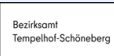


Angebote in der Seniorenbegegnungsstätte "Schlange"

Schlängenbader Str. 11, 14197 Berlin

(Stand: September 2026)

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
10:00 – 11:00 Uhr Englisch für Profis 	09:30 – 10:50 Uhr Yoga	10:00 – 11:30 Uhr Gehirnjogging  (2. und 4. Mi. im Monat)	10:00 – 12:00 Uhr Kaffetrinken mit Stuhlgymnastik	11:00 – 12:30 Uhr Gedächtnistraining  (alle 2 Wochen)
11:15 – 12:45 Uhr Englisch für Fortgeschrittene 	11:00 – 12:45 Uhr Gedächtnis- training 	10:30 – 11:30 Uhr Leichtes Workout für Körper und Geist	11:00 – 12:00 Uhr Pflegetützpunkt  (1. Do. im Monat)	14:00 – 15:00 Uhr Gymnastik
11:00 – 12:00 Uhr Gymnastik	11:00 – 12:15 Uhr Yoga	11:45 – 13:15 Uhr Exkursion  (2. Mi. im Monat)	12:15 – 13:30 Uhr Qigong	14:00 – 17:00 Uhr FreitagsCafé 
13:00 – 14:00 Uhr Englisch für Anfänger 	12:30 – 13:30 Uhr Ganzkörpertraining	12:00 – 13:30 Uhr Gehirnjogging  (alle 2 Wochen)	12:30 – 13:30 Uhr Italienisch für Fortgeschrittene	Uhrzeit Variabel: Vorbereitung Erzählbühne
14:00 – 16.00 Uhr Öl-/Acrylmalerei	14:00 Uhr Technikhilfe (nach Absprache)	13:30 – 15:30 Uhr Kunst und Klönen	14:00 – 15:30 Uhr Orientalischer Tanz	14:30 – 16:00 Uhr Handarbeiten 
17:00 – 19:00 Uhr Darts 	14:00 – 16:00 Uhr Singenkreis 	14:00 – 16:00 Uhr Bingo 	14:30 – 19:00 Uhr Kartenspiel 	18:00 – ca. 22:00 Uhr Schach 
	17:00 – 18:30 Uhr Tischtennis 	16:15 – 19:00 Uhr Kartenspiel	16:30 - 18:00 Uhr freies Tanzen für Senioren (1. Do. im Monat)	
Angebote sind barrierefrei 		 analysiert · informiert · aktiviert · Tempelhof-Schöneberg	16:00 – 18:00 Uhr Tischtennis 	  

Kontakt: Frau Susanne Zwiebler | E-Mail: zwiebler@drk-wilmersdorf.de | Tel.: 030 824 76 33