

## Wochenübersicht 2012

### Bewegungsprogramm / Sozialarbeit

**Montag:** 9.30 Uhr Seniorengymnastik in Naunheim, Ev. Gemeindehaus

---

**Dienstag:** 9.30 Uhr Seniorentanz in Waldgirmes, Wichernhaus, Pestalozzistr. 7  
14.45 Uhr Seniorengymnastik in Asslar / Klein-Altenstädten, Ev. Gemeindehaus  
15.00 Uhr Seniorengymnastik in Wetzlar, Turnhalle Ludwig-Erk-Schule  
17.00 Uhr Yoga in Hüttenberg / Hochelheim, Grundschule  
18.30 Uhr Yoga in Hüttenberg / Hochelheim, Grundschule

---

**Mittwoch:** 10.30 Uhr Sitzgymnastik, Casino Wetzlar (*nicht öffentlich*)  
9.00-ca. 11.30 Uhr (4 Gruppen) Wassergymnastik in Wetzlar, Haus Renata  
14.00-17.00 Uhr (5 Gruppen) Wassergymnastik in Wetzlar, Haus Renata  
18.20-19.30 Uhr (2 Gruppen) Wassergymnastik für Berufstätige, Haus Renata

---

**Donnerstag:** 9.30 Uhr Nordic-Walking, Treffpunkt Bachweide Wetzlar und nach Absprache  
10.00-11.00 Uhr (2 Gruppen) Wassergymnastik in Wetzlar, Haus Renata

---

**Freitag:** 14.30 Uhr Seniorengymnastik in Dalheim, Turnhalle Dalheimschule  
10.00 Uhr Wandern: Jeden 1. Freitag im Monat, Treffpunkt nach Absprache

---

**Krebsnachsorge:** Jeden 2. Montag im Monat: 14.30 Uhr Treffen der Selbsthilfegruppe im Haus der AWO in Asslar.  
Auskunft: Ellen Pfaff