

Programmangebot QU20 in der Bahnhofstrasse 20



Aktive und passive Meditation mit Alfred Rezabek
Jeden 2. und 4. Samstag, von 10-11 Uhr
Kontakt: alfred.rezabek@web.de



Kreativsamstag (mit kreativer Pause) mit Erika Graf
Samstag, 06.09.2025 ab 14 Uhr
Kontakt: Tel.: 07661 62 80 324 (ab 19 Uhr)



„Café und mehr“ - Das Sonntagscafé für ALLE im QU20
Veranstalter: Inklusionsteam Kirchzarten / Kontakt und Info: tinahog@web.de
Sonntag, den 14.09.2025 ab 14 Uhr (jeder 2. Sonntag im Monat)



Medizinischen Qigong mit Gudrun Simon
Dienstag, 02. und 09.09.2025 von 18:30 – 19:30 Uhr
Kontakt: gudrunsimon777@gmail.com



Zusammen Singen mit Ananda G. Litzba
Dienstag, 02. und 09.09.2025 von 19:30 – 21:00 Uhr
Kontakt: anandamain@gmail.com



Gemeinsames Ukulelenspiel mit Irene Weidinger
Dienstag, 30.09.2025 von 18:30-20:00 Uhr (jeder letzte Dienstag im Monat)
Kontakt: irene.weidinger@online.de



Spiele-Nachmittag Rummikub und Skip.bo mit Lisa Pirrone
Jeden Mittwoch von 14:30 – 17 Uhr
Kontakt: Tel.: 0761-5901687



Tai Chi mit Dr. Victor Chu
Jeden Mittwoch Kurs I: 18-19:30 Uhr Kurs II: 20-21:30 Uhr
Angebot startet wieder am 17.09.2025 Kontakt: v.chu@posteo.de



Yoga mit Gabriele Lüdecke / Kontakt: gabi.luedecke@t-online.de
für Senioren donnerstags von 8:45-9:45 Uhr
für den Rücken donnerstags von 10-11 Uhr / **bd. Angebote pausieren**



Handarbeitstreff mit Nicole Single
Donnerstag, den 04. und 18.09.2025 von 15-17 Uhr
(sonst jeder 1. und 3. Donnerstag im Monat) / Kontakt: Tel.: 07661/2342



Gedächtnistraining mit Brain-Gym mit Lieselotte Pirrone
Start Mittwoch, 24.09.2025 (6 Termine) von 9:00 - 10:30 Uhr
Kontakt: Tel.: 0761-5901687

Programmangebot QU20 im Kirschenhof 3



Krabbelgruppe im Kirschenhof mit Stefan Eller
Jeden Donnerstag außerhalb der Schulferien von 14:30-16:30 Uhr
Kontakt: Krabbelgruppe-kirschenhof@posteo.de



Cego Spieltreff mit Christel Steiert
Freitags, 05. und 19.09.2025 jeweils von 19:00 – 21:00 Uhr
Kontakt: steiert.christel@googlemail.com



Bunter Kreativ-Nachmittag für Familien mit Ellen Wendt
Freitag, 26.09.2025 von 16-17:30 Uhr
Kontakt: ellen.wendt@quartierstreff.de



Gesprächskreis für Deutschinteressierte
Pausiert im August / Beginn Samstag, 13. September 16:30-18:00
kontaktieren Sie bitte die Kursleiterin / Anmeldung: S.Pantle@outlook.com

Öffnungszeiten und Weiteres im QU20



Achtung Sommerpause

Vom 18.08. bis zum 12.09.2024 findet keine Sprechzeit statt.

Ab Dienstag, den 16.09.2024 bin ich wieder für Sie da!

Im absoluten Notfall können Sie sich an die Quartiersvertreterin

Ellen Wendt (0170-5577299) oder

Stephan Seyl (0761-5104488) wenden



Nächste Programmplanung / offene Runde des QU20

Dienstag, den 16.09.2025 um 18:30 Uhr

Gedächtnistraining mit Brain-Gym mit Lieselotte Pirrone im QU20 Bahnhofstrasse 20 Start Mittwoch, 24.09.2025 (6 Termine) von 9:00 - 10:30 Uhr.

Sie vergessen eine Verabredung oder wissen nicht mehr, wo Sie Ihren Schlüssel hingelegt haben?

Kennen Sie das Gefühl, etwas sagen zu wollen, und plötzlich ist der Gedanke weg?

Unser gemeinsames Ziel ist es, durch ganzheitliches Gedächtnistraining, geistige, seelische und körperliche Funktionen zu aktivieren, denn was unbenutzt bleibt, verkümmert. Was benutzt wird, entwickelt sich.

Es ist eine gute Idee jetzt anzufangen.

Die Kursleiterin Frau Lieselotte Pirrone ist ganzheitliche Gedächtnistrainerin und ordentliches Mitglied im Gedächtnis Trainerverband. Zudem ist Sie seit 1990 Yoga- und Entspannungstrainerin.

Die Kursgebühren betragen für Vereinsmitglieder 42 €, Nichtmitglieder zahlen 48 €, zusätzliche Materialkosten: 5 €. Bitte die Gebühr zum Kursbeginn mitbringen!

Anmeldung: Tel.: 0761-5901687 o. 0152-53541362 oder per email: lisa.gtjo@yahoo.com.

Ohne Anmeldung ist keine Teilnahme möglich.

Zur Anmeldung für die Kurse und Angebote beachten Sie bitte stets die aktuellen Aushänge und setzen sich mit den jeweiligen Kursleitern in Verbindung (oder melden Sie sich persönlich oder telefonisch im Quartierstreff).

Unsere regelmäßigen Veranstaltungen und Kurse finden Sie unter www.quartierstreff.de