

REGELMÄßIGE TERMINE IM SERVICEPUNKT „K2“

MONTAGS

- 09:00—10:00 UHR GESUNDHEITSSPORT
- 10:00—11:00 UHR RÜCKENTRAINING
- 10:00—11:30 UHR MALZIRKEL „MONTAGSMALER“
- 16:00—17:30 UHR SCHACHTRAINING

DIENSTAGS

- 10:00—11:00 UHR NORDIC WALKING
- 14:00—17:00 UHR SPIELENACHMITTAG

MITTWOCHS

- 14:00—16:00 UHR KREATIVES GESTALTEN (MONATLICHE TERMINE)
- 18:45—19:45 UHR PILATES
- 20:00—21:00 UHR AFTER-WORK-FIT

DONNERTAGS

- 09:00—10:00 UHR RÜCKENTRAINING (REHA)
NEU AB JANUAR 2020
- 10:00—11:00 UHR GESUNDHEITSSPORT
- 14:00—16:00 UHR SCHMUCK-WERKSTATT (MONATLICHE TERMINE)
- 18:00—20:00 UHR SELBSTHILFEGRUPPE FÜR MUSKELKRANKE
(1 X IM MONAT)

FREITAGS

- 09:00—10:00 UHR RÜCKENTRAINING **NEU AB JANUAR 2020**
- 10:15—11:15 UHR BAUCH-BEINE-PO **NEU AB JANUAR 2020**



Rückfragen zu den Angeboten
und Anmeldungen an Frau Voigt.

Telefon:
0331 / 88832-60

E-Mail:
Servicepunkt@pbg-potsdam.de

