MITMACHEN — LERNEN — KREATIV SEIN

ANGEBOTE FÜR ALLE - RECHTE WESERSEITE - 2024/25

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
vormittags 8-13 Uhr		**08:30-10:30** Elterncafé Grille-glück	**10:00-11:00** Senioren-Ganzkörpertraining **11:00-12:00** Aktiv & Fit 50 plus		**11:00-12:00** Gymnastik auf dem Stuhl	**10:30-11:30** Mindener Kinder Bewegungswelt (Sporthalle Hafenschule; nicht in den Schulferien)	
nachmittags 13-18 Uhr		**13:00-14:00** Rund um den Stuhl (inklusives Angebot) **14-15:30** Gruppe historisch Interessierte (monatlich) **14:30-15:30** Fit und Gesund **15:30-16:30** Pilates	**16:00-17:00** Schwitzen im Sitzen	**15:00-17:00** Spiele– und Klönnachmittag (monatliche Termine)		**13:00-14:45** Offene Sporthalle Hafenschule (nicht in den Schulferien)	
abends 18-21 Uhr		**17:00-18:30** Vater-Kind-Treff (draußen) **17:00-18:00** Kinder-Yoga **18:00-19:00** Erwachsenen-Yoga	**17:00-18:00** Pilates **18:00-19:00** Muskelentspannung **18:00-21:00** Filmabend (Wintermonate)	**17:00-19:00** Fahrradwerkstatt (Hafenschule)			

Minden Quartiere