

## Veranstaltungen Oktober 2025

### AWA Kohlheckstr. 4 (klingeln beim Mittagstisch)

Datum	Uhrzeit	Veranstaltung	Anmeldung
Do., 02.10.	14:30 Uhr	<b><u>Hirnfit! mit Frau Laufer</u></b>	HirnFit! <sup>®</sup> 
Do., 09.10.	14:30 Uhr	<b><u>Hirnfit! mit Frau Laufer</u></b>	HirnFit! <sup>®</sup> 
Do., 16.10.	16:00 Uhr 	<b><u>Dämmerschoppen mit Frau Weigel</u></b>  Kostenbeitrag: 3,50 € (inkl. Imbiss und 1 Getränk)	<b><u>Anmeldung / Info:</u></b> <b><u>Frau Weigel,</u></b> <b><u>Tel.: 0175 260 49 55</u></b>
Fr., 17.10.	10:00 Uhr <b>NEU!</b>	<b><u>Sanft bewegen – besser fühlen!</u></b> <b><u>„Sanfte Yoga im Sitzen“ Aktion</u></b> <b><u>im September und Oktober mit Frau Krause</u></b> Kostenfrei, mit Anmeldung.	<b><u>Anmeldung:</u></b> <b><u>Frau Schröder</u></b> <b><u>31-4657 (bitte auch</u></b> <b><u>auf AB sprechen)</u></b>
Do., 23.10.	14:30 Uhr	<b><u>Hirnfit! mit Frau Laufer</u></b>	HirnFit! <sup>®</sup> 
Do., 30.10.	14:30 Uhr	<b><u>Kaffee und Spielenachmittag mit Frau Weigel</u></b> Kostenfrei, mit Anmeldung. <i>Nach Wunsch Kaffee und Kuchen für 2,50 €</i>	<b><u>Anmeldung / Info:</u></b> <b><u>Frau Weigel,</u></b> <b><u>Tel.: 0175 260 49 55</u></b>
Fr., 31.10.	10:00 Uhr <b>NEU!</b>	<b><u>Sanft bewegen – besser fühlen!</u></b> <b><u>„Sanfte Yoga im Sitzen“ Aktion</u></b> <b><u>im September und Oktober mit Frau Krause</u></b> Kostenfrei, mit Anmeldung.	<b><u>Anmeldung:</u></b> <b><u>Frau Schröder</u></b> <b><u>31-4657 (bitte auch</u></b> <b><u>auf AB sprechen)</u></b>

### **NEU! Sanft bewegen – besser fühlen!**

Zusammen im Sitzen oder Stehen – leicht, wohltuend und mit Spaß an der Bewegung. Für alle, die fit, mobil und mit Freude im Alltag bleiben möchten!