



**Deutsches
Rotes
Kreuz**

DRK-Kreisverband Dresden e. V.
**Begegnungs- und
Beratungszentrum Johann**

Johann

Begegnung * Beratung * Kneippgesundheit

Eine Einrichtung für Senioren, gefördert durch die Landeshauptstadt Dresden

Regelmäßige Kurse

Januar 2026

Wochentag	Uhrzeit	Veranstaltung	Kosten
Montag	09:30 Uhr	Qi Gong	2,00 €
Montag	10:00 Uhr	Smartphone- /PC-Kurs	2,00 €
1. & 3. Montag im Monat	14:00 Uhr	Singen im Verein	2,00 €
2. & 4. Montag im Monat	14:00 Uhr	Klöppeln	2,00 €
Montag	15:45 Uhr	Ladies Fit	2,00 €
1. & 3. Dienstag im Monat	14:00 Uhr	Malwerkstatt	3,00 €
Mittwoch	09:30 Uhr	Nordic Walking	2,00 €



Mittwoch	09:00 Uhr	Gymnastik im Sitzen	2,00 €
Mittwoch	10:00 Uhr	Männerfitness	2,00 €
Mittwoch & Freitag	13:30 Uhr	Rummy Cup	2,00 €
2. & 4. Mittwoch im Monat	14:00 Uhr	Skat	2,00 €
Mittwoch	16:00 Uhr	Yoga im Sitzen	2,00 €
Donnerstag	10:00 Uhr	Kreativwerkstatt	3,00 €
Donnerstag und Freitag	14:00 Uhr	Rommé	2,00 €
2. & 4. Donnerstag im Monat	16:00 Uhr	Da Capo Violinenspiel	2,00 €
1. Donnerstag im Monat		Wandergruppe	Fahrtkosten + 2,00 €
4. Donnerstag im Monat	09:30 Uhr	Medienstammtisch	2,00 €
Freitag	09:30 Uhr	Seniorentheater	2,00 €
Freitag	10:00 Uhr	Gedächtnistraining	2,00 €
Je 1 x monatlich Freitag	13:00 Uhr	Exkursions- und Kurzwandergruppe	2,00 €
Freitag	13:30 Uhr	Handarbeit	2,00 €