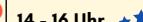
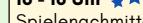
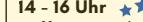


VERANSTALTUNGEN - JANUAR 2026 / TEIL 1

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG	
29 Winterpause	30 Winterpause	31 Winterpause	1 Winterpause	2 Winterpause	3 Winterpause	4 Winterpause	
5 10 - 12 Uhr  Gemütliches 2. Frühstück Ü50** 	6 16 - 18 Uhr  Offener Bastelnachmittag (6-99 Jahre)	7 19 - 20 Uhr  Gesprächstreff Englisch für Erwachsene 	8 16 - 18 Uhr  Offener Jugendtreff 18:30 - 19:30 Uhr  Hatha Yoga**  Stabilisierung & Stärkung 19:45 - 20:45 Uhr  Yin Yoga**  Tiefenentspannung & Loslassen	9 15:30 Uhr  Schlagerglück mit Carola	10 14 - 16 Uhr  Kaffee & Kuchen	11	
19 - 20:15 Uhr  Schwangerschaftsgym- nastik mit Anika 	12 10 - 12 Uhr  Gemütliches 2. Frühstück Ü50** 	13 16 - 18 Uhr  Spielenachmittag (6-99 Jahre)	14 19 - 20 Uhr  Gesprächstreff Englisch für Erwachsene 	15 16 - 18 Uhr  Offener Jugendtreff HOT DOG's  (jeden 3. Donnerstag im Monat) 18:30 - 19:30 Uhr  Hatha Yoga**  Stabilisierung & Stärkung 19:45 - 20:45 Uhr  Yin Yoga**  Tiefenentspannung & Loslassen	16 9 - 10 Uhr  Krabbelgruppe 0-10 M. 10 - 11 Uhr  Krabbelgruppe 10 Monate - 2 Jahre 16 - 17:30 Uhr  Sockenhopser Party bis 6 Jahre (jeden 3. Freitag im Monat)	17 14 - 16 Uhr  Kaffee & Kuchen	18

 Raum Sonne

 Raum Mond

 Raum Sterne

 Es fallen Kosten an

** Mit Anmeldung unter
mgh-ebstorf@potenzialriesen.de
oder 0172/18 34 356

alle	Frauen
Kind & Familie	Ü50
18+	

 **Boule am Platz bei Aldo** - jeden Mi und Fr 15 Uhr, So 9:30 Uhr

 **Offener Treff im MGH**  **Dienstag** 9 - 12 Uhr und 16 - 18 Uhr
Mittwoch 16 - 18 Uhr
Donnerstag 9 - 12 Uhr und 16 - 19 Uhr
Freitag 9 - 12 Uhr und 16 - 19 Uhr
Sonntag 14 - 17 Uhr