

WEITERE (INTERNE) HIGHLIGHTS IM APRIL 2025



PARKRESIDENZ
ALSTERTAL



DONNERSTAG, 17. APRIL 2025
19.00 UHR · THEATER
Kinoclub

KURSPLAN

Bitte beachten Sie wie gewohnt die Aushänge gegenüber dem Eingang des Restaurants. Dort werden Sie über alle laufenden Veranstaltungen, kurzfristige (Raum-)Änderungen und Urlaube informiert.

Vielen Dank für die Berücksichtigung.



PARKRESIDENZ
ALSTERTAL

Karl-Lippert-Stieg 1
22391 Hamburg, Telefon 040 60 60 8 - 0



APRIL

2025

www.parkresidenz-alstertal.de



**JEDEN ERSTEN MITTWOCH
IM MONAT:
HÖRGERÄTE-AKUSTIKER
10-12 UHR - MUSIKZIMMER**

KURSPLAN APRIL 2025

| | MONTAG | DIENSTAG | MITTWOCH | DONNERSTAG | FREITAG | SAMSTAG |
|-------|--|---|---|---|---|--|
| 9.00 | Wassergymnastik im Schwimmbad mit Frau Sieksmeyer | Beckenbodengymnastik im Gymnastikraum mit Frau Sieksmeyer | Wirbelsäulengymnastik im Gymnastikraum mit Frau Sieksmeyer | Fit durch Smovey im Gymnastikraum mit Frau Sieksmeyer | | Am 12.04.25 Singen mit Piano um 16.00 Uhr im Theater mit den Herren Ohrke/ Sievers/ Rau |
| 10.00 | Frühspport im Garten mit Frau Sieksmeyer | Wassergymnastik im Schwimmbad mit Frau Sieksmeyer | Wirbelsäulengymnastik im Gymnastikraum mit Frau Sieksmeyer | Frühspport im Garten mit Frau Sieksmeyer | Residenzchor im Musikzimmer mit David Fodor | |
| 10.30 | Gesprächskreis im Clubraum mit Frau Meske | Am 08.04.25 Katholische Andacht im Clubraum (Rott/Wentzke) | 02.04. + 16.04. + 30.04.25 Englischkonversation im Clubraum mit Frau Hesse | | | |
| 11.00 | Line Dance im Theater mit Frau Sieksmeyer | Männer Fit im Gymnastikraum mit Frau Sieksmeyer | Wirbelsäulengymnastik im Gymnastikraum mit Frau Sieksmeyer | Männerfit im Gymnastikraum mit Frau Sieksmeyer | | |
| 12.00 | Vibrationstherapie im Gymnastikraum mit Frau Sieksmeyer n.V. | Vibrationstherapie im Gymnastikraum mit Frau Sieksmeyer n.V. | Vibrationstherapie im Gymnastikraum mit Frau Sieksmeyer n.V. | Vibrationstherapie im Gymnastikraum mit Frau Sieksmeyer n.V. | | |
| 14.00 | | Begleiteter Spaziergang mit Frau Sieksmeyer (Treff: Eingang) | | | | |
| 15.00 | | Gedächtnistraining im Clubraum mit Frau Salomon | | Gedächtnistraining im Clubraum mit Frau Salomon | | SONNTAG |
| 15.30 | | | | | | Caféhausmusik im Foyer |
| 16.00 | Senioren yoga im Sitzen im Gymnastikraum mit Martina Tan – Spielenachmittag im Clubraum | Gedächtnistraining im Clubraum mit Frau Salomon | Am 16.04. + 30.04.25 Smartphone-Kurs* für alle Level, im Clubraum mit Herrn Schwiemann <small>(*hier nach einer kostenlosen Probestunde kostenpflichtig mit 10 € pro Stunde/pro Person)</small> zusätzl. am 30.04. um 17.00 Uhr Computer-Handy-Probleme | „Stammtisch“ im Café | Senioren yoga im Sitzen im Gymnastikraum mit Martina Tan – Glaubensgesprächskreis im Clubraum mit Frau Wahle | |