



Dies sind die Kurse und Gruppen, die sich derzeit treffen. Neue Interessierte melden sich bitte im Büro.

### GESPRÄCHSKREISE

- Politisches Gespräch: Montag, 08.+ 22. November, 9:30–11 Uhr
- Freizeitbörse: Gleichgesinnte für gemeinsame Aktivitäten kennen lernen. Montag, 15. November, ca. 16 Uhr
- Literaturgespräch "Der Ehebruch als literarisches Thema": Mittwoch, 24. November, 11–12:15 Uhr, mit Lis Grandl-Arnoldi. Besprochen wird Nathanael Hawthorne „Der scharlachrote Buchstabe.“
- Gemeinsam lesen – Zuhören und Vorlesen: Mittwoch 18:30 Uhr, mit Helge Noack.
- Runde 60: Donnerstag, 04.+ 18. November, 10–12 Uhr
- Kunstgespräch: Donnerstag, 25. November, 10–11:30 Uhr, mit Martina Nehr-Kley, Thema: Hans Makart.

### COMPUTER

- MentorNet 1:1–Betreuung für Smartphone, Tablet, Laptop, PC, eAusleihe in der Stadtbücherei. Termin nach Absprache. Anmeldung zu den Bürozeiten, Tel. 22688. Mit freundlicher Unterstützung:
- MentorNet Mobil: Wenn Sie aus gesundheitlichen Gründen trotz des Aufzugs nicht zu uns kommen können, bekommen Sie Hilfe zuhause. Terminvereinbarung zu den Bürozeiten, Telefon 22688

### KREATIVES UND SPIEL

- Schach: Montag 14–18 Uhr, mit Kurt Treftz
- Skat: Montag 14:30–17:30 Uhr
- Socken stricken: Montag 15–17 Uhr. Sockenkauf ist zu dieser Zeit ganzjährig möglich. Die Strickerinnen nehmen auch spezielle Wünsche (Größe, Farbe) entgegen.
- Doppelkopf: Dienstag 14:30–18 Uhr, Mittwoch 14:30–18 Uhr für fortgeschrittene Anfänger, mit Claus Stähle
- Kreatives Malen: Mittwoch 14–16 Uhr, mit Jutta Zöller und Walda Ziemer
- Bridge: Mittwoch 14:30–17:30 Uhr, mit Doris Steck
- Gitarrenkreis: Donnerstag 10:30–11:30 Uhr, mit Kristine Hettler
- Singkreis: Dienstag 9:30–10:45 in der Jakobuskirche, mit Uta Ludwig

### SPRACHEN

- Spanisch: Dienstag 11:15–12:15 Uhr mit Conchita Cansino; Fr 9–10, 10:15–11:15, 11:30–12:30 Uhr mit Ester Alvarez (Zoom)
- Französische Konversation: Dienstag 10–11 Uhr, mit Christiane Henno-Schafhauser
- Englische Konversation: Donnerstag 17:30–18:30 Uhr, mit Walter Blum

### SPORT UND BEWEGUNG

- Seniorengymnastik "Fünf Esslinger": Dienstag 9–10 Uhr Gr. I, 10:15–11:15 Uhr Gr. II, mit Kessy Kaiser-Breining
- Boule spielen auf der Platanenallee: Mittwoch 14:30 Uhr bei trockenem Wetter, am Silberdenkmal, mit Ralf Mück
- Tanzen! Mittwoch 18–19 Uhr. Leichte Schrittfolgen aus Jazztanz, Latin, Ballett und Hiphop; für mehr Lebensfreude, Beweglichkeit und Koordinationsfähigkeit – auch bei Gelenkproblemen, mit Christa Weiß
- Walking und Nordic Walking: Donnerstag 9–10:30 Uhr, mit Brigitte Kohring. Treff: Heuberger-Tor-Weg vor dem Wald
- Yoga – Bewusstes Bewegen und Entspannen: Donnerstag 11:30–12:30 Uhr, mit Marita Adelung
- Biodanza. Sich bewegen... tanzen... entspannen: Samstag, 06. November, 11–13 Uhr, mit Martina Jochem