gerne Ihre Fragen beantworten.

15.00 Uhr

Montag, 25.Mai.

### **Es weht der Duft frischgebackener Waffeln durch den Annapark.**

14.00 Uhr

Mittwoch, 27.Mai

### **Tanzcafé im Bürgersaal mit Live-Musik**

14.30 - 17.00 Uhr

**Die Begegnungsstätte bleibt aus diesem Grund heute geschlossen.**

Freitag, 29.Mai

### **Landrat Pavel**

Der Landrat Klaus Pavel kommt heute in den Annapark um sich zu verabschieden und Ihnen zu berichten, was sich während seiner Amtszeit alles so getan hat und was er vielleicht auch nicht umsetzen konnte.  
15.00 Uhr

## **Juni**

Montag, 1.Juni

### **Pfingstmontag –Feiertag**

Die Begegnungsstätte bleibt geschlossen.

Mittwoch, 3.Juni

### **Ausflug nach Unterschneidheim**

Wenn es klappt, wollen wir Theresia Nagler und ihr kleines Museum besuchen, anschließend geht es zum Kaffeetrinken.  
Abfahrt Annapark: 13.00 Uhr

**Anmeldung und Infos bei Janine Piper, Tel. 79448**

Freitag, 5.Juni

### **Gartenfest**

Ein kleines Fest im Garten der Anlage mit Musik.  
14.00 Uhr

Montag, 8. Juni

### **Mittagessen im Annapark (12.15)**

**Anmeldung erforderlich bis 5.6.2020!**

anschließend ab 14.00 Uhr gemütlicher Kaffeenachmittag und ab 15.00 Uhr berichtet Diakon Siegfried Herrmann über **Vinzenz von Paul**. Er war ein französischer Priester der von 1581 bis 1660 gelebt hat und sich besonders auf dem Gebiet der Armenfürsorge und Krankenpflege eingesetzt hat. Sein Leitsatz war: „Liebe sei Tat.“ Er wurde 1729 selig- und im Jahr 1737 heiliggesprochen.



**Die Begegnungsstätte Annapark ist vom 10. Juni bis 22. Juni 2020 geschlossen. Ab dem 24. Juni begrüßen wir unsere Besucherinnen und Besucher wieder.**

Mittwoch, 24.Juni

**Aktuelle Stunde – wünsch Dir was!**

Ein Nachmittag gestaltet nach den Wünschen der Besucherinnen und Besucher.

14.00 Uhr

Freitag, 26.Juni

**Erste Hilfe**

Manfred Schneider vom DRK wird Ihnen heute alles rund um HNO-Notfälle erklären und was in einem solchen Fall zu tun ist.

15.00

Montag, 29.Juni

**Mittagessen im Annapark (12.15)**

**Anmeldung erforderlich bis 26.6.2020!**

Anschließend ist Kaffeetrinken mit

**Stadt – Land – Fluss, ein Buchstabe – viele Lösungen**

Ein unterhaltsamer Nachmittag bei netten Gesprächen und Spiel.

14.00 Uhr

**Seniorengymnastik**  
mit Frau Klemen

immer dienstags, von 09.30 bis 10.30 Uhr im  
Gymnastikraum

**Sitzgymnastik für Senioren**  
mit Frau Klemen

immer dienstags, von 10.30 Uhr bis 11.30 Uhr im  
Gymnastikraum

Kosten: 2,50 Euro /Stunde

**ACHTUNG : Die Gymnastik findet auch während der  
Urlaubszeit statt, wenn Frau Klemen nichts anderes mitteilt!**