

# UNSERE BUNTEN KURSANGEBOTE

(ANMELDUNG ERFORDERLICH)



Kreisverband Hamburg-Nordost e.V.  
Treffpunkt Sasel  
Redder 2b  
22393 Hamburg  
www.drk-hamburg-nordost.de  
040 601 24 42

## BEWEGUNG

### WIRBELSÄULEN-SCHULE

MO: 15:50 – 17:00 UHR

MO: 17:00 – 18:00 UHR

### GYMNASTIK

DI: 09:00 – 09:45 UHR

### QI GONG

DI: 10:00 – 11:00 UHR

### BODY & MIND

(AB 18.08.22)

DO: 09:30 – 11:00 UHR

### BECKENBODEN- & FUßGYMNASTIK

(AB 18.08.22)

DO: 09:30 – 11:00 UHR

## MUSIK

### SQUARE DANCE

(AB 04.07.22)

MO: 10:00 – 12:00 UHR

### ERLEBNISTANZ

MI: 9:30 – 11:00 UHR

### TANZEN IM SITZEN

MI: 11:00 – 12:00 UHR

### SALIA MÄNNERCHOR

FR: 19:30 – 21:00 UHR

### FRAUENCHOR SASEL

DO: 19:30 – 21:30 UHR

### SINGKREIS FÜR DAMEN

SA: 11:00 – 15:00 UHR

(2 X MONATLICH)

## FREIZEIT

### ENTSPANNUNG FÜR KINDER & JUGENDLICHE

DI: 15:15 – 17:15 UHR

### ENTSPANNUNG FÜR HUND & HALTER:IN

DI: 18:30 – 20:00 UHR

### ENGLISCH FÜR JUNG & ALT

DO: 16:30 – 17:30 UHR

DO: 18:00 – 19:00 UHR

### MODELLEISENBAHN

FR: 15:30 – 17:30 UHR

## GESELLSCHAFT

### SCHACH

MO: 12:30 – 15:30 UHR

### HANDARBEITSKREIS

MI: 14:00 – 16:00 UHR

### NÄHEN/HANDARBEITSKREIS

DO: 13:30 – 16:00 UHR

### BRIDGE

FR: 10:30 – 13:30 UHR

### FRAUENFRÜHSTÜCK

SO: 10:30 – 13:30 UHR

(1 X MONATLICH)

## LEBENSNAH

### BERATUNG

MO: 13:00 – 15:00 UHR

FR: 09:00 – 12:30 UHR

& NACH ABSPRACHE

### BLUTSPENDE

TERMINE ZUR BLUTSPENDE  
UND WEITERE INFOS ÜBER  
DEN QR-CODE:

