

**JANUAR****13.01.2025 Montag**

- 10:00 Uhr Computer Pilot Kurs für Einsteiger
- 13:00 Uhr PC-Kurs für Fortgeschrittene
- 15:00 Uhr Kreativ im Club
- 19:00 Uhr Frauenfitness

**14.01.2025 Dienstag**

- 10:00 Uhr Musik und Bewegung
- 13:00 Uhr Spiele-Café für Senioren
- 16:00 Uhr Bürokraiesprechstunde

**15.01.2025 Mittwoch**

- 09:30 Uhr Sturzprophylaxe
- 09:45 Uhr Frauenfitness
- 15:00 Uhr Kreativtreff

**16.01.2025 Donnerstag**

- 09:30 Uhr Offener Treff – Aktivtag
- 10:00 Uhr Freude an Bewegung
- 14:00 Uhr Sport mit Mo
- 15:00 Uhr Gedächtnistraining
- 15:00 Uhr Schach mit Jens

**17.01.2025 Freitag**

- 09:30 Uhr Zeitraum für Senioren - Offener Treff

- 09:30 Uhr Schach für Senioren
- 09:30 Uhr Handysprechstunde
- 10:00 Uhr Handykurs Einsteiger 01/25 Teil I
- 14:00 Uhr Fußball am Freitag
- 14:00 Uhr Seniorentanzkurs

**20.01.2025 Montag**

- 10:00 Uhr Computer Pilot Kurs für Einsteiger
- 10:00 Uhr PC-Kurs für Anfänger
- 13:00 Uhr PC-Kurs für Fortgeschrittene
- 19:00 Uhr Frauenfitness

**21.01.2025 Dienstag**

- 10:00 Uhr Musik und Bewegung
- 10:00 Uhr Handykurs Einsteiger 01/25 Teil II
- 13:00 Uhr Spiele-Café für Senioren
- 16:00 Uhr Bürokraiesprechstunde

**22.01.2025 Mittwoch**

- 09:30 Uhr Sturzprophylaxe
- 09:45 Uhr Frauenfitness
- 14:30 Uhr Singen mit Senioren

**23.01.2025 Donnerstag**

- 09:30 Uhr Offener Treff – Aktivtag

- 10:00 Uhr Freude an Bewegung
- 14:00 Uhr Sport mit Mo
- 15:00 Uhr Schach mit Jens
- 17:30 Uhr Volkstanz

**24.01.2025 Freitag**

- 09:30 Uhr Zeitraum für Senioren - Offener Treff
- 09:30 Uhr Schach für Senioren
- 09:30 Uhr Handysprechstunde Senioren
- 10:00 Uhr Handykurs Einsteiger 01/25 Teil III
- 14:00 Uhr Fußball am Freitag
- 14:00 Uhr Seniorentanzkurs
- 15:00 Uhr Erzählcafé (unter Vorbehalt)

**27.01.2025 Montag**

- 10:00 Uhr Computer Pilot Kurs für Einsteiger
- 13:00 Uhr PC-Kurs für Fortgeschrittene
- 15:00 Uhr Kreativ im Club
- 19:00 Uhr Frauenfitness

**28.01.2025 Dienstag**

- 10:00 Uhr Musik und Bewegung
- 13:00 Uhr Spiele-Café für Senioren
- 16:00 Uhr Bürokraiesprechstunde

**29.01.2025 Mittwoch**

- 09:30 Uhr Sturzprophylaxe
- 09:45 Uhr Frauenfitness
- 15:00 Uhr Kreativtreff

**30.01.2025 Donnerstag**

- 09:30 Uhr Offener Treff Senioren – Aktivtag
- 10:00 Uhr Freude an Bewegung
- 12:30 Uhr Offener Kinder- und Jugendtreff
- 14:00 Uhr Sport mit Mo
- 15:00 Uhr Schach mit Jens
- 15:00 Uhr Neues im Café (unter Vorbehalt)
- 18:00 Uhr Improfieber Theater

**31.01.2025 Freitag**

- 09:30 Uhr Zeitraum für Senioren - Offener Treff
- 09:30 Uhr Schach für Senioren
- 09:30 Uhr Handysprechstunde Senioren
- 10:00 Uhr Fahrradreparatur mit Mo **BITTE ANMELDEN**
- 10:00 Uhr Senior\*innenberatung des Seniorenbüros Mitte **BITTE ANMELDEN**
- 14:00 Uhr Fußball am Freitag
- 14:00 Uhr Seniorentanzkurs