



MÄRZ 2020

NEUER KURS !

Bollywood-Tanz Ü50

Dieser bunte und fröhliche Tanzstil, bekannt aus den indischen Filmen, basiert auf vielen indischen, westlichen und orientalischen Tanzelementen. In unserem neuen Kurs lernen Sie die unterschiedlichen Schrittfolgen und kombinieren diese zu einer neuen Choreografie.

Kursstart am
Donnerstag, den
05.03.2020
10:00-11:00 Uhr
Kosten: 2,- €

NEU

Progressive Muskelentspannung (nach Jacobsen)

Erlernen Sie eine anerkannte und sehr wirksame Methode zum Stressabbau und erfahren Sie Wissenswertes rund um die Themen Umgang mit Alltagsbelastungen und Burnout-Prävention.

(Dieser Kurs wird von den Krankenkassen unterstützt)

Dienstag, den
10.03.2020
17:00-18:30 Uhr
Kursgebühr
Dauer:
8 Wochen

Yoga Ü50

Sanfte Dehn- und Streckübungen, wohltuende Bewegungen der Wirbelsäule und achtsame Kräftigung von Muskulatur und Gelenken wechseln sich mit Entspannungsphasen ab.

immer Montag,
12:30-13:30 Uhr
Kursgebühr
Dauer:
fortlaufend

„Frühling lässt sein blaues Band...“- Bastelnachmittag

Wir möchten gemeinsam aus unterschiedlichen Materialien kleine Frühlingsdekorationen basteln.

Mittwoch, den
25.03.2020
13:00-15:00 Uhr
Kosten: 1,-

GWA-Neustädter Feld- Wir laden Sie ein, vorbeizukommen und sich einzumischen!

Treffen der Gemeinwesenarbeitsgruppe für den Stadtteil Neustädter Feld.

Dienstag
24.03.2020
17 Uhr im
Bibliothek im
Flora-Park

NEU

AB APRIL FÜR SIE

Beratertag vom Jobcenter u. der Agentur für Arbeit

Lassen Sie sich fachkundig, individuell und kostenfrei im Einzelgespräch beraten! *(in Kooperation mit der Agentur für Arbeit und dem Jobcenter)*

Donnerstag, den
23.04.2020
10:00-13:00 Uhr

Englischkurs für Wiedereinsteiger Ü50

Der Fokus in diesem Kurs, liegt auf praktischen Sprachanwendungen in Form von Alltagsdialogen, z.B. Einkauf und Urlaub.



Mittwoch
ab 15.04.2020
16 Uhr

Englischkurs für die Reise Ü50

Der Fokus in diesem Kurs, liegt auf praktischen Sprachanwendungen in Form von Alltagsdialogen, z.B. Hotel, Flughafen, Restaurant.



Mittwoch
ab 15.04.2020
16 Uhr

WIR FEIERN!-1 Jahr Smartphone-Cafe

Erhalten Sie, in geselliger Runde mit Kaffee und Kuchen, Antworten auf Ihre Fragen zum Umgang mit dem Smartphone.

Donnerstag, den
09.04.2020
10:00-11:00 Uhr
1,- €

Melden Sie sich jetzt für unsere
Veranstaltungen an!
0391-2529229

UNSER WOCHENPROGRAMM

Montag

10:00-12:30 Uhr	Spielevormittag: Rommé & Co.	1,- €
°11:00-12:00 Uhr	Gymnastik 50+	TN-Beitrag
°11:30-12:30 Uhr	NordicWalking im Park	KOSTENFREI
12:00 Uhr	Offener Mittagstisch	4,- €
°12:30-13:30 Uhr	Yoga	TN-Beitrag
15:00-16:30 Uhr	INDOOR-Tischtennis	1,- €
15:00-17:00 Uhr	Montagsmaler – Maltreff	1,- €

Dienstag

08:45-09:45 Uhr	Gymnastik: Gesunder Rücken	TN-Beitrag
09:30-11:00 Uhr	Schach für Jung und Alt	1,- €
11:30-12:30 Uhr	Latinotanz 50+*	4,- €
12:00 Uhr	Offener Mittagstisch	4,- €
12:45-13:45 Uhr	Dance Aerobic 50+	TN-Beitrag
°14:00-15:00 Uhr	Zirkeltraining für Jung und Alt	TN-Beitrag
14:00-16:30 Uhr	Seniorenachmittag	z.Zt. Pause

Mittwoch

°09:00-10:00 Uhr	Fit für den Alltag – Sport 50+	4,- €
10:00-11:00 Uhr	Französisch für Fortgeschrittene	1,- €
12:00 Uhr	Offener Mittagstisch	4,- €
13:00-15:00 Uhr	Skatnachmittag	1,- €
12:30-13:30 Uhr	Englisch für Einsteiger	TN-Beitrag
14:00-15:30 Uhr	Englisch für den Urlaub	TN-Beitrag
15:45-17:15 Uhr	Englisch für Wiedereinsteiger	TN-Beitrag

Donnerstag

10:00-11:00 Uhr	Smartphone-Café (alle 14 Tage)	1,- €
10:00-11:00 Uhr	Französisch (mit geringen Französisch-Kenntnissen)	1,- €
12:00 Uhr	Offener Mittagstisch	4,- €

Freitag

12:00 Uhr	Offener Mittagstisch	4,- €
ab 15 Uhr	Nutzung für Familienfeiern	auf Anfrage

°= In diesen Kursen sind noch wenige Plätze frei.

Melden Sie sich einfach an! Wir freuen uns auf Sie.

***TN-Teilnehmer*innen**

KONTAKT

Nachbarschaftszentrum Neue Wege e.V.

Othrichstraße 30

39128 Magdeburg

☎ 0391/ 2529229

✉ neue-wege-md@gmx.de

🌐 www.neue-wege-md.de

Öffnungszeiten:

Mo. 09:00 - 16:30 Uhr

Di u. Mi. 09:00 - 15:00 Uhr

Do. u. Fr. 09:00 - 13:00 Uhr

Das Nachbarschaftszentrum „Neue Wege e.V.“ wird durch die Landeshauptstadt Magdeburg gefördert

 **ottostadt
magdeburg**