

roncalli ZENTRUM

Das Wohnzimmer für alle

KW 35

Jetzt

... ist das neue Programmheft da. Die Glattbacher Briefkästen kriegen's automatisch mit. Darüber hinaus können Interessierte auf unsere Homepage klicken. Hier schließen wir die kleine Dreierserie ab und stellen nach **glücksWege** und **teenStar** noch das neue Angebot **zweimal-Yoga** vor. Denn langsam aber sicher wird der Terminkalender wieder den Alltag strukturieren :).

roncalli
ZENTRUM



zweimalYoga

Kundalini & Pilates-Workoutmix

- **Kundalini-Softyoga**
donnerstags, 9:00-10:30 Uhr
Dieser ganzheitliche Yogastil stärkt die körperliche und geistige Gesundheit - durch Bewegung im Rhythmus der Atmung, durch Dehnung und verstärkte Durchblutung.
Kursleiterin: S. Viteritti
- **Yoga-Pilates-Workout-Mix**
donnerstags, 18:00-19:00 Uhr
Eine Mischung aus Yoga und Pilates fördert Ihre Gesundheit und ihr Körpergefühl. Kraft, Ausdauer, Flexibilität und Gleichgewichtssinn werden verbessert.
Kursleiterin: S. Ritter

Für beide Kurse gilt:

- ganz individuell in einer kleinen Gruppe.
- für jede Altersgruppe ab 14 Jahren bis ...
- pro Person & Termin ca. 7,- € (mit Monatstarif)
- nähere Infos: (06021) 45 48 795

Erster Abend zum Ausprobieren

Donnerstag, 21. September, 18:00-19:30 Uhr

5,- € Teilnahmebeitrag

Ohne Anmeldung



Roncalli-Herbst

Die Ferienpause ist rum. Wir sind motiviert, in die dunkler werdenden Jahreszeiten hinein im Roncalli-Zentrum für Lichtpunkte zu sorgen.

roncalliAllerlei - für jede*n was dabei

- Fr, 01.09., 19:00 Uhr:
spieleAbend - Mär wolle nur schbiele
zusätzlich im Ferienangebot
- Di, 05.09., 7:45 Uhr:
sonnenAufgang - Meditativer (Früh-)Start
- Mi, 13.09., 8:00-10:30 Uhr:
frühStück - Das kleine Glück am Mittwoch
Willkommen zurück!
- Fr, 15.09., ab 18:00 Uhr:
stammTisch - Dorfgebabbel für Jung & Alt
mit stammEssen

Das Highlight im September:

Samstag, 30. September, 20:00 Uhr



Deutsche Schlager und Chansons aus den 30er Jahren des letzten Jahrhunderts bis heute. Geschrieben zum Schwofen oder Mitsingen, für den Ballsaal oder einfach nur für die Kneipe. Freut euch auf einen unterhaltsamen und lustigen Abend u.a. mit Musik von Bill Ramsey, Peter Kraus, Udo Jürgens, Udo Lindenberg, Hans Albers, Hubert Kah, Reinhard Mey.

Eintritt: 12,- €

Reservierung erbeten

Bereits um 17:45 Uhr „Dreiviertel Erntedank“
mit anschließendem türÖffner