

Aktuelle Angebote in der DRK Seniorenbegegnungsstätte „Schlange“

In unseren Räumen bieten wir Ihnen einen gemütlichen Ort zum Austausch, zur Information und Beratung, zum Spielen und zur Vernetzung. Wir freuen uns auf Sie! Die Kurse im oberen Raum sind leider **nicht barrierefrei**. *

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
09:30 – 11:00 Uhr Englisch für Fortgeschrittene	09:30-10:50 Uhr * Yoga	10:00 – 11:30 Uhr Gehirnjogging	11:00 – 12:00 Uhr * Stuhlgymnastik	11:00 – 12:30 Uhr Gedächtnistraining
11:15 – 12:45 Uhr Englisch für Einsteiger	11:00 – 12:45 Uhr Gedächtnistraining	10:30 – 11:30 Uhr * Leichtes Workout für Körper und Geist	11:00 – 12:00 Uhr Pflegestützpunkt (1. Do. im Monat)	14:00-17:00 Uhr Freitagscafé mit selbstg. Kuchen
11:00-12:00 Uhr* Gymnastik	11:00 – 12:15 Uhr* Yoga	11:30 – 13:00 Uhr * Exkursion (2. Mi. im Monat)	12:15 – 13:30 Uhr * Qigong	14:00-15:00 Uhr Gymnastik *
14:00 – 16.00 Uhr * Öl-/Acrylmalerei	14:00-16:00 Uhr Singekreis	12:00 – 13:30 Uhr Gehirnjogging	14:00 – 15:30 Uhr * Orientalischer Tanz	14:30-16:00 Uhr Makramee
			14:00 – 19:00 Uhr Kartenspiel	15:00 – 16:30 Uhr * Vorbereitung Erzählbühne
17:00 – 19:00 Uhr Darts	17:00 – 18:30 Uhr Tischtennis	14:00 – 16:00 Uhr Bingo	16:00 – 18:00 Uhr Tischtennis	18:00 – ca. 22:00 Uhr Schach unten und oben *
		16:00 – 19:00 Uhr Kartenspiel		

Kontakt: Frau Susanne Zwiebler | E-Mail: zwiebler@drk-wilmersdorf.de | Tel.: 030 824 76 33 | Schlangenbader Straße 11/12, 14197 Berlin