

UNSERE BUNTEN KURSANGEBOTE

(ANMELDUNG ERFORDERLICH)



Kreisverband Hamburg-Nordost e.V.
TREFFPUNKT POPPENBÜTTEL
SCHULBERGREDDER 5
22399 HAMBURG
040 6063652
www.drk-hamburg-nordost.de

GYMNASTIK

FIT WERDEN – FIT BLEIBEN

MO: 16:30 – 17:30 UHR

FÜR AKTIVE SENIOR:INNEN

DI: 9:30 – 10:30 UHR

FIT AM STUHL

DI: 10:45 – 11:45 UHR

FOCUS FIT

MI: 19:30 – 20:30 UHR

DENKSPORT

GEDÄCHTNISTRAINING

MO: 10:00 – 11:30 UHR

12:00 – 13:30UHR

ENGLISCH FÜR
JUNG ODER ALT

DI: 10:00 – 13:00

BEWEGUNG

FELDENKRAIS

MO: 11:00 – 12:15 UHR

NORDIC WALKIING

HIER SUCHEN WIR AKTUELL NOCH
INTERESSIERTE. MELDEN SIE SICH,
WENN SIE DABEI SEIN WOLLEN!

FREIZEIT

BINGO

(ALLE 14 TAGE)

DI: 14:30 – 17:00 UHR

BRIDGE

DI: 14:30 – 17:00 UHR

CHOR

DI: 19:00 – 21:00 UHR

MALKURS

MI: 10:30 – 13:30 UHR

14:00 – 17:00 UHR

ERSTE HILFE

GRUNDAUSBILDUNG,
KURSE FÜR SENIOR:INNEN,
CRASHKURS ERSTE HILFE
AM KIND ODER BABY

INFOS ÜBER DEN QR-CODE:

