

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
11:00-12:00 Uhr <b>Seniorengymnastik</b> wöchentlich (08.04.-01.07.2024*)	14:00 Uhr <b>BINGO!</b> 30.04.2024	10:00-12:00 Uhr <b>Frühstücks-Klönnschnack</b> jeden 2. Mittwoch im Monat		
	14:00-16:00 Uhr <b>Heitere Kaffeerrunde</b> jeden 3. Dienstag im Monat			
	18:00-19:00 Uhr <b>Bauch-Beine-Po Gymnastik</b> wöchentlich 02.04.-18.06.2024*		14:00-17:00 Uhr <b>Spielegruppe</b> jeden 1. Donnerstag im Monat	
	19:30 Uhr <b>Schach-Basis-Gruppe</b> jeden 2. Dienstag im Monat	18:00-19:30 Uhr <b>Bewusstes Ganzkörpertraining</b> wöchentlich 17.04.-10.07.2024*)	<b>jetzt immer donnerstags</b> 19:30-21:00 Uhr <b>Tanzkreis</b> wöchentlich 04.04.-11.07.2024*)	
	19:30 Uhr <b>Schach-Treff</b> jeden letzten Dienstag im Monat			
				<b>Samstag</b>
				<b>Sonntag</b>
				15:00 Uhr <b>Sonntags-Kaffee-Kränzchen</b> jeden 3. Sonntag im Monat

\*) nicht an gesetzlichen  
Feiertagen

## PROGRAMMÜBERSICHT - HARABAU AKTUELL - MÄRZ 2024

**Di. 30.04.2024 - 14:00 Uhr**  
So. 05.05.2024 - 12:30 Uhr  
Mo. 06.05.2024 - 14:00 Uhr  
**Do. 30.05.2024 - 18:00 Uhr**  
Sa. 01.06.2024 - 11:30 Uhr  
Mi. 05.06.2024 - 10:30 Uhr  
So. 23.06.2024 - 09:30 Uhr  
Sa. 29.06.2024 - 13:30 Uhr  
Do. 11.07.2024 - 13:00 Uhr  
**Mo. 22.07.2024 - 14:00 Uhr**  
Mi. 24.07.2024 - 18:00 Uhr

**BINGO!**  
Frühlingskonzert POLIZEICHOR HH  
Kniffelturnier  
**Bildvortrag - Pilgern durch Spanien**  
Bogenschießen - für Familien  
Besuch Miniatur Wunderland  
Hansa-Rundfahrt - St. Peter-Ording  
Cyanotypie - Basteln mit Kindern  
Lüneburg Rathaus - Kostümführung  
**QUIZ CAFÉ**  
Matjes-Variationen

**Gemeinschaftsraum Bargteheider Str.**  
Laeishalle Hamburg  
Nachbarschaftstreff Friedrichshainstr.  
**Gemeinschaftsraum Bargteheider Str.**  
Bogenparcours Stellmoor  
Speicherstadt Hamburg  
ZOB Rahlstedt  
Nachbarschaftstreff Friedrichshainstr.  
Lüneburg  
**Gemeinschaftsraum Bargteheider Str.**  
Nachbarschaftstreff Friedrichshainstr.



### WIR SIND FÜR SIE DA!

Förderung der Gemeinschaft  
in der Harabau e.V.  
Bargteheider Straße 99, 22143 Hamburg

Alexa Skroch, Tel. 673609 -22  
Cornelia Zander, Tel. 673609 -21  
info@foerderung-der-gemeinschaft.de

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>10:30-11:30 Uhr</b> <b>Hockergymnastik II</b> wöchentlich 08.04.-01.07.2024*			<b>10:30-11:30 Uhr</b> <b>Hockergymnastik I</b> wöchentlich 04.04.-27.06.2024*	
	<b>12:15 Uhr</b> <b>Geselliger Mittagstisch</b> jeden 3. Dienstag im Monat			
<b>14:00-16:00 Uhr</b> <b>Bitte "Wii"!</b> jeden 2. Montag im Monat	<b>15:00-17:00 Uhr</b> <b>Kaffee-Klatsch</b> jeden 1. Dienstag im Monat		<b>15:00-17:00 Uhr</b> <b>Spiel-Treff</b> jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat	
<b>14:00 Uhr</b> <b>Kniffel-Turnier</b> 06.05.2024	<b>15:00 Uhr</b> <b>Interaktive Vorlesestunde</b> jeden 4. Dienstag im Monat		<b>15:00-17:00 Uhr</b> <b>Plattdüütsch Kring</b> jeden 3. Donnerstag im Monat	<b>Samstag</b>
		<b>16:00-18:00 Uhr</b> <b>Skat-Runde</b> jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat	<b>16:30-17:30 Uhr</b> <b>Büchertauschbörse</b> jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat	<b>Sonntag</b>
*) nicht an gesetzlichen Feiertagen	<b>18:30 Uhr</b> <b>Literaturkreis</b> jeden 2. Dienstag im Monat			

PROGRAMMÜBERSICHT - HARABAU AKTUELL - März 2024

Di. 30.04.2024 - 14:00 Uhr  
 So. 05.05.2024 - 12:30 Uhr  
**Mo. 06.05.2024 - 14:00 Uhr**  
 Do. 30.05.2024 - 18:00 Uhr  
 Sa. 01.06.2024 - 11:30 Uhr  
 Mi. 05.06.2024 - 10:30 Uhr  
 So. 23.06.2024 - 09:30 Uhr  
**Sa. 29.06.2024 - 13:30 Uhr**  
 Do. 11.07.2024 - 13:00 Uhr  
 Mo. 22.07.2024 - 14:00 Uhr  
**Mi. 24.07.2024 - 18:00 Uhr**

BINGO!  
 Frühlingskonzert POLIZEICHOR HH  
**Kniffelturnier**  
 Bildvortrag - Pilgern durch Spanien  
 Bogenschießen - für Familien  
 Besuch Miniatur Wunderland  
 Hansa-Rundfahrt - St. Peter-Ording  
**Cyanotypie - Basteln mit Kindern**  
 Lüneburg Rathaus - Kostümführung  
 QUIZ CAFÉ  
**Matjes-Variationen**

Gemeinschaftsraum Bargteheider Str.  
 Laeishalle Hamburg  
**Nachbarschaftstreff Friedrichshainstr.**  
 Gemeinschaftsraum Bargteheider Str.  
 Bogenparcours Stellmoor  
 Speicherstadt Hamburg  
 ZOB Rahlstedt  
**Nachbarschaftstreff Friedrichshainstr.**  
 Lüneburg  
 Gemeinschaftsraum Bargteheider Str.  
**Nachbarschaftstreff Friedrichshainstr.**



WIR SIND FÜR SIE DA!

Förderung der Gemeinschaft  
 in der Harabau e.V.  
 Bargteheider Straße 99, 22143 Hamburg

Alexa Skroch, Tel. 673609 -22  
 Cornelia Zander, Tel. 673609 -21  
[info@foerderung-der-gemeinschaft.de](mailto:info@foerderung-der-gemeinschaft.de)