

## Ständige Angebote

Tag	Uhrzeit	Angebot	Ort	Information	
Montag	08.30–10.00	Prager-Eltern-Kind-Programm	DRK Familienbildung		
	08.45–09.45	Senioren gymnastik	Süd-Pol	Anmeldung unter Tel. 12744460	
	09.30–10.15	Spiel- und Bewegungsspaß	DRK Familienbildung	Kinder im Alter von 8–18 Monaten	
	10.00–11.00	Senioren gymnastik	Süd-Pol	Anmeldung unter Tel. 12744460	
	10.00–11.30	Englischkurs für Fortgeschrittene	Heizhaus		
	10.00–11.00	Senioren gymnastik	Berghotel		
	10.15–12.15	Seniorentanzkurs (24. 4.–19. 6.)	Heizhaus	Volkshochschulkurs Anm.: 3814300	
	10.45–11.30	Spiel- und Bewegungsspaß	DRK Familienbildung	Kinder im Alter von 8 -18 Monaten	
	11.00–12.30	Prager-Eltern-Kind-Programm	DRK Familienbildung		
	13.00–16.00	Spielenachmittag	Berghotel		
	13.00–14.30	Tai Chi und Qi Gong	Heizhaus	für Kinder und Erwachsene	
	13.30–15.00	Prager-Eltern-Kind-Programm	DRK Familienbildung		
	14.00–16.00	Handarbeitsnachmittag	Süd-Pol		
	14.00- 18.00	Offener Treff	Heizhaus	nicht in den Ferien	
	14.00–15.45	Tanzkurs für SeniorInnen	Pumpe		
	14.30–17.00	Bingo- Nachmittag / Spielegruppe	Heizhaus		
	15.30–17.00	Plattdeutsch	Heizhaus		
	15.30–16.30	Familienzeit	ev. Südstadtgemeinde		
	16.00–17.00	Konfirmandenunterricht	ev. Südstadtgemeinde		
	17.00–21.30	Line Dance	Heizhaus		
	17.30–19.00	Progressive Muskelrelaxation	DRK Familienbildung	Montags vom 22. 5.–17. 7.	
	17.30–19.30	Bauchtanzkurs	Süd-Pol		
	18.00–20.00	Malkurs	Pumpe		
	20.00–21.30	Kundalini Yoga (17.04–24.07.)	Beginhof	Volkshochschulkurs Anm.: 3814300	
	Dienstag	08.30–10.00	Prager-Eltern-Kind-Programm	DRK Familienbildung	
		08.00-09.00	Nordic Walking	Heizhaus	
		08.30–11.30	SeniorInnensport	Heizhaus	
		11.00–12.30	Prager-Eltern-Kind-Programm	DRK Familienbildung	
		11.00–12.30	Englischkurs	Süd-Pol	
		13.30–15.00	Prager-Eltern-Kind-Programm	DRK Familienbildung	
14.00–16.00		Treffen der Pommern-Gruppe	Berghotel	jeden 1. Dienstag im Monat	
14.00–16.00		Diabetikertreffen	Berghotel	jeden 3. Dienstag im Monat	
14.00–16.30		Tanzkurs für SeniorInnen	Pumpe		
14.00–18.00		Offener Treff	Heizhaus		
15.30–16.30		Christenlehre	Ev. Südstadtgemeinde	1.–3. Klasse	
17.00–18.00		Afrikanisches Trommeln	Pumpe		
17.00–18.30		Qi Gong	Süd-Pol		
18.00–21.30		Line Dance	Heizhaus		
18.00		Preisskat	Bauernhaus Biestow		
19.00–20.30		Familiensprechstunde	Süd-Pol		
19.00–22.00		Kizomba	Pumpe		
Mittwoch		08.30–10.00	Prager-Eltern-Kind-Programm	DRK Familienbildung	
		09.00–10.30	Stadtteilfrühstück	Heizhaus	jeden 1. Mittwoch im Monat
		09.00–11.00	Frühstück	Berghotel	jeden 3. Mittwoch im Monat
	10.00–11.00	Offene Tischtennisgrupee	Heizhaus		
	11.00–12.00	Senioren gymnastik	Süd-Pol	Anmeldung unter Tel. 12744460	
	11.00–12.30	Prager-Eltern-Kind-Programm	DRK Familienbildung		
	13.00–14.00	Senioren gymnastik	Süd-Pol	Anmeldung unter Tel. 12744460	
	13.30–15.30	Handarbeitszirkel	Berghotel		
	13.30 -15.15	Tanzkurs für SeniorInnen	Heizhaus		
	13.30–15.00	Prager-Eltern-Kind-Programm	DRK Familienbildung		
	14.30–17.30	Skat	Süd-Pol		
	15.30–16.30	Singkreis	Heizhaus		
	16.00	Geschichten von Vorlesepaten	Stadtbibliothek	Kinder von 3–6 Jahren	
	16.00–17.00	Christenlehre	Ev. Südstadtgemeinde	4.–6. Klassen	
	17.00–19.00	Klöppeln	Süd-Pol		
	18.00–21.00	Samba Trommeln	Pumpe		
	19.30–20.30	Zumba	Heizhaus		
	19.30–21.00	Singkreis	Pfarrhaus Biestow		

Tag	Uhrzeit	Angebot	Ort	Information
Donnerstag	08.30–10.00	Prager-Eltern-Kind-Programm	DRK Familienbildung	
	08.30–10.00	Englischkurs	Süd-Pol	
	08.00–09.00	Nordic Walking	Heizhaus	
	10.00–11.30	Angehörigen Gruppe Demenz	Süd-Pol	
	10.15–11.15	Senioren-sport	Süd-Pol	
	10.15–11.15	Senioren Gymnastik	Heizhaus	
	11.00–12.30	Prager-Eltern-Kind-Programm	DRK Familienbildung	
	13.30–15.00	Prager-Eltern-Kind-Programm	DRK Familienbildung	
	14.00–15.00	SeniorInnensport	Heizhaus	
	14.00–16.00	Kartennachmittag	Süd-Pol	
	14.00–18.00	Offener Treff	Heizhaus	
	14.00–17.00	Tanztee für SeniorInnen	Pumpe	jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat
	19.00–21.30	Fun Linedancers	Süd-Pol	
	20.00–22.30	Rueda-Tanz	Pumpe	
	Freitag	09.00–09.30	Krabbelgruppe	Heizhaus
09.00–09.45		Musik für Babys	DRK Familienbildung	für Kinder von 3–18 Monaten
09.45–10.15		Krabbelgruppe	Heizhaus	
10.00–11.30		Offene Tischtennisgruppe	Heizhaus	
10.30–11.30		Sprechstunde Service & Soziales	Süd-Pol	
10.30–11.45		SeniorInnensport	Heizhaus	
14.00–15.00		SeniorInnensport	Heizhaus	
15.00–17.00		Integrationsangebot	Heizhaus	von Ehrenamtlern für MigrantInnen
15.45–17.15	Linedance	Heizhaus		
Samstag	Keine regelmäßigen Veranstaltungen bekannt.			
Sonntag	9.00, 10.30, 18.30	Gottesdienst	Katholische Christusgemeinde	
	9.30	Gottesdienst	Evangelische Südstadtgemeinde	
	9.30	Preisskat	Bauernhaus Biestow	jeden 1. Sonntag im Monat
	10.00	Gottesdienst	Evangelische Gemeinde Biestow	Dorfkirche
	10.30	FeG evangelischer Gottesdienst	Heizhaus	
	14.–16.00	Gemeinsames Gärtnern	Interkultureller Garten	

Erstellt von Jenne Itner

## Adressen

### AWO „Berghotel“

Südring 28b  
Tel: 400 14 40

### Bauernhaus Biestow

Am Dorfteich 16  
Tel: 400 52 10

### Freizeit-Treff „Süd-Pol“

Mendelejewstraße 22a  
Tel: 242 45 51

### Beginenhof

Ernst-Haeckel-Straße 1  
Tel: 400 52 01

### Don-Bosco-Schule

Kurt-Tucholsky-Straße 16a  
Tel: 44 04 06 00

### DRK Familienbildungsstätte

Brahestr. 37  
Tel: 800 26 93

### Evangelische Südstadtgemeinde

Beim Pulverturm 4  
Tel: 400 00 65

### Evangelisch-Lutherische Kirchengemeinde Biestow

Am Dorfteich 12  
Tel: 400 31 21

### Freie Evangelische Gemeinde

Schröderstraße 4a  
Tel: 877 27 35

### Gemeindezentrum Christuskirche

Häktweg 4–6  
Tel: 24 23 40

### Interkultureller Garten

Schlesinger Straße 21a  
Telefon: 45 59 41

### SBZ-Heizhaus

Tychsenstr. 9b  
Tel: 383 53 36

### SBZ-Pumpe

Ziolkowskistr. 12  
Tel: 44 27 26

### VS Begegnungsstätte

Am Ährenkamp 4–7  
Telefon: 401 01 47



Für die Richtigkeit der Angaben übernehmen wir keine Haftung. Angaben von Zeiten und Preisen ohne Gewähr.