Köpenick

Treff an der Wuhle

Hämmerlingstr. 103 a, 12555 Berlin,
Tel. 723 80 881
Sprechzeiten: Dienstag 10 – 12 Uhr und nach Vereinbarung

Wöchentliche Termine

MONTAG

10 – 11 Uhr: Hockergymnastik, anspruchsvoll/auch im Stehen
2 € pro Termin (Anmeldung)

11.15 – 12.15 Uhr: Hockergymnastik, nur sitzend 2 € pro Termin (Anmeldung)

16 – 18 Uhr: Skat jeder der Skat spielen kann, ist herzlich eingeladen

17.30 – 19.30 Uhr: Montagsmaler Acrylmalerei für Anfänger und Fortgeschrittene unter Anleitung von Alexandra Hasemann (Anmeldung)

18.30 – 19 Uhr: Chi Gong leichte, sanfte Bewegungsabläufe, die Körper und Geist verbinden, neue Teilnehmer willkommen, 1 € pro Person (Anmeldung)

DIENSTAG

9 Uhr vor dem Treff: Nordic Walking (mit oder ohne Stöcke)

10 – 12 Uhr: Sprechzeiten – Beratung mit Frau Bischoff / Frau Slotosch

10 – 12 Uhr: Offenes Café Plaudern Sie mit Ihren Nachbarn bei Kaffee und Kuchen

12 – 16 Uhr: Singen und Musizieren von 8 – 80 Jahren Singkreis oder Kurse für Keyboard/E-Piano (extra für Senioren*innen) (Anmeldung bei Uli Birringer Tel. 600 33 780)

MITTWOCH

9.30 Uhr: Anfängerkurs Handy (nur mit Anmeldung)

16 – 18 Uhr: Computer- und Smartphone-Hilfe mit Susanne Harmsen, 1 € pro Termin (Anmeldung)

19 Uhr: Line Dance am Abend (mit Vorkenntnissen)

DONNERSTAG

10 – 12 Uhr: Computer zum Anfassen mit Herrn Schäfer, 5 € pro Monat (Anmeldung)

14 – 16 Uhr: Rommé-Nachmittag jeder kann mitmachen

18.30 – 19.30 Uhr: Bauch, Beine, Po Gymnastikkurs mit Frau Hoffmann-Strelow, 1 € pro Termin (Anmeldung)

FREITAG

10.30 – 12 Uhr: Line Dance (für Fortgeschrittene)

16.15 Uhr: Kindertanz für Kinder von 5 – 9 Jahren (Anmeldung)

17 – 18 Uhr: Teen-Ballett für Kinder ab 10 Jahre vorbeikommen und Probetraining mitmachen

Monatliche Termine

JULI

DI, 07.07.26, 10 Uhr: **Monatlich leckeres Frühstücks-Buffet im Treff** jeder bringt etwas Gutes mit, einfach vorbeikommen

DI, 07.07.26, 14 Uhr: **Gemeinsam singen** mit Chorleiter Uli Birringer

DI, 07.07.26, 17 Uhr: **Schach für Anfänger und Fortgeschrittene**

DI, 14.07.26, 17 Uhr: **Kreatives Schreiben** mit Frau Streit (Anmeldung)

DI, 21.07.26, 14 Uhr: **Gemeinsam singen** mit Chorleiter Uli Birringer

AUGUST

DI, 04.08.26, 10 Uhr: **Monatlich leckeres Frühstücks-Buffet im Treff** jeder bringt etwas Gutes mit, einfach vorbeikommen

DI, 04.08.26, 14 Uhr: **Gemeinsam singen** mit Chorleiter Uli Birringer

DI, 04.08.26, 17 Uhr: **Schach für Anfänger und Fortgeschrittene**

DI, 11.08.26, 17 Uhr: **Kreatives Schreiben** mit Frau Streit (Anmeldung)

DI, 18.08.26, 14 Uhr: **Gemeinsam singen** mit Chorleiter Uli Birringer

DI, 18.08.26, 19 Uhr: **Der besondere Film** Kino im Treff mit Uli Birringer (Anmeldung)

SEPTEMBER

DI, 01.09.26, 10 Uhr: **Monatlich leckeres Frühstücks-Buffet im Treff** jeder bringt etwas Gutes mit, einfach vorbeikommen

DI, 08.09.26, 17 Uhr: **Kreatives Schreiben** mit Frau Streit (Anmeldung)

Mi, 09.09.26, 9.30 Uhr: **Ausflug an der Havel entlang zur Pfaueninsel** kleine Wanderung (4 km) durch idyllisches Waldgebiet bis zur Pfaueninsel, teilweise Sandweg, deshalb nicht für Rollatoren geeignet, mit Einkehr (Selbstzahler) (Anmeldung)

Highlight: Wanderung zur Pfaueninsel

Wanderung (4 km) am 09.09.2026 an der Havel entlang zur Pfaueninsel.
Treffpunkt 9.30 Uhr S.-Bhf. Köpenick oder 10.30 Uhr S.-Bhf.-Wannsee.
Tour führt durch idyllisches Waldgebiet am wunderschönen Havelufer entlang, mit Einkehr (Selbstzahler), Kosten 2 € p.P., Leitung: Christel Schimmek (Anmeldung)

Anmeldungen (soweit nicht anders angegeben) unter Tel. 723 80 640 / - 642 oder unter sozialarbeit@bwv-zk.de.