

WHS - Termine

AUSGABE 3

JANUAR 2010

TERMINE IN DIESER AUSGABE

- Fußreflexzonen–
Massage
- Gedächtnistraining
- Karnevalsparty
- Frühstück
- Regelmäßige Termine

Für alle FloBo -
Veranstaltungen bitten
wir um vorherige
Anmeldung bei:

Frau Petra Hanz / Frau
Andrea Schmielasz

Tel.: 02323/99493-49

Email: p.hanz@whs.de
oder
a.schmielasz@whs.de

Vortrag über die Wirkung von Fußreflexzonen–Massagen

Am Dienstag, den 12.01.2010 findet in der FloBo ein Vortrag über Fußreflexzonen – Massage statt. Hier erfahren Sie wie Sie ihre Selbstheilungskräfte mobilisieren und den reibungslosen Energiefluss im Körper wieder herstellen können.

Ab Dienstag, den 19.01.2010 findet ab 17:00 Uhr ein vierwöchiger Fußreflexzonen-Massage Kurs statt.
Teilnehmerzahl: 10 - 12 Personen
Kosten: 18,00 € pro Person
Anmeldungen nehmen wir bis zum 12.01.2010 entgegen.



Gedächtnistraining

Wir bieten Ihnen ab dem 13.01.2010 – 03.03.2010 jeweils mittwochs von 9:30 Uhr bis 10:45 Uhr an, Ihr Gedächtnis zu trainieren. Ganzheitlich erfahren Sie Anregungen und Tipps. Im gemeinsamen Gedankenaustausch werden die grauen Zellen in Schwung gebracht.
Anmeldungen nehmen wir bis zum 07.01.2010 gerne entgegen.
Kursdauer : 8 Wochen
Kosten : pro Woche 2,50 € / Person

Karnevalsparty in der FloBo

Helau und Alaaf, Kinder zwischen 5 und 14 Jahren aufgepasst!
Am Freitag den, 12.02.2010 von 16:00 Uhr bis 18:00 Uhr findet in der FloBo unser Kinderkarneval statt. (Verkleidung erwünscht)
Bitte meldet Euch bis zum 08.02.2010 an. Eintritt: 3,- €



Frühstück...

Am Samstag, den 13.03.2010 möchten wir wieder in der Zeit von 9:30 Uhr bis 11:30 Uhr mit Ihnen gemütlich frühstücken. Wir bieten ein reichhaltiges Frühstück an, wobei die Kosten lediglich 3,50 € pauschal pro Teilnehmer betragen. Bitte bringen Sie gute Laune und Hunger mit.
Wer Lust und Zeit hat, uns bei der Durchführung zu helfen, kann sich bei Frau Hanz melden. Teilnehmerzahl : max. 30 Personen
Wir bitten Anmeldungen bis zum 08.03.2010.

Sollten Sie Lust auf eine ehrenamtliche Tätigkeit in der FloBo haben? Oder vielleicht noch Tipps und Anregungen, so können Sie sich gerne bei Frau Hanz unter der Tel.: 02323/99493-49 oder per E-Mail unter p.hanz@whs.de melden.

FloBo Programm Januar – März 2010

Regelmäßige FloBo Termine

Montags findet in der Zeit von 10:30 Uhr bis 11:30 Uhr und von 11:30 Uhr bis 12:30 Uhr jeweils eine Hockergymnastik statt.

Die Übungsleiterin ist spezialisiert auf Sport für Senioren. Die Gebühr beträgt 7,00 € monatlich. Für alle Interessierten können wir Ihnen auch Bodengymnastik anbieten.



Jeden Dienstag ist Eintopftag!

Wir bieten Ihnen dienstags von 12:30 Uhr bis 14:00 Uhr einen Mittagstisch an. Es wird ein Eintopf und ein Getränk zum Gesamtpreis von 3,50 € angeboten. Wir bitten Sie, sich eine Woche vorher bei Frau Hanz anzumelden.



Jeden ersten Donnerstag im Monat findet ein „Kaffeekränzchen“ statt.

In der Zeit von 14:30 Uhr bis 16:00 Uhr können Sie sich mit netten Nachbarn treffen. Kaffee und Erfrischungsgetränke werden zu einem Selbstkostenpreis von je 0,50 € angeboten und Kuchen für 1,00 €.



Freitags von 10:30 Uhr bis 12:00 Uhr leitet Frau Muszkieta für die „Kleinen“ eine Krabbelgruppe. Neue Gesichter sind herzlich Willkommen.



Für alle Veranstaltungen bitten wir um vorherige Anmeldung bei:
Frau Petra Hanz / Frau Andrea Schmielasz Tel.: 02323/99493-49
Email: p.hanz@whs.de oder a.schmielasz@whs.de