

VERANSTALTUNGEN - JANUAR 2026 / TEIL 1

Mehrgenerationenhaus Ebstorf (MGH) Domänenplatz 2, 29574 Ebstorf



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

- ☀ 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