




























# Freizeit-Plan 1.7. – 31.7.2024












	<b>3. Juli</b>	17:30 bis 18:15 Uhr	<b>Yoga</b> Wir machen Übungen zur Entspannung.		Bastian Hepprich		Medita- tions- raum		<b>lockere Kleidung</b>
	<b>6. Juli</b>	16:30 bis 17:15 Uhr	<b>Sport ohne Ball</b>		Bastian Hepprich		Turn- halle		<b>Sport- Sachen</b>
		16:30 bis 17:30 Uhr	<b>Ernährungs-Stammtisch</b> Wir reden über gesunde Ernährung.		Rita Oster- kamp		Café		
		17:30 bis 18:15 Uhr	<b>Fußball</b>		Bastian Hepprich		Turn- halle		<b>Sport- Sachen</b>
	<b>6. Juli</b>	14 bis 15 Uhr	<b>Spaziergang</b>		Bastian Hepprich		Eingang FZB		
		15:30 bis 16:30 Uhr	<b>Draußen-Spiele</b> Wir spielen Boule, Kegeln und andere Spiele.		Bastian Hepprich		Eingang FZB		
		17 bis 18 Uhr	<b>Brettspiele</b> Es wird gespielt. Neue Spiele werden vorgestellt.		Bastian Hepprich		Kamin- Zimmer		

# Freizeit-Plan 1.7. – 31.7.2024

	<b>9. Juli</b>	16:30 bis 18 Uhr	<b>Holzwerken</b> Wir bauen einen Stifte Halter.		Bastian Hepprich		Holz- Werkstatt		
--	----------------	---------------------	---	---	---------------------	---	--------------------	---	--

<b>Bewegungsangebot</b>				1./ 8./ 15./ 22. Juli 17:45 bis 18:15 Uht	Eingang FZB	
<b>Sing-Kreis</b>				11./ 18./ 25. Juli 16:30 bis 17:15 Uhr	Saal	
<b>Musizieren</b>				11./ 18./ 25. Juli 17:30 bis 18:30 Uhr	Musik- Zimmer	
<b>Service-Zeit</b>				5./ 12./ 19./ 26. Juli 14:30 bis 16:30 Uhr	Bücherei	
<b>Bücherei</b>				5./ 12./ 19./ 26. Juli 14:30 bis 16:30 Uhr	Bücherei	

# Freizeit-Plan 1.7. – 31.7.2024

<b>Offener Treff</b>				5. Juli Grillen 12. Juli Hot Dogs 19. Juli Essen bestellen 26. Juli Kochen 16:30 bis 19:30 Uhr	Kamin- Zimmer	
<b>Basteln</b>				6./ 13./ 20. Juli 11 bis 12 Uhr	Kreativ- Werkstatt	
<b>Basteln</b>				6./ 13./ 20. Juli 13 bis 15 Uhr	Kreativ- Werkstatt	

METACOM- Symbole geschützt durch Anette Kitzinger. Weitere Bildquelle: Google.

## Wichtige Information

**Jeder kann ohne Anmeldung kommen und mitmachen.**

**Keine Anmeldung nötig!**

