

Wöchentlicher Kursplan vom Mehrgenerationenhaus Bestensee



**Mehr
Generationen
Haus**

Miteinander – Füreinander

Bestensee



Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
		08:00 - 09:00	funktionelles Training Yogaraum Kathrin	10:00 - 10:30	Tai Chi Yogaraum Herr Hahn	08:00 - 20:00	Reha-Sport Turnraum	09:00 - 11:00	Yoga Yogaraum Juliane
10:00 - 11:00	sanfte Gymnastik Konferenzraum Herr Hahn	10:00 - 11:00	ABC-Café Raum nach Absprache Regina	11:00 11:00 13:00	Sylvia (Chance 60plus) Nähspaß Upcycling Sibylle Neumann	09:30 - 10:30	Krabbelgruppe Krabbelraum Regina	10:00 - 11:30	Walking - Kristina (Cance 60plus)
		11:00 - 12:00	Tafelausgabe	12:30 - 14:30	Line-Dance Gruppe 3 Turnraum Katrin Heckert				
		14:00 - 17:00	Ukrainetreff kleiner Speisesaal Nadin	14:00 - 15:00	Leseclub kl. Konferenzraum Regina				
14:00 - 17:00	digitale Schulungen (1. & 3. Mo. im Monat) kl. Speisesaal Kristina (Chance 60plus)	14:00 - 17:00	Seniorentreff großer Speisesaal Nadin	15:00 - 17:00	Tanz-Café (1. Mittw. im Monat) großer Speisesaal Nadin	15:00 - 17:00	Eltern-Kind-Café kleiner Speisesaal Melanie	15:00 - 16:00	Eltern-Kind-Turnen Turnraum Claudia
17:00 - 18:30	Line-Dance Gruppe 1 Turnraum Katrin	16:00 - 17:00	Eltern-Kind-Turnen Turnraum Sandra	16:00 - 17:00	Eltern-Kind-Turnen Turnraum Regina			16:00 - 17:00	Eltern-Kind-Turnen Turnraum Franziska & Anne
17:30 - 19:30	Line-Dance Konferenzraum Eva			17:15 - 18:45	Line-Dance Gruppe 2 Turnraum Katrin			17:00 - 18:00	funktionelle Gymnastik Turnraum oder Konferenzraum Herr Hahn
18:45 - 20:15	Line-Dance Gruppe 4 Turnraum Katrin			18:45 - 19:30	Body-Workout Turnraum Katharina				
		18:00 - 20:00	Bauchtanzgruppe Konferenzraum Fr. Moos	18:00 - 20:00	Bauch-Beine-Po Konferenzraum Eva				

Bei Interesse wenden Sie sich per E-Mail an mgh-bestensee@alv-brandenburg.de.

Wir leiten die Anfrage entsprechend weiter.

Mehrgenerationenhaus Bestensee

Waldstraße 33

in Trägerschaft des Arbeitslosenverband Dtl. Landesverband Brandenburg e.V.

Stand: 12.03.2025