

.... rund ums Jahr.....

Kegeln: (Seniorenbeirat)
Langenfelde/Tenniscenter
jeden Mittwoch 14.30 Uhr
*Bahngebühr 3,00 € pro Pers.

Radfahren: (Seniorenbeirat)
jeden 2. + 4. Dienstag im Monat
ab „Haus der Senioren“ 14.00 Uhr

Tischtennis: (Seniorenbeirat)
Krummlandhalle I, Schulstr.
montags 13.00 – 16.00 Uhr
mittwochs 13.00 – 16.00 Uhr
freitags 13.00 – 16.00 Uhr

Wandern: (Seniorenbeirat)
donnerstags
Beginn u. Treffpunkt
s. Aushang im
Schaukasten am Markt

Seniorentanzkurs: (Stadt Bad Schwartau)
mittwochs 9.30– 10.30 Uhr und 11.00 – 12.30 Uhr
im Feuerwehrgerätehaus, Fünfhausen 3

Deutsch für Flüchtlinge: (AWO)
montags, mittwochs, donnerstags, freitags 9.00 - 12.00 Uhr
Begegnungsstätte, Auguststr. 34 a

„Essen und reden“ (AWO)
Begegnungsstätte, Auguststr. 34 a
mittwochs u. donnerstags 10.00 – 13.00 Uhr
Näheres unter Tel. 2 52 43

Schach für Frauen (AWO):
Begegnungsstätte, Auguststr. 34 a
montags 17.00 – 19.30 Uhr

Spielen und Klönen/Skat: (AWO)
montags u. freitags 13.00 – 17.30 Uhr
Begegnungsstätte, Auguststr. 34 a

Preisskat u. div. weitere Spiele(AWO)
Mittwochs u. freitags 14.00 – 17.00 Uhr
Begegnungsstätte, Auguststr. 34 a

..... rund ums Jahr

Sprechstunde des SoVD (Reichsbund)
1. u. 3. Donnerstag im Monat im Haus der
Lebenshilfe OH, Eutiner Str.10 13.30 – 15.00 Uhr

Spielenachmittag: (Sozialverband)
jeden 1. u. 3. Mittwoch
im Monat im Haus der Senioren 14.30 Uhr

Bingo-Nachmittag:
mit Kaffee und Kuchen
jeden 3. Mittwoch im Monat ab 15.00 Uhr
im **DANA Pflegeheim „Wiesengrund“**
Wiesengrund 3
Fahrdienst unter 0451/880680

Ev.-Luth. Kirchengemeinde „St. Martin“ Cleverbrück
Gemeindezentrum, Schmiedekoppel 114

Seniorenbegegnung:
jeden Montag 15.00 – 17.00 Uhr

Handarbeiten und Klönen:
jeden 2. + 3. Mittwoch im Monat 15.00 – 17.00 Uhr

Ev.-Luth. Kirchengemeinde Bad Schwartau

Auguststr. 48
Literatur-Nachmittag:
letzter Mittwoch i. Monat 15.30 – 17.00 Uhr

Der Strickstrumpf:
1. + 3. Donnerstag 10.00 – 11.30 Uhr

Frauenfrühstück:
3. Mittwoch 09.30 – 11.30 Uhr

Seniorenchor
freitags 10.00 – 11.30 Uhr

Töpferberg 8
Flöten
montags 09.30 – 10.30 Uhr
60plus
1. Donnerstag i. Monat 16.00 – 17.30 Uhr

Die Krea(k)tiven: (unabhängige Seniorengruppe) Tel.: 4988148
Jeden Montag im Feuerwehrgerätehaus, Fünfhausen 3
Kaffeetrinken ab 14.15 Uhr
Seniorentanz ab 15.15 Uhr
Senioren-Stepptanz ab 16.30 Uhr
Theaterprobe 17 – 18.00 Uhr

Freundeskreis Bad Schwartau:
Selbsthilfegruppe für Suchtkranke aller Altersgruppen
Begegnungsstätte, Auguststr. 34 a
donnerstags ab 19.30 Uhr

..... rund ums Jahr

Gymnastik – Turnen – Fitness
VfL Bad Schwartau Tel.: 283122
Kosten: mtl. Beitrag 14,50 € ab 1.7.2015
Einm. Aufnahmegeb. 10,-- €

Fit ab 60
Gymnastikraum 2/3, Ludw.-Jahn-Halle
montags 09:00 – 10.00 Uhr

Fitness-Mix für Männer und Frauen
Gesundheitsorientiertes Ganzkörpertraining
Gymnastikraum 2/3, Ludwig-Jahn-Halle
montags 19:00 – 20.30 Uhr

Fit for ever ab 50 Jahre
Gymnastikraum 2/3, Ludw.-Jahn-Halle
mittwochs 08.00 – 8.55 Uhr

Fit + Wohl
Gymnastikraum 3, Ludw.-Jahn-Halle
donnerstags 09:00 – 10:00 Uhr
10:00 – 11:00 Uhr

Gesundheitssport bei Rheuma/Osteoporose
Gymnastikraum 2/3, Ludw.-Jahn-Halle
mittwochs 11:00 – 12.30 Uhr
donnerstags 11:00 – 12:00 Uhr

Rückengymnastik/-stärkung
Gymnastikraum 1, Ludw.-Jahn-Halle
mittwochs 19:30 – 20:30 Uhr

Rückenfit, Body-Styling, Pilates
Gymnastikraum 3, Ludw.-Jahn-Halle
dienstags 09:00 – 10:00 Uhr

Body-Styling, Pilates
Gymnastikraum 3, Ludw.-Jahn-Halle
dienstags 10:00 – 11:00 Uhr

Wirbelsäulengymnastik
Gymnastikraum 3, Ludw.-Jahn-Halle
donnerstags 19.30 – 20.30 Uhr

Walking – Treffpunkt Musikmuschel Kurpark
montags/mittwochs Sommerzeit 17:00 – 18:00 Uhr
Winterzeit 16:00 – 17:00 Uhr
samstags 09:00 – 10:00 Uhr

- **Pause während der Sommerferien** -

FSC Bad Schwartau, Wilhelmstr. 17, Tel. 0451/21374
www.fsc-badschwartau.de

Angebote u. a.: Gymnastik, Tanzen, Koronarsport u. Yoga