

März & April 2026

Veranstaltungen in der Sonnenuhr



März 2026

MONTAG		
02.03.	Reparatur-Café	14:00
16.03.	Lesestühle	14:30
16.03.	Treffen Gruppe Kunst und Kultur	15:00
23.03.	Line-Dance-Nachmittag (bis 18 Uhr)	15:00
DIENSTAG		
03.03.	Gesprächskreis mit Frau Kreuzer-Kehlert	13:30
10.03.	Fidele Senioren	14:00
17.03.	Gesprächskreis mit Frau Kreuzer-Kehlert	13:30
MITTWOCH		
11.03.	Treffen Jahrgänger 1942/43	14:00
18.03.	Bildervortrag Chinareise von Christa Mang	14:30
DONNERSTAG		
12.03.	Treffen Blindenverein	14:00
12.03.	Das Tanzbein darf geschwungen werden DJ Bruno sorgt für gute Laune (bis 17 Uhr)	15:00
19.03.	Handysprechstunde in Kooperation mit SIT (bis 17 Uhr)	15:00
26.03.	Computer-Sprechstunde mit Herrn Braun (bis 17 Uhr)	14:00
26.03.	Unser beliebter Alfredo spielt für uns Tanzen ausdrücklich erlaubt	14:30
FREITAG		
13.03.	Offener Spielenachmittag	14:00
13.03.	Hörbuchtauschbörse	14:30
20.03.	Treffen Verein der Hörgeschädigten	13:30
20.03.	Offener Spielenachmittag	14:00
20.03.	Line-Dance-Treff (bis 22 Uhr)	18:00
27.03.	Was ist neu in der Onleihe 3.0? (bis 12:00 Uhr). Anmeldung im Medienhaus	11:00
SAMSTAG		
21.03.	Impulsvortrag: „7 Säulen zur inneren Stärkung: Resilienz praktisch angewendet“ (bis 12:30 Uhr). Anmeldung bis 15.03., 5 Euro	10:30

April 2026

MONTAG		
13.04.	Reparatur-Café	14:00
20.04.	Lesestühle	14:30
20.04.	Treffen Gruppe Kunst und Kultur	15:00
27.04.	Line-Dance-Nachmittag (bis 18 Uhr)	15:00
DIENSTAG		
07.04.	Gesprächskreis mit Frau Kreuzer-Kehlert	13:30
14.04.	Fidele Senioren	14:00
21.04.	Gesprächskreis mit Frau Kreuzer-Kehlert	13:30
MITTWOCH		
08.04.	Treffen Jahrgänger 1942/43	14:00
DONNERSTAG		
09.04.	Vortrag „Spiele unserer Kindheit“ mit Rotraud Binder. Ein Nachmittag zum Erinnern und Erzählen	14:30
16.04.	Handysprechstunde in Kooperation mit SIT (bis 17 Uhr)	15:00
30.04.	Computer-Sprechstunde mit Herrn Braun (bis 17 Uhr)	14:00
FREITAG		
10.04.	Offener Spielenachmittag	14:00
17.04.	Offener Spielenachmittag	14:00
24.04.	Digitale Film- und Musikangebote des Medienhauses am See (bis 12:00 Uhr). Anmeldung im Medienhaus	11:00
24.04.	Treffen Verein der Hörgeschädigten	13:30
24.04.	Endlich wieder „Forever Young Disco“ Mit Germar und Udo (bis 22 Uhr)	19:00
SAMSTAG		
18.04.	Aktionstag „Raus aus der Vereinsamung“ (bis 17 Uhr). Nähere Informationen entnehmen Sie bitte der Presse und dem Internet	10:00
SONNTAG		
26.04.	Seniorenfrühstück (bis 13 Uhr)	10:00

Wöchentliche Veranstaltungen

MONTAG

09:45–10:45	Englische Konversation A € Fr. Bausinger-Bühler	Atelier	■
11:00–12:00	Mobilitätsgymnastik A €		
12:00–13:00	Fr. Bausinger-Bühler	Gymnastik	■
15:30–16:30	Line-Dance A € , Anfänger	Gymnastik	■
16:45– 17:45	Line-Dance A € , Fr. Wocher Anfänger mit Vorkenntnissen	Gymnastik	■

DIENSTAG

10:00–11:00	Schmerzfrei und beweglich bis ins hohe Alter A € Anmeldung: info@praxisamkupperberg.de	Gymnastik	■
13:30–16:30	Gesellschafts- und Kartenspiele für jeden	Cafeteria	■
14:00–15:00	Gedächtnistraining A € Fr. Jäger	Atelier	■
14:00–16:00	Bewegen zur Musik, Fr. Wessbecher	Gymnastik	■
14:00–17:00	Kartenspielen	Cafeteria	■
14:00–17:00	Skatspielen	Cafeteria	■

MITTWOCH

10:00–11:00	Bewegen zur Musik, Fr. Sonntag-Choi	Gymnastik	■
14:00–16:00	Zeichnen & Malen A €	Atelier	■
14:30–15:30	Singkreis, Fr. Enkelmann	Gymnastik	■
14:30–16:30	Handarbeitsgruppe	Cafeteria	■

DONNERSTAG

14:00–15:00	Gedächtnistraining A € Fr. Jäger	Atelier	■
15:15–16:15	Englisch A € , Fr. Wulfhorst Keine Vorkenntnisse	PC-Raum	■

FREITAG

10:30–11:15	Quigong im Sitzen A € Fr. Danckert	Gymnastik	■
14:00–15:00	Tanzen im Sitzen A € , Fr. Reinhardt	Gymnastik	■
15:00–16:00	Englisch A € , Fr. Wulfhorst Geringe Grundkenntnisse	PC-Raum	■
16:00–17:00	Englisch A € , Fr. Wulfhorst Geringe Grundkenntnisse	PC-Raum	■

Zeichenerklärung:

- Kurs ist voll ■ Einstieg jederzeit möglich
A Anmeldung erforderlich **€** kostenpflichtig



«Nun in dieser Frühlingszeit
Ist mein Herz ein klarer See,
Drin versank das letzte Leid,
Draus verflüchtigt sich das Weh.»

...
Gottfried Keller (1819–1890)

Kontakt

Seniorentreff Sonnenuhr

Paulinenstraße 2

88046 Friedrichshafen

Tel. 07541 203-55621 oder 07541 203-55629



Öffnungszeiten Cafeteria

Montag bis Freitag, 13:30 bis 17 Uhr

Ansprechpartnerin

Stadt Friedrichshafen

Dienstag bis Donnerstag vormittags sowie

Montag nachmittags:

Monica Kleiner, Tel. 203-53111 oder 203-55621

m.kleiner@friedrichshafen.de



Impressum

Stadt Friedrichshafen, Adenauerplatz 1, 88045 Friedrichshafen

www.friedrichshafen.de

Stand: Januar 2026, Änderungen im Programm vorbehalten.

Fotos: AdobeStock/Edgar G Biehle (Titel); AdobeStock/Oliver Lahrem (FN);

Lilia Ließ (Rückseite)

Gestaltung: ciwi-design.de