



## Aktueller Wochenplan des Nachbarschaftszentrums Amtshaus Buchholz

|                   | BEWEGUNGS-RAUM<br>(OG)  | GRUPPEN-RAUM<br>(OG)   | MUSIK-RAUM<br>(OG)   | KREATIV-RAUM<br>(OG)   | COMPUTER-RAUM<br>(OG)  | FAMILIEN-RAUM<br>(OG)  | KELLER<br>(UG)  | Saal / Galerie<br>(EG)   |   |
|-------------------|---|--|--|--|--|--|---|--|---|
| <b>MONTAG</b>     | <ul style="list-style-type: none"> <li>*Kinderballett<br/><u>17:00-18:00 Uhr</u></li> <li>*Bauchtanz <u>18:00-19:00 Uhr</u> ab dem Sommer, <u>18:30-20:00 Uhr</u> geschl. Gruppe</li> </ul>   |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>*Klavierunterricht<br/><u>13:15-19:15 Uhr</u></li> </ul>  |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>*Computer-Kurs<br/><u>9:30-13:45 Uhr</u></li> <li>*Lernförderung Mathe<br/><u>14:00-17:00 Uhr</u></li> </ul>                                    |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>*Ausweichtermin Band</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>*Discofox<br/><u>18:00-20:00 Uhr</u></li> </ul>         |   |
| <b>DIENSTAG</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>*PEKiP <u>9:00-10:30 Uhr</u></li> <li>*Pilates Mach mit, bleib fit<br/><u>11:30-12:45 Uhr</u></li> <li>*Meditation und Qi Gong für Senioren <u>12:30-14:00 Uhr</u></li> <li>*Qi Gong für Geflüchtete Frauen<br/><u>14:00-15:00 Uhr</u></li> <li>*kreativer Kindertanz<br/><u>16:00-16:45 Uhr</u></li> <li>*Kinderballett <u>17:00-18:00 Uhr</u> und <u>18:00-19:00 Uhr</u></li> <li>*Gesellschaftstanz<br/><u>19:45-21:00 Uhr</u></li> <li>*Tango ab Sept. <u>19:00-22:00 Uhr</u></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>*Gruppenunterricht Englisch<br/><u>09:00-10:30 Uhr (1)</u><br/><u>11:00-12:30 Uhr (2)</u></li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>*Klavierunterricht<br/><u>13:15-19:15 Uhr</u></li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>*Englisch-Kurs<br/><u>15:30-17:30 Uhr</u></li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>*Lernförderung Deutsch<br/><u>14:30-16:30 Uhr</u></li> </ul>  |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>*Krabbelgruppe<br/><u>10:00-13:00 Uhr</u></li> <li>*Familien-Kontakt<br/><u>15:00-17:00 Uhr</u></li> <li>*Trommeln für Erwachsene<br/><u>18:00-19:30 Uhr</u></li> <li>*Treffpunkt KIND<br/><u>15:30-17:00 Uhr</u></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>*Ausweichtermin Band</li> </ul>                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>*Chor <u>19:00-21:00 Uhr</u></li> <li>*Gesellschaftstanz<br/><u>19:45-21:00 Uhr</u> ab September</li> </ul>  |
| <b>MITTWOCH</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>* Stuhlgymnastik für Senior*innen II<br/><u>9:30-10:30 Uhr</u></li> <li>* Stuhlgymnastik für Senior*innen III<br/><u>10:30-11:30 Uhr</u></li> <li>* Duft Qi Gong für Frauen ab 50 plus <u>17:00-18:00 Uhr</u></li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>*Französisch für Senioren<br/><u>9:30-12:00 Uhr bis Juli</u></li> <li>*Englisch für Grundschulkinder<br/><u>16:45-17:30 Uhr</u></li> <li>*Gitarren-Ensembleprobe jeden letzten Mi. im Monat<br/><u>17:15-18:15 Uhr</u></li> <li>*Freier SchachClub<br/><u>17:30-19:30 Uhr (letzter Mi im Monat: 18:00 – 20:00 Uhr)</u></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>*Gitarrenunterricht<br/><u>13:15-19:15 Uhr</u></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>*Englisch-Kurs<br/><u>09:00-10:00 Uhr</u><br/><u>10:00-11:00 Uhr</u><br/>(Gruppe)<br/><u>11:00-12:00 Uhr</u></li> <li>*Senioren-Malen<br/><u>13:00-17:00 Uhr</u></li> </ul> |  |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>*Sprachcafé<br/><u>17:00-19:00 Uhr</u></li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>*Band<br/><u>17:00-22:00 Uhr</u></li> </ul>             | <ul style="list-style-type: none"> <li>*Lernwerkstatt Nähen jeden 2.+4. Mi. im Monat<br/><u>10:00-13:00 Uhr</u></li> <li>*Zeichenkurs<br/><u>14:00-16:00 Uhr</u></li> <li>*Kaffee und Kultur mit Volkssolidarität jeden 4. Mittwoch im Monat<br/><u>14:30 – 17:00 Uhr</u></li> <li>*Fußballtreff, geschl. Gr., 3x im Monat<br/><u>21:00-22:00 Uhr</u></li> <li>*Nordlicht 1x im Monat Abends</li> </ul> |
| <b>DONNERSTAG</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>*PEKiP (I) <u>9:00-10:30 Uhr</u><br/>(II) <u>11:00-12:30 Uhr</u></li> <li>*Indoor-Spielplatz<br/><u>16:00-18:00 Uhr</u></li> <li>*Dance-Fit für Frauen<br/><u>19:00-20:00 Uhr</u></li> </ul>   |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>*Klavierunterricht<br/><u>13:15-19:15 Uhr</u></li> </ul>  |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>*Rechtsberatung jeden 1. Do im Monat<br/><u>16:00-18:00 Uhr</u></li> <li>*Wohnlotsen jeden 1. Do im Monat<br/><u>15:00-16:00 Uhr</u></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>*Krabbelgruppe<br/><u>10:00-13:00 Uhr</u></li> <li>*Familien-Café<br/><u>16:00-18:00 Uhr</u></li> <li>*Handarbeitskreis<br/><u>16:00-18:00 Uhr</u></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>*Schlagzeug-Unterricht<br/><u>13:00-20:00 Uhr</u></li> <li>*Band<br/><u>20:00-22:00 Uhr</u></li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>*Line-Dance<br/><u>19:00-22:00 Uhr</u></li> </ul>       |   |
| <b>FREITAG</b>    | <ul style="list-style-type: none"> <li>*PEKiP (I) <u>9:00-10:30 Uhr</u><br/>(II) <u>11:00-12:30 Uhr</u></li> <li>*Kindertanz<br/><u>16:30-17:30 Uhr</u></li> <li>*Discofox<br/><u>18:00-20:00 Uhr</u></li> </ul>  |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>*Klavierunterricht<br/><u>13:15-19:15 Uhr</u></li> </ul>  |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>*Computer-Stammtisch jeden 1. Fr. im Monat<br/><u>10:00-12:00 Uhr</u></li> </ul>  |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>*Schlagzeug-Unterricht<br/><u>13:00-20:00 Uhr</u></li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>*Pilates mit Baby<br/><u>10:00-11:00 Uhr</u></li> </ul> |   |
| <b>SONNABEND</b>  | Öffnungszeiten Fahrradselbsthilfewerkstatt  |  |  | Bürosprechzeiten   |  |  |   |  |   |
| <b>SONNTAG</b>    | Dienstag und Mittwoch: 12:00-15:00 Uhr, Donnerstag: 16:00-18:00 Uhr   |  |  | Dienstag: 11:00-13:00 Uhr, 14:00-16:00 Uhr, Donnerstag: 14:00-18:00 Uhr  |  |  |   |  |   |

