



**Verein für  
aktive Vielfalt e.V.**

## **Aktuelle Angebote**

**Montag**  
09.00 Uhr

**Allgemeine Gymnastik/  
anschl. Rückengymnastik**  
Zurzeit keine freien Plätze!

**Montag**  
11.00 Uhr

**Yoga**  
mit Herrn Dr. Becker  
• E-Mail: [max.becker@yoganachmass.de](mailto:max.becker@yoganachmass.de)

**Montag und Mittwoch**  
12.00 bis 14.00 Uhr  
14.00 bis 16.00 Uhr  
16.00 bis 18.00 Uhr

**Töpfern – Freiraum  
für die Kreativität**  
• mit telefonischer Voranmeldung

**Dienstag**  
14.30 Uhr

**Stricken mit Carola**  
• mit telefonischer Anmeldung  
unter 0151 75029114

**Dienstag**  
17.00 Uhr  
**Donnerstag**  
10.00 Uhr

**Faszientraining für mehr Beweglichkeit**  
mit Frau Morgenstern  
• Telefon: 0179 6812113

**1. und 3. Dienstag** im Monat  
17.00 Uhr

**Sprechstunde der Polizei**  
• Einzeltermine mit telefonsicher Voranmeldung

**Mittwoch**  
09.30 Uhr und 10.30 Uhr

**Physiotherapeutische Wirbelsäulengymnastik**  
mit Frau Birgit Arnold  
• Telefon: 0173 6379254

**2. Mittwoch** im Monat  
18.00 Uhr

**Rechtsberatung**  
mit Frau Birgit Stenzel  
• Einzeltermine mit telefonischer Voranmeldung



**Verein für  
aktive Vielfalt e.V.**

## Aktuelle Angebote

**3. Mittwoch** im Monat  
14.00 Uhr

**Rechtsberatung**  
mit Herrn Dan Mechtel

- Einzeltermine mit telefonischer Voranmeldung

**Donnerstag**  
09.00 Uhr

**Seidenmalerei**

- mit telefonischer Voranmeldung

**Donnerstag**  
16.00 Uhr

**Nachhilfeunterricht: arabisch**  
mit Frau Katbi

- Grundschule 1. bis 4. Klasse, Telefon: 0157 74421554

**2. Donnerstag** im Monat  
18.00 Uhr

**Tauschring/Kontaktzeit,**  
anschließend ab 19.00 Uhr **Tauschringtreffen**

- mit telefonischer Anmeldung

**Dienstag**  
18.00 - 19.30 Uhr  
**Freitag**  
10.00 - 13.30 Uhr

**Line-Dance Probe**  
mit Frau Häusler

- Telefon: 0157 87500696

**2. und 4. Mittwoch** im Monat  
13.00 Uhr

**Beratung zu ehrenamtlichem Engagement**  
mit der OSKAR Freiwilligenagentur

- mit telefonischer Voranmeldung

ab 16.07.  
**Donnerstag**  
20.15 Uhr

**Standard-Tänze**  
mit Herrn Mazur

- Telefon: 0173 7027674