

## 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

### APRIL

DI, 07.04.26, 14 Uhr:

**Gemeinsam singen** mit Chorleiter Uli Birringer

DI, 07.04.26, 17 Uhr:

**Schach für Anfänger und Fortgeschrittene**

DI, 14.04.26, 10 Uhr:

**Monatlich leckeres Frühstücks-Buffer im Treff** jeder bringt etwas Gutes mit, einfach vorbeikommen

DI, 14.04.26, 17 Uhr:

**Kreatives Schreiben** mit Frau Streit (Anmeldung)

DI, 21.04.26, 14 Uhr:

**Gemeinsam singen** mit Chorleiter Uli Birringer

DO, 23.04.26, 10 Uhr:

**Kleine Wanderung** zu den Grunewaldseen mit Einkehr (Selbstzahler, Anmeldung)

### MAI

DI, 05.05.26, 10 Uhr:

**Monatlich leckeres Frühstücks-Buffer im Treff** jeder bringt etwas Gutes mit, einfach vorbeikommen

DI, 05.05.26, 14 Uhr:

**Gemeinsam singen** mit Chorleiter Uli Birringer

DI, 05.05.26, 17 Uhr:

**Schach für Anfänger und Fortgeschrittene**

DI, 12.05.26, 17 Uhr:

**Kreatives Schreiben** mit Frau Streit (Anmeldung)

DI, 19.05.26, 14 Uhr:

**Gemeinsam singen** mit Chorleiter Uli Birringer

### JUNI

DI, 02.06.26, 10 Uhr:

**Monatlich leckeres Frühstücks-Buffer im Treff** jeder bringt etwas Gutes mit, einfach vorbeikommen

DI, 02.06.26, 14 Uhr:

**Gemeinsam singen** mit Chorleiter Uli Birringer

DI, 02.06.26, 17 Uhr:

**Schach für Anfänger und Fortgeschrittene**

DI, 09.06.26, 17 Uhr:

**Kreatives Schreiben** mit Frau Streit (Anmeldung)

DI, 16.06.26, 14 Uhr:

**Gemeinsam singen** mit Chorleiter Uli Birringer

DI, 16.06.26, 19 Uhr:

**Der besondere Film** Kino im Treff mit Uli Birringer (Anmeldung)

## Highlight: Wanderung zu den kleinen Grunewaldseen



**Begleiten Sie uns auf eine geführte Frühlingswanderung zu den kleinen Grunewaldseen. Tour am 23.04.2026.**

Treffpunkt um 10 Uhr am S-Bahnhof Köpenick, Start um 11 Uhr am S-Bahnhof Halensee. Entdecken Sie auf ca. 5 km den Halensee, Koenigssee, Herthasee, Hubertussee und Dianasee. Mit Einkehr (Selbstzahler), 2 € p. P., Leitung: Annelie Roth (Anmeldung)

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