

Veranstaltungen im Juli 2025 - Quartierstreff 46

Montag



Radtouren mit Peter und Max (Treffpunkt im Innenhof Qu46)

Start um 09:30 h (Sommerzeit) Termine s. Tourenkalender



15:30 Uhr – 17 Uhr – 7., 14. und 21.7.2025

Singtreff „Singen nach Herzenslust“

Frau Dröge singt mit Ihnen unter Klavierbegleitung –
jeder Mitsänger ist herzlich willkommen.



17:30 Uhr - letzter Montag im Monat

Kochtreff „Kochlöffel“ – gemeinsames Kochen

Infos unter: rkopfmann@aol.com oder Tel. 0761.70 13 42 bei Frau Büttner

PC-Hilfe und Handy-
Hilfe:

Monika Rotzinger

Tel. 0761-507401

Rentenberatung:

Kuno Zeller

Tel: 0160-97940789

Dienstag



09:00 – 10:00 Uhr

Yoga für Senioren mit Antonie Benz (Initiiert von der Sozialstation 3sam)



Nachmittagscafé

8.7.2025, 14.30 Uhr – 17 Uhr

(Kuchenangebot siehe Flyer)



1. und 15.7., 18 – 20 Uhr

Spieleabend mit Heidi, Renate und Max, 18-20 Uhr: Rommé, Skat, Brettspiele

mit Renate und Max – neue Mitspieler sind herzlich willkommen!



jeden Dienstag von 15 – bis 18 Uhr

Wochenmarkt im Innenhof Qu46

Veranstaltungen im Juli 2025 - Quartierstreff 46

Mittwoch



9:00 – 11:00 Uhr – wöchentlich

Gymnastik für aktive Senioren mit Ursula Hummel

Gruppe 1: 9:00-10:00 Uhr / **Gruppe 2:** 10:00 – 11:00 Uhr

Donnerstag



Stricken und Plauschen mit Christa Michelizza

14:30 – 16:30 Uhr – Informationen über qu46@quartierstreff.de



Halbtagswanderung mit Sonja Schönherr

24.07.2025 Von Hinterzarten über den Scheibenfelsen

s. Wanderkalender 2. Halbjahr 2025

Infos und Anmeldung bei Sonja Schönherr: 0761-4517587 oder schoenherrsonja@gmail.com



Ganztageswanderungen mit Klaus und Max

3. und 17.7.2025 (s. Wanderkalender 3. Quartal 2025)

Anmeldung erforderlich: Max Schönherr Tel.: 0761/4517587,

e-mail: maxschoenherr@web.de)



Sportliche Wanderungen mit Nicole Pupke (s. auch Wanderplan 3. Quartal):

10.7.2025

Anmeldung erforderlich bei Nicole Pupke, Tel. 0151 20569890 oder nicole.pupke@gmx.de



1. und 3. Donnerstag im Monat ab 15.00h

Boule im Innenhof des Qu 46 mit Maria Thomaschewski und Dieter Ernst

Freitag



Nähtreff mit Frau Schlag

10. und 24.7., 15:30 – 17:00 Uhr

Anmeldung unter qu46@quartierstreff.de oder telefonisch 0761-51044186

Sonstige Termine im Juli 2025
(s. auch gesonderte Flyer)

- QiGong Start 16.7.2025
(Anmeldeschluss 9.7.2025)
- Sommerfest am 19.7.2025 ab 12:00 h
- Im Anschluss Konzert mit rhythmix ab 19:00 h
- Fahrt zur Landesgartenschau am 30.7.2025
- Vortrag: Schönere Fotos mit dem Smartphone
10.7.2025 um 18 Uhr

Vorschau auf August:

- Sonntagsfrühstück am 3.8.2025
- Schließzeiten Quartierstreff vom
4.8. bis zum 22.8.2025