



### Liebe Leser\*innen,

die Tage werden länger, die Temperaturen steigen - allmählich wird es Frühling. Jetzt erwacht auch die Natur wieder aus ihrem Winterschlaf:

Die Krokusse, Schneeglöckchen und Narzissen scheinen nur darauf zu warten, endlich blühen zu können und strecken sich aktiv dem Licht entgegen.

So haben auch wir aktiv geplant und Ihnen für April, Mai und Juni neben dem Ganztagesausflug nach Kappeln, Blumen-Verkauf, Vorträgen und Konzerten ein vielfältiges Veranstaltungsprogramm zusammengestellt. Wir hoffen, Sie bei zahlreichen Veranstaltungen begrüßen zu können.

Ihre Živilė Meyer

- Leitung Veranstaltungen -

### Wichtige Hinweise zur Anmeldung

Alle Veranstaltungen sind offen für unsere Bewohner\*innen, Clubmitglieder und Gäste. Die Anmeldungen erfolgen wie immer an unserem Empfang. Dieser ist Montag bis Donnerstag von 8:30 – 17:00 Uhr besetzt, am Freitag bis 13:00 Uhr.

Der Zusatz „Anmeldung erforderlich“ bedeutet, dass eine Anmeldung aus organisatorischen Gründen unbedingt von Nöten ist. Bedenken Sie bitte, dass die beliebten Veranstaltungen schnell ausgebucht sind! Eine Person kann dabei maximal eine zusätzliche Person für eine Veranstaltung anmelden. Erster Anmelde-Tag ist immer der 15. des Vormonats. Ist dieser ein Samstag, Sonntag oder Feiertag, nehmen wir Ihre Anmeldung gern ab dem folgenden Werktag entgegen. Clubmitglieder und Gäste können auch telefonisch unter Tel. 040/69 70 62-0 Reservierungen vornehmen. Einlass bei unseren Veranstaltungen ist immer 30 Minuten vor Veranstaltungsbeginn.

Bewohner\*innen und Clubmitglieder mit geringem Einkommen können eine Eintrittspreis-Teilerstattung oder -Befreiung beim Unterstützungsfonds beantragen.

### Ganztagesausflug nach Kappeln

Am 27. Juni geht es mit dem Reisebus nach Kappeln. Im Herzen der Halbinsel Angelns liegt die idyllische kleine Stadt mit den zahlreichen liebevoll instandgehaltenen alten Gebäuden, Kirchen und Mühlen. Von hier werden wir mit dem Raddampfer „Schlei Princess“ zwei Stunden die wunderschöne Landschaft, entlang der Schlei, bis nach

Sieseby genießen. An Bord erwartet uns ein Mittagessen. Auf dem Rückweg werden wir in einem Café einkehren und den Ausflug Revue passieren lassen.

Der Eingang zum Schiff und das Hauptdeck, wo auch das Mittagessen gereicht wird, ist barrierefrei. Die Anmeldung ist ab dem 15. März!



© Reederei Gerda Müller

### Offene Sprechstunde für Handy, Smartphone, Tablet, Laptop

Unser neuer Zeitspender Christian Orłowsky unterstützt Sie bei Fragen zu Handy, Smartphone, Tablet oder Laptop. In der Sprechstunde erhalten Sie Unterstützung bei einfachen Fragen rund um die Nutzung ihrer Geräte. Die Beratung erfolgt kostenfrei und ohne Anmeldung jeden letzten Dienstag von 10 bis 12 Uhr im Köster-Zimmer.

### Die Fensterputzer sind im Haus!

Wenn Sie Martin Harneit und sein Team von „Reini GmbH“ mit der Reinigung Ihrer Fenster beauftragen möchten, melden Sie sich bitte bis eine Woche vor dem jeweiligen Termin am Empfang der Köster-Stiftung an. Die Kosten für eine 1-Zi-Wohnung betragen 24,- €, für eine 2-Zi-Wohnung 34,- € und für eine 3-Zi-Wohnung 39,- €.

### Termine im 2. Quartal 2023:

Haus 2 & Marianne-Wolf-Weg	Haus 1 & Arnemannweg
montags 24.04.2023	dienstags 25.04.2023
22.05.2023	23.05.2023
26.06.2023	27.06.2023

Datum, Uhrzeit	Veranstaltung	Ort, Preis, Infos
<b>Montag, 3.4.</b> 18:00 Uhr	Kulinarischer Abend mit Thorsten Hagemann <b>Roastbeef rosa gebraten mit Remoulade, kleinem Salat und Bratkartoffeln</b>	Saal € 14,50 Anmeldung erforderlich bis 31.3.
<b>Dienstag, 4.4.</b> 11.00 Uhr	<b>Besichtigung der Tagespflege Amalie-Dietrich-Stieg</b> mit Kaffee und Klönschnack	Anmeldung erforderlich unter Tel. 040/357 338 44
<b>Dienstag, 4.4.</b> 14.00 Uhr	<b>Kost Nix Basar</b>	Saal Für die Aussteller*innen Anmeldung erforderlich
<b>Mittwoch, 5.4.</b> 15:30 Uhr	Konzert <b>100. Geburtstag Judy Garland</b> Biographie mit viel Musik mit Birgit Lünsmann und Wolf Kauder	Saal € 20,- / € 18,- mit Clubkarte Anmeldung erforderlich
<b>Dienstag, 11.4.</b> 15:00 Uhr	Vortrag vom Naturschutzbund (NABU) <b>Vögel vor der Haustür</b> mit Werner Völler	Saal € 6,- / € 4,- mit Clubkarte Anmeldung erforderlich
<b>Donnerstag, 13.4.</b> 10:00 Uhr	<b>Smartphone im Alltag</b> mit Barbara Behrmann 6 Termine je 2 Stunden	Terrassenzimmer € 15,- für den gesamten Kurs Anmeldung erforderlich
<b>Donnerstag, 13.4.</b> ab 14:00 Uhr	<b>Modemobil – Mode, die zu Ihnen kommt</b> mit der aktuellen Frühlings-Kollektion	Saal
<b>Montag, 17.4.</b> 15:00 Uhr	HVV informiert <b>„HVV Zeitreise“ – Geschichte erleben</b> mit Michael Krieger	Saal Anmeldung erforderlich
<b>Dienstag, 18.4.</b> 15:00 Uhr	<b>BINGO! Nachmittag</b> mit Hildegard Segler und Monika Möller	Saal Anmeldung erforderlich
<b>Mittwoch, 19.4.</b>	Köster unterwegs <b>Ausflug ins Planetarium</b> Treffpunkt Foyer Nähere Infos zwei Wochen vor dem Ausflug	nicht barrierefrei Optional mit Einkehr Anmeldung erforderlich
<b>Montag, 24.4.</b> 15:00 Uhr	<b>Veranstaltungsplanung</b> mit Živilė Meyer	Heinrich-Zimmer Anmeldung erforderlich
<b>Mittwoch, 26.04.</b> 14:30 Uhr	Verkaufsausstellung <b>Schuhe für Frühling und Sommer</b> mit Sonja Filsner und Team	Saal
<b>Donnerstag, 27.4.</b> 19:00 Uhr	Fremde Länder – fremde Menschen <b>Anden 1: Wo die Luft dünn wird – der Aufstieg von Chile nach Bolivien</b> Foto-Vortrag vom Vielreisenden Johannes Lenarz	Saal Anmeldung erforderlich

5. April

## Das rasante Leben der Judy Garland

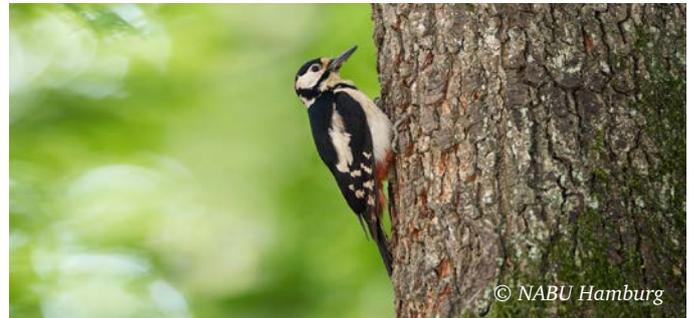
Ein musikalisches Portrait über ein Leben am Limit. Für Swing- und Ikonenfans zeigt Birgit Lünsmann das spannende



Leben der Judy Garland als musikalisches Portrait und verwebt geschickt Biographie, Zitate und Lieder des Filmstars. Ihr humorvolles Wesen erwacht an diesem Nachmittag zum Leben. Auch jenseits des „perfekten“ Hollywoods. Am Klavier begleitet dieses Soloprogramm Wolf Kauder.

11. April

## Vögel vor der Haustür



Was flötet denn da so melodisch im Gebüsch? Oder krächzt weniger eindrucksvoll vom Dach? Werner Völler, Vogelkundler beim Naturschutzbund Bramfeld, stellt die häufigsten Sänger\*innen vor und gibt Tipps zur Bestimmung. Wenn das Wetter es zulässt, gehen wir anschließend nach draußen und hören uns einige Stimmen „live“ an – denn im April ist schon ordentlich was los!

17. April

## HVV-Zeitreise

Stadtgeschichte ist immer auch ein Stück Verkehrsgeschichte. So, wie sich die Stadt Hamburg seit dem 19. Jahrhundert verändert hat, sind auch die öffentlichen Verkehrsmittel einem permanenten Wandel unterworfen. Wer sich für diese Seite



der städtischen Geschichte interessiert, kann jetzt mit der HVV-Mobilitätsberatung auf Zeitreise gehen. In einem etwa 90-minütigen Vortrag erhalten die Zuhörer\*innen in gemütlicher Atmosphäre viele interessante Informationen – vom Aufbau des Schnellbahnnetzes bis hin zum autonomen Fahren.

27. April

## Anden 1: Wo die Luft dünn wird – der Aufstieg von Chile nach Bolivien



Die Anden sind 7.500 km lang und damit das längste Gebirge der Erde. Sie sind nach dem Himalaya auch das zweit-höchste Gebirge. Alle Pässe zur Überquerung liegen deutlich über 4000 m. Wir starten unsere Reise über die Anden im Westen – in Santiago de Chile am Pazifik. Unser Weg führt uns über fruchtbare Weinfelder nach Norden in die Atacama-Wüste. Von dort geht es nach Nord-Osten zur Anden-Überquerung nach Bolivien. Der Weg durch die Mondlandschaft wird gesäumt von aktiven Vulkanen. Die 1. Etappe hat ihren Höhepunkt in der Überquerung des Salar de Uyuni, des rötten Salzsees der Erde.

Datum, Uhrzeit	Veranstaltung	Ort, Preis, Infos
<p><b>Dienstag, 2.5.</b> 15:00 Uhr</p>	<p><b>Besinnliche Stunde zum Thema FRÜHLING</b> Texte gesprochen von Eva-Maria Langer und Inga Pahlow dazwischen klassische Musik von der CD</p>	<p>Saal Anmeldung erforderlich</p>
<p><b>Donnerstag, 4.5.</b> 15:00 Uhr</p>	<p>Auf Spurensuche in der Vergangenheit, Teil IV <b>„Von Schlagern, einem Aufstand und Louis Armstrong“ – Die Jahre 1952 und 1953</b> mit Reinhard Otto von der Geschichtswerkstatt</p>	<p>Saal € 5,- / € 3,- mit Clubkarte Anmeldung erforderlich</p>
<p><b>Montag, 8.5.</b> 18:00 Uhr</p>	<p>Kulinarischer Abend mit Thorsten Hagemann <b>Maischolle „Finkenwerder Art“ in Speck gebraten mit Kartoffelsalat</b></p>	<p>Saal € 15,50 Anmeldung erforderlich bis 5.5.</p>
<p><b>Donnerstag, 11.5.</b> 19:00 Uhr</p>	<p>Fremde Länder – fremde Menschen <b>Anden 2: Wo die Luft dünn ist – quer durch Bolivien hinunter nach Argentinien</b> Foto-Vortrag vom Vielreisenden Johannes Lenarz</p>	<p>Saal Anmeldung erforderlich</p>
<p><b>Montag, 15.5.</b> 14:00 Uhr</p>	<p><b>Verkauf von Blumen und Blumenerde für Balkon- und Terrassenbepflanzung</b> mit unserem Kooperationspartner Hamburg Floristik</p>	<p>Saal</p>
<p><b>Dienstag, 16.5.</b> 15:00 Uhr</p>	<p><b>BINGO! Nachmittag</b> mit Hildegard Segler und Monika Möller</p>	<p>Saal Anmeldung erforderlich</p>
<p><b>Mittwoch, 24.5.</b> 16:00 Uhr</p>	<p>Konzert <b>„La vie en rose“</b> mit Idalena Urbach und Gabriele Wulff</p>	<p>Saal € 10,- / € 8,- mit Clubkarte Anmeldung erforderlich</p>

**4. Mai**

**Auf Spurensuche in der Vergangenheit, Teil IV  
„Von Schlagern, einem Aufstand und  
Louis Armstrong – die Jahre 1952 und  
1953“**

Mittlerweile hatten die „frühen Fünfziger“ Fahrt aufgenommen, begleitet durch eine ständig ansteigende Produktion von Schlagern, oft mit Texten „so flach wie der Norden“. Aber es gab, neben den politischen Ereignissen, auch noch eine andere Art von Musik. Einer, der diese Musik wie kein zweiter vermitteln konnte, war Louis Armstrong. In den Zeitungen wurde er oft als „Hohepriester der Trompete“ bezeichnet, der sich aber glücklicherweise selbst nie zu ernst nahm und dem Publikum gerne und oft sein breites Lächeln zeigte. So konnten die, die eine Eintrittskarte ergattert hatten, ihn erstmals am 15.10.1952 live in der 1950 erbauten Hamburger Ernst-Merck-Halle erleben. Für die meisten, die dabei waren, war es ein Erlebnis, das sie ihr ganzes weiteres Leben begleiten sollte.



© Barmbeker Schallarchiv

**24. Mai**

**Konzert: „La vie en rose“**



„Ein Leben in Rosarot“ – kann es das geben? Sollte es das geben? Doch eine Stunde träumen von den wunderbaren Momenten im Leben – das geht und das darf gerne sein. Lassen Sie sich mitnehmen von Edith Piaffs Song „La vie en rose“, lassen Sie sich für eine Stunde verzaubern von „La mer“ und anderen französischen Chansons und Melodien. Es singt Idalena Urbach, am Klavier spielt Gabriele Wulff.

**15. Mai**

**Blumen und Blumenerde für Balkon- und Terrassenbepflanzung**

Balkon- und Terrassengärtner\*innen können die Eisheiligen meist kaum erwarten. Denn erst wenn diese im Mai vorbei sind und keine Fröste mehr drohen, beginnen die meisten mit dem Bepflanzen ihrer Balkonkästen – und endlich zieht Farbe ein! Damit Ihre Balkone und Terrassen für den Frühling und Sommer schön blühen können, bringt unser Kooperationspartner HFC Hamburg-Floristik Blumenerde und Blumen für Balkon- und Terrassenbepflanzung mit.



© Balkonbepflanzung

**25. Mai**

**Anden 2:**

**Wo die Luft dünn ist – quer durch Bolivien hinunter nach Argentinien**

Die Hochebenen Boliviens sind die Heimat der Lamas, Alpaccas und Vikunjas. An vielen Seen treffen wir immer wieder auf Flamingoschwärme. Auf unserem weiteren Weg nächtigen wir in Salz-Hotels, treffen auf 3000 Jahre alte Maya-Mumien und Seen, die farbig glitzern. Wir verlassen diese eisige Region nach Süden Richtung Argentinien. Schon bald kommen wir an berühmten Weingütern vorbei. Endziel ist die Hauptstadt Buenos Aires („Gute Luft“). In den „richtigen“ Stadtteilen liegt die Tango-Musik in der Luft. An anderen Orten fragen wir uns erstaunt, ob wir wirklich in Südamerika sind.



© Johannes Lenarz

Datum, Uhrzeit	Veranstaltung	Ort, Preis, Infos
<b>Donnerstag, 1.6.</b> 10:00 Uhr	<b>Smartphone im Alltag</b> 6 Termine je 2 Stunden mit Barbara Behrmann	Terrassenzimmer € 15,- für den gesamten Kurs Anmeldung erforderlich
<b>Montag, 5.6.</b> 18:00 Uhr	Kulinarischer Abend mit Thorsten Hagemann <b>Spargel mit Sauce Hollandaise, Petersilien- kartoffeln und Katenschinken</b>	Saal € 17,50 Anmeldung erforderlich bis 2.6.
<b>Dienstag, 6.6.</b> 15:00 Uhr	<b>Gemeinsames Singen mit Gitarrenbegleitung! mit Michael Kühl</b>	€ 5,- / € 3,- mit Clubkarte Anmeldung erforderlich
<b>Donnerstag, 8.6.</b> 17:00 Uhr	Vernissage <b>„Faszination Farbe &amp; Form“</b> Malgruppe der Köster-Stiftung	Foyer Anmeldung erforderlich
<b>Dienstag, 13.6.</b> 15:00 Uhr	Info-Vortrag <b>Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung &amp; Patientenverfügung</b> SoVD Hamburg informiert	Saal Anmeldung erforderlich
<b>Donnerstag, 15.6.</b> 19:00 Uhr	Fremde Länder – fremde Menschen <b>Jordanien – das unbekannte Königreich in Arabien</b> Foto-Vortrag vom Vielreisenden Johannes Lenarz	Saal Anmeldung erforderlich
<b>Sonntag, 18.6.</b>	<b>Stadtteilstfest Bunte Maile mit Flohmarkt</b> Details zum Ablauf werden zeitnah veröffentlicht	Außengelände der Köster- Stiftung, Meisenstraße und Amalie-Dietrich-Stieg
<b>Montag, 19.6.</b> 17:30 Uhr	<b>Sommerkonzert</b> mit Chor TKantate	Saal Anmeldung erforderlich
<b>Dienstag, 20.6.</b> 15:00 Uhr	<b>BINGO! Nachmittag</b> mit Hildegard Segler und Monika Möller	Saal Anmeldung erforderlich
<b>Mittwoch, 21.6.</b>	Köster unterwegs <b>Botanischer Sondergarten Eichtalpark</b> Einzelheiten werden zwei Wochen vorher veröffentlicht	Anmeldung erforderlich
<b>Montag, 26.6.</b> 15:30 Uhr	Konzert mit plattdeutschem Bluesprogramm <b>„Loot di man Tiet“</b> mit Lars und Timpe	Saal € 18,- / € 16,- mit Clubkarte Anmeldung erforderlich
<b>Dienstag, 27.6.</b> 8:15 Uhr	<b>Ganztagesausflug nach Kappeln</b> Incl. Busfahrt, Schiffstour auf der Schlei mit Mittagessen, Kaffee und Kuchen. Die Ausfahrt ist für Rollatorfahrer*innen geeignet. Gefördert durch die Freie und Hansestadt Hamburg, Bezirksamt Hamburg-Nord	Abfahrt Torbogen Meisenstraße € 49,- / € 44,- mit Clubkarte  Anmeldung erforderlich ab 15.3. Rückkehr ca. 19:00 Uhr

6. Juni

### Gemeinsames Singen mit Gitarrenbegleitung!

Wir singen gemeinsam Volkslieder, alte Schlager und beliebte „Lagerfeuersongs“! Der Musiker Michael Kühl



© Michael Kühl

kommt mit einer großen Auswahl an Songs und gemeinsam lassen wir unsere Lieder erschallen! Für alle ist etwas dabei, lassen Sie sich überraschen! Die Liedermappen sind in EXTRA GROSSER SCHRIFT!

18. Juni

### Stadtteilstadt Bunte Maile lockt Groß und Klein

Wir feiern unser beliebtes Straßenfest und dieses Jahr wieder auf dem Außengelände der Köster-Stiftung, Meisenstraße und Amalie-Dietrich-Stieg. Der Flohmarkt lädt Sammler\*innen und Trödelfreund\*innen ein, zu stöbern und Schnäppchen zu ergattern. Kulinarische Angebote, Info-Stände, Hausführungen, die Straßenbühne und Kinder-Programm sind auch dieses Jahr wieder Bestandteil der Bunten Maile..



© HD

8. Juni

### Vernissage – „Faszination Farbe & Form“



© ZM

Willkommen in der Welt farbenfroher Impressionen! Die Malgruppe der Köster-Stiftung um Sigrid Hennings und Monika Lipinski lädt herzlich zur Ausstellung. Vielfalt, Originalität und fachliches Können hat sie bereits bewiesen. Nach dem unerwartet großen Anklang im letzten Jahr darf man auf die neuen Exponate gespannt sein.

26. Juni

### Konzert mit plattdeutschem Bluesprogramm: „Loot di man Tiet“ mit Lars & Timpe



© Lars und Timpe

Ihr neues Programm ist soeben fertiggestellt und nun präsentieren die Beiden ihr Repertoire von der dänischen Grenze bis zum Harz, und von Ostfriesland bis Mecklenburg-Vorpommern. Frech und unkonventionell besingen sie ihre norddeutschen Wurzeln und die Liebe zur Waterkant. In jedem Fall ist bei einem Konzertbesuch von LARS & TIMPE gute Laune und beste Unterhaltung garantiert. Ob nun „Wellen, Wind und Meer“, „Platt is'n Plus“ oder „Dat löppt sik allens torecht“. Das Motto ist und bleibt: „Loot Di man Tiet“ – mit Blues und Buscherump!

## Regelmäßige Termine, Kurse und Gruppen

Montag	11:00 – 12:00	Nähservice (Köster-Zimmer)	mit Barbara Behrmann; jeden 2. Montag im Monat, Anmeldung erforderlich
	12:45	<b>Köster Bus</b> (Parkplatz A.-Dietrich-Stieg) AEZ 1. Montag im Monat Quarree 2. Montag im Monat Ohlsdorfer Friedhof 3. Montag alle 2 Mon. EKZ Farmsen 4. Montag im Monat	Tageskarte 1,20 €/10er Karte 8,- €, Anmeldung erforderl.
	14:00 – 17:00	Skat (Köster-Zimmer)	mit Christel Bartels
	14:30 – 16:30	Handarbeiten & Klönen (Bastelraum)	mit Hedwig Qualmann; jeden 2. & 4. Montag im Monat
	15:00 – 17:00	Wii-Bowling (Gymnastikraum)	jeden 1. und 3. Montag im Monat
	18:00 – 22:00	Selbsthilfegruppe mit/nach Krebs (Terrassenzimmer)	3. Montag im Monat
Dienstag	10:00 – 11:00	Qigong (Gymnastikraum)	mit Martina Sachau; 24,-/16,- € mit Clubkarte
	10:00 – 12:00	Offene Sprechstunde für Handy, Smartphone, Tablet, Laptop (Köster-Zimmer)	jeden letzten Dienstag im Monat mit Christian Orłowski
	11:00 – 14:00	Hobby-Malgruppe I (Kreativraum)	mit Sigrid Hennings und Monika Lipinski
	13:00 – 14:30	Autogenes Training (Gymnastikraum)	Angebot von SC Urania
	14:00	Blutdruckkontrolle (Köster-Zimmer)	
Mittwoch	09:30 – 10:30	Gymnastik (Gymnastikraum)	mit Iris Schlippert; 24,-/16,- € mit Clubkarte
	10:45 – 11:45	Sitzgymnastik (Gymnastikraum)	mit Iris Schlippert; 24,-/16,- € mit Clubkarte
	14:15 – 15:15	Sitzgymnastik (Gymnastikraum)	mit Birgit Schaper; 24,-/16,- € mit Clubkarte
	14:30 – 16:30	Kreativ-Team für Köster Feiertagsgrüße (Bastelraum)	mit Eva Langer und Marion Schröder
	14:30 – 18:00	Skat und andere Kartenspiele (Caroline-Zimmer)	Verschiedene Spiele an verschiedenen Tischen (mit Frau Robe)
	15:00 – 17:00	Nähkästchen-Treffen (Terrassenzimmer)	unerledigte Näharbeiten in geselliger Runde erledigen
	15:00 – 16:00	Bibelcafé (Terrassenzimmer)	mit Pastor Ulrich Thomas; jeden 1. Mittwoch im Monat
	15:00 – 16:00	Sprechstunde des Bewohnerbeirates (Clubzimmer)	jeden letzten Mittwoch im Monat
15:30 – 17:00	Gymnastik (Gymnastikraum)	Angebot von SC Urania	
Donnerstag	09:00 – 11:00	Frühstück mit Diskussion (Café)	jeden Donnerstag; 5,50/4,- € Anmeldung bis Mittwoch 11:30 erforderlich
	10:00 – 11:30	Nordic-Walking-Kurs	Angebot von SC Urania. Die Teilnahme für Mitglieder im SC Urania ist frei. Alle anderen zahlen 20,- € für 10 Einheiten a 90 min.
	10:30 -11:30	Polizei Sprechstunde (Köster-Zimmer)	mit Olaf Geisweller; jeden 1. Donnerstag im Monat
	11:00 – 14:00	Hobby-Malgruppe II (Kreativraum)	mit Sigrid Hennings und Monika Lipinski
	13:30 – 16:00	<b>Köster Bus</b> (Parkplatz Amalie-Dietrich-Stieg)	Schwimmbad Wandsbek, jeden Donnerstag Tageskarte 1,20 €/10er Karte 8,- €, Anmeldung erforderl.
	13:30 – 15:00	Yoga I (Gymnastikraum)	Angebot von SC Urania
	14:15 – 15:15	Gedächtnistraining (Terrassenzimmer)	mit Petra Ries; jeden 2. und 4. Do im Monat
	15:00 – 16:30	Yoga II (Gymnastikraum)	Angebot von SC Urania
	15:00 – 18:00	Klabberjas (Bastelraum)	mit Renate Drochner
17:00 – 18:00	Literarische Begegnungen (Köster-Zimmer)	mit Erich Krieg	
Freitag	9:30 – 10:30	Yoga-Kurs auf der Matte (Gymnastikraum)	mit Angela und Ulrich Lucas; 18,-/10,- € mit Clubkarte
	10:00 – 11:30	Englisch (A2) (Terrassenzimmer)	Angebot AWO; fortlaufend, Einstieg jederzeit möglich 100,- Euro, vierteljährlich
	13:00 – 15:00	Line Dance (Gymnastikraum)	mit Maria Rohwoldt; 14,-/10,- € mit Clubkarte
	14:00 – 17:30	Schach-Gruppe (Heinrich-Zimmer)	mit Karl-Heinz Menzel; jeden 1. und 3. Fr im Monat
	14:15 – 15:45	Laptop/PC/Tablet-Kurs für Anfänger*innen und Fortgeschrittene (Heinrich-Zimmer)	mit Andreas Kaatz; 27,-/18,- € mit Clubkarte
	15:00 – 16:30	Platt bi Kösters I und II (Terrassenzimmer)	I: Fr. Malchau; jeden 2. Freitag im Monat II: Fr. Büttner; jeden 4. Freitag im Monat
	15:00 – 18:00	Kleiner Singkreis (Caroline-Zimmer)	letzter Freitag im Monat
	16:00 – 17:00	Musik mit Bewegung (Gymnastikraum)	mit Anita Volkmer

Die angegebenen Preise verstehen sich als Monatsbeiträge. Die Zahlung der Kursgebühr ist ausschließlich für jeweils einen ganzen Monat möglich und nicht anteilig für Einzeltermine.