

Programmangebot QU20 in der Bahnhofstrasse 20



Meditationstag mit Alfred Rezabek
am **Samstag, den 12.09.2026** von 9-17 Uhr
Kontakt: alfred.rezabek@gmail.com



„Café und mehr“ - Das Sonntagscafé für ALLE im QU20
Jeder 2. Sonntag im Monat ab 14 Uhr

Veranstalter: Inklusionsteam Kirchzarten / Kontakt und Info: tinahog68@gmail.com



Medizinischen Qigong mit Gudrun Simon
Dienstag, 01., 08., 22.09.2026 18:30 – 19:30 Uhr
Kontakt: gudrunsimon777@gmail.com



Come together - Zusammen Singen mit Ananda und Gudrun
Dienstag, 01., 08., 22.09.2026, 19:30 – 21:00 Uhr
Kontakt: anandamain@gmail.com



Gemeinsames Ukulelenspiel mit Irene Weidinger
Jeder erste Montag und letzte Dienstag im Monat von 18:30 – 20:00 Uhr
Kontakt: irene.weidinger@online.de



Spiele-Nachmittag Rummikub und Skip.bo mit Lisa Pirrone
mittwochs von 14:30 – 17:00 Uhr / Start 23.09.2026
Kontakt: 0152/53541362



Gedächtnistraining mit Brain-Gym mit Lieselotte Pirrone
Mittwochs von 9:00 - 10:30 Uhr / (jeweils 6 Termine) Start 23.09.2026
Ohne Anmeldung keine Teilnahme möglich! Kontakt: Tel.: 0152/53541362



Tai Chi mit Dr. Victor Chu
pausiert bis 30.09.26 Mittw. Kurs I: 18-19:30 Uhr Kurs II: 20-21:30 Uhr
Kontakt: v.chu@posteo.de



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



Seniorengymnastik 75+ mit Sandra King
Donnerstags, 15-16 Uhr (6 Termine) / **pausiert 17.09.-02.10.2026**
Kontakt: Tel.: 0170 5833939



Handarbeitstreff mit Nicole Single (bitte beachten Sie den Aushang)
Do 10. und 24.09. von 15-17 Uhr (jeder 1. und 3. Do im Monat)
Kontakt: Tel.: 07661/2342



Sommerschließzeit 17.08. – 13.09.2026



Erste Sprechzeit im Quartier und offene Bücherei
Ab Dienstag, den 15.09.2026 von 16-18 Uhr



Im absoluten Notfall
Stephan Seyl (info@quartierstreff.de)



Nächste Programmplanung / offene Runde des QU20
Dienstag, den 15.09.2026 um 18:30 Uhr

Programmangebot QU20 im Kirschenhof 3



Krabbelgruppe im Kirschenhof

Dienstags von 14:30-16:30 Uhr (außerhalb der Schulferien)

Kontakt: sarahjeske2013@gmail.com



Medizinischen Qigong mit Gudrun Simon

am letzten Dienstag, den 29.09.2026 von 18:30 – 19:30 Uhr im Kirschenhof

Kontakt: gudrunsimon777@gmail.com



Cego Spieltreff mit Christel Steiert

Jeder 1. und 3. Freitag im Monat von 18:30 – 20:30 Uhr

Kontakt: steiert.christel@googlemail.com



Bunter Kreativ-Nachmittag für Familien mit Ellen Wendt

Freitag, 25.09.2026 von 16 - 17:30 Uhr (bitte Aushänge beachten!)

Kontakt: ellen.wendt@quartierstreff.de



Gesprächskreis für Deutschinteressierte mit Susann Pantle

Pausiert bis 11.10.2026 / sonst samstags von 9:00-12:00

kontaktieren Sie bitte die Kursleiterin / Anmeldung: S.Pantle@outlook.com



Erzählcafé mit Christa Erschens

Thema „Düfte“, Samstag, den 19.09.2026 von 15-17 Uhr

Anmeldung und Infos: Christa Erschens: cerschens@hotmail.com

Save the date:

Höfefest mit Kinderprogramm im QU20 Kirschenhof 3

(Samstag, 12.09.2026 von 15 Uhr bis „Open-End“)

Unter anderem wird ein Zauberer Jung und Alt „verzaubern“

Jeder der kommt bringt bitte etwas fürs Mitbringbuffet mit! Fingerfood, Kuchen; Muffins und ähnliches sind „als Mitbringsel“ herzlich willkommen 😊

Die Getränke werden gegen eine Spende zur Verfügung gestellt

Gedächtnistraining mit Brain-Gym im QU20 in der Bahnhofstrasse 20

mit Lieselotte Pirrone im QU20 Bahnhofstrasse 20

Start Mittwoch, 23.09.-21.10.2026 (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 48 €, Nichtmitglieder zahlen 54 €, zusätzliche Materialkosten: 5 €. Bitte die Gebühr zum Kursbeginn mitbringen!

Anmeldung: Tel.: 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