



Monatliches Zusatzprogramm der Seniorenfreizeitabteilung

Im 37. Jahr, April 1983 - 2020

<https://hntonline.de/index.php/home/hnt-sportarten/seniorenfreizeit>

Wir bitten alle, die eine „mail“ - Anschrift haben, uns diese an „peter.bax@web.de“ mitzuteilen.

Bekanntmachung

Unser mtl. Zusatzprogramm ist auch in der Neugrabener Bücherei erhältlich.

+++++

Liebe Mitglieder der Seniorenfreizeitabteilung

Die Corona –Pandemie hält die Welt weiterhin in Atem. Sie hat unser aller Leben auf den Kopf gestellt. Alle Aktivitäten mussten wir ab Mitte März einstellen.

Der soziale Kontakt war und ist auch weiterhin eingeschränkt.

Leider mussten wir unsere Dresdenreise und die Eutiner Festspiele absagen.

Für beide Veranstaltungen hat die HNT die eingezahlten Beträge jetzt zurück überwiesen. Wer diese Beträge nicht erhalten hat sollte sich bitte bei uns melden.

Leider müssen wir auch unsere Reise nach Windorf bei Passau absagen. Auch dieses Geld wird in den nächsten Tagen zurückgezahlt.

Bei Unstimmigkeiten der erhaltenen Beträge bitte bei Ev melden.

Wir hoffen, 2021 die Reisen nachzuholen, darum bleibt bitte gesund.

Mit viel Disziplin wurden wieder Veranstaltungen im Freien aufgenommen:

Zur Zeit haben wir folgende Aktivitäten:

**Di., 10:30 Uhr, auf der Finnenbahn. Nordic-Walking Ev + Peter Bax
Tel., 796 60 08**

+++++
**Do., 10:00 Uhr, ab der HNT – Halle Radwandern H-J Forstner
Tel., 70 97 14 06**

+++++
**Do., 10:00 Uhr, ab der HNT – Halle Schnelle Radfahrer Reinhold Bind
Tel., 797 90 61**



Nach den Ferien am 11.08.2020 beginnt wieder der Englisch – Kurs: im Clubraum

Fortgeschr.:	dienstags von 09:00 bis 10:00 Uhr	Erika Dierich Tel.: 7 02 45 13
Fortgeschr.:	mittwochs von 09:00 bis 10:00 Uhr	Erika Dierich
Fortgeschr.:	mittwochs von 10:15 bis 11:15 Uhr	Erika Dierich

++++
**Nach den Ferien, am 11.08.2020, beginnt wieder im HNT – Clubraum der Kurs:
Förderung seelischer Gesundheit im Alter**

Der bestehende Kurs muß in 2 Gruppen aufgeteilt werden:

Die 1. Gruppe von 16:00 Uhr – 17:00 Uhr	9 Teilnehmer/in
Die 2. Gruppe von 17:15 Uhr – 18:15 Uhr	9 Teilnehmer/in

Kursleitung: Ulrike Schwartau Tel.: 04108 / 49 02 47

++++

Do., 13.08.2020	<u>Spielenachmittag im HNT Clubraum</u>	Peter Bax
	Beginn: ab 15:30	
	Kartenspielen ist eine der schönsten Nebensachen der Welt.	

Wenn Kartenspiele Deine Lieblingsspiele sind, wirst Du hier mit Sicherheit fündig.
Spiele wie echte Klassiker: UNO, Solitaire, Skat, Doppelkopf,

Es können nur 9 Mitspieler teilnehmen! Bitte anmelden !!

++++

Do., 20.08.2020	Um 15:30 Uhr möchte ich mit allen Interessierten ein Seminar über Ruten- und Pendelfähigkeit im HNT – Clubraum durchführen.	Peter Bax Tel.:796 60 08
------------------------	--	---

Leiden ohne Erklärung ?

**Zum Beispiel: Allergien, Asthma, Fehlfunktionen der Schilddrüse und
des Blutdrucks, Herzrhythmusstörungen, krank durch
Lebensmittel,.....**

**Eine tel. Anmeldung ist erforderlich.
Es können nur 9 Mitglieder teilnehmen! Bitte anmelden !!**

