



Johann

Begegnung * Beratung * Kneippgesundheit

Eine Einrichtung für Senioren, gefördert durch die Landeshauptstadt Dresden

Regelmäßige Kurse

Juni 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 | 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 € |
| Sonnabend | 09:30 Uhr | Seniorentheater | 2,00 € |