

Aktueller Wochenplan des Nachbarschaftszentrums Amtshaus Buchholz

	BEWEGUNGS-RAUM (OG)	GRUPPEN-RAUM (OG)	MUSIK-RAUM (OG)	KREATIV-RAUM (OG)	COMPUTER-RAUM M (OG)	FAMILIEN-RAUM (OG)	KELLER (UG)	Saal / Galerie (EG)	
MONTAG	<ul style="list-style-type: none"> *Tandem-Yoga für Frauen <u>09:30 – 10:30 Uhr ab Sep</u> *Pilates mit Baby <u>11:00-12:15 Uhr</u> *Qi Gong in der Mittagspause <u>12:00 – 13:00 Uhr</u> *Bauchtanz <u>18:00 Uhr ab Nov</u> 		<ul style="list-style-type: none"> *Klavierunterricht <u>13:15-19:15 Uhr</u> 			<ul style="list-style-type: none"> *Computer-Kurs <u>9:30-11:30 Uhr</u> *Fotobearbeitung <u>11:45 – 13:15 Uhr</u> *Lernförderung <u>14:00-16:00 Uhr Mathe</u> 	<ul style="list-style-type: none"> *Krabbelgruppe <u>12:00-15:00 Uhr</u> 		<ul style="list-style-type: none"> *Tanz-Unterricht Standard, Latein, Swing <u>Basic I</u> <u>18:00-19:15 Uhr</u> <u>Basic II</u> <u>19:30-20:45 Uhr</u>
DIENSTAG	<ul style="list-style-type: none"> *Pekip <u>9:00-10:30 Uhr</u> *Pilates Mach mit, bleib fit <u>11:00-12:00 Uhr</u> *Meditation und Qi Gong für Senioren <u>12:30 – 14:00 Uhr</u> *Kinderballett <u>16:30-17:15 Uhr</u> 	<ul style="list-style-type: none"> *Englisch-Unterricht <u>Gruppe I 9.00 – 12.00 Uhr</u> <u>Gruppe II 12.30 – 13.30 Uhr</u> *Handarbeits-Gruppe (geschlossene Gruppe) <u>16:00-20:00 Uhr</u> 	<ul style="list-style-type: none"> *Klavierunterricht <u>13:15-19:15 Uhr</u> 	<ul style="list-style-type: none"> *Englisch-Kurs <u>15:00-16:00 Uhr</u> 		<ul style="list-style-type: none"> *Familien-Kontakt <u>15:00-17:00 Uhr</u> *Trommeln für Erwachsene <u>18:00-19:00 Uhr</u> * Treffpunkt KIND <u>15:30-17:00 Uhr</u> 		<ul style="list-style-type: none"> * Seniorentanz – Kreistänze und Tanzen mit Objekten <u>11:30-12:30 Uhr</u> *Swing <u>18:00-19:00 Uhr</u> *Tanz-Unterricht Standard, Latein, Swing <u>Basic II 19:30–20:45 Uhr</u> 	
MITTWOCH	<ul style="list-style-type: none"> *Senioren-Sport 2 <u>9:30-10:30Uhr</u> *Senioren-Sport 3 Stuhl-Gymnastik <u>10:30-11:30 Uhr</u> *Qi Gong <u>17:00-18:30 Uhr</u> 	<ul style="list-style-type: none"> *Französisch für Senioren <u>9:30-12:00 Uhr</u> 	<ul style="list-style-type: none"> *Gitarrenunterricht <u>13:15-19:15 Uhr</u> 	<ul style="list-style-type: none"> *Englisch-Kurs <u>10:00-11:00 Uhr</u> *Senioren-Malen <u>13:00-16:30 Uhr</u> 	<ul style="list-style-type: none"> *Lernförderung Deutsch-Mathe-Englisch <u>14:30-16:30 Uhr Deutsch</u> *Wohnlotsen jeden 2. Mittwoch im Monat <u>10:00 – 11:00 Uhr</u> 	<ul style="list-style-type: none"> *Englisch Einzelunterricht <u>14:00-16:00 Uhr</u> *Gitarren-Ensembleprobe jeden letzten Mi. im Monat <u>17:15-18:15 Uhr</u> 		<ul style="list-style-type: none"> *Lernwerkstatt Nähen jeden 2.+4. Mi. im Monat <u>10:00-13:00 Uhr</u> *Zeichenkurs <u>14:00-16:00 Uhr</u> *Kaffee und Kultur mit Volkssolidarität jeden 4. Mittwoch im Monat <u>14:30 – 17:00 Uhr</u> 	
DONNERSTAG	<ul style="list-style-type: none"> *Pekip 3 <u>9:00-12:30 Uhr</u> *Winterspielplatz <u>16:00-18:00 Uhr</u> 	<ul style="list-style-type: none"> *Handarbeitskreis <u>16:00-18:00 Uhr</u> 	<ul style="list-style-type: none"> *Klavierunterricht <u>13:15-19:15 Uhr</u> 		<ul style="list-style-type: none"> *Rechtsberatung jeden 1. Do im Monat <u>16:00-18:00 Uhr</u> 	<ul style="list-style-type: none"> *Familien-Café und Strickkreis <u>16:00-18:00 Uhr</u> 	<ul style="list-style-type: none"> *Schlagzeug- Unterricht <u>13:00-20:00 Uhr</u> 	<ul style="list-style-type: none"> *Line-Dance <u>19:00-21:00 Uhr</u> 	
FREITAG	<ul style="list-style-type: none"> *Pekip <u>09:00-12:30 Uhr</u> *Discofox Tanz-Projekt <u>18 :00– 20:15 Uhr</u> 	<ul style="list-style-type: none"> *Freier Schach-Club <u>15:00-16:00 Uhr</u> 	<ul style="list-style-type: none"> *Klavierunterricht <u>13:15-19:15 Uhr</u> 		<ul style="list-style-type: none"> *Computer-Stammtisch jeden 1. Fr. im Monat <u>10:00-12:00 Uhr</u> 		<ul style="list-style-type: none"> *Schlagzeug- Unterricht <u>13:00-20:00 Uhr</u> 		
SONNABEND									
SONNTAG								<ul style="list-style-type: none"> *Tanztee <u>jeden 1. So. im</u> <u>Monat 15:00-18:00 Uhr</u> 	

**RAUM FÜR
WERTSCHÄTZUNG**



Öffnungszeiten Fahrradwerkstatt:

Di: 12:00 – 15:00 Uhr
Do: 16:00 – 18:00 Uhr

Öffnungszeiten Büro:

Di: 11:00 – 13:00 Uhr
14:00 – 16:00 Uhr
Do: 14:00 – 18:00 Uhr

Tel.Nr: 030 – 475 84 72