

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 10:00 - 10:30	Tai Chi - Yogaraum Herr Hahn Männerymnastik - Konferenzraum Sylvia (Chance 60plus)	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 13:00 12:30 - 14:30	Nähspaß Upcycling Sibylle Neumann Line-Dance Gruppe 3 Turnraum Katrin Heckert	09:30 - 10:30	Krabbelgruppe - Krabbelraum Regina	10:00 - 11:30	Walking - Kristina (Cance 60plus)
		11:00 - 12:00	Tafelausgabe	14:00 - 15:00	Leseclub - kl. Konferenzraum Regina				
		14:00 - 17:00	Ukrainetreff - kleiner Speisesaal Nadin	15:00 - 18:00	Tanz-Café (1. Mittw. im Monat) - großer Speisesaal Nadin				
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	Handarbeitsgr. (2.+ 4. Mittwoch) - kleiner Speisesaal Judith	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 - 19:45	Pilates - Yogaraum Antje			18:45 - 19:30	Body-Workout - Turnraum Katharina	18:30 - 19:30	Pilates - Yogaraum Antje		
18:45 - 20:15	Line-Dance Gruppe 4 - Turnraum Katrin			18:00 - 20:00	Bauch-Beine-Po - Konferenzraum Eva	19:45 - 20:45	Pilates - Yogaraum Antje		

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: 20.02.2025