

Wöchentliche Veranstaltungen

FREITAG

10:30–11:15	Quigong im Sitzen A € Frau Danckert	Gymnastik ■
14:00–15:00	Tanzen im Sitzen A € Frau Reinhardt	Gymnastik ■
15:00–16:00	Englisch A € , Frau Wulforth	PC-Raum ■
16:00–17:00	Englisch A € , Frau Wulforth	PC-Raum ■

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

Herr von Ribbeck auf Ribbeck
«Herr von Ribbeck auf Ribbeck im Havelland,
ein Birnbaum in seinem Garten stand,
und kam die gold'ne Herbsteszeit
und die Birnen leuchteten weit und breit,
da stopfte, wenn's Mittag vom Turme scholl,
der von Ribbeck sich beide Taschen voll.

Und kam in Pantinen ein Junge daher,
so rief er: „Junge, wiste 'ne Beer?“
Und kam ein Mädchen, so rief er: „Lütt Dirn,
kumm man röwer, ick hebb' ne Birn.“ ...»

Theodor Fontane
(1819–1898)

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: Juli 2026, Änderungen im Programm vorbehalten.
Fotos: AdobeStock/gpointstudio (Titel); Pexels/Monkey Business;
Monica Kleiner (Rückseite)
Gestaltung: ciwi-design.de

September & Oktober 2026 Veranstaltungen in der Sonnenuhr



September 2026

MONTAG		
07.09.	Reparatur-Café	14:00
21.09.	Lesestüble	14:30
28.09.	Line-Dance-Nachmittag (bis 18 Uhr)	15:00
DIENSTAG		
02.09.	Gesprächskreis mit Frau Kreuzer-Kehlert	13:30
08.09.	Fidele Senioren	14:00
15.09.	Gesprächskreis mit Frau Kreuzer-Kehlert	13:30
MITTWOCH		
09.09.	Treffen Jahrgänger 1942/43	14:00
09.09.	Infoveranstaltung SIT zu den Kursen Android-Grundkurs und WhatsApp Anmeldung in der Veranstaltung (15–16 Uhr)	15:00
DONNERSTAG		
10.09.	Treffen Blindenverein	14:00
17.09.	Unterhaltsamer Nachmittag bei Musik & Tanz DJ Bruno mit Hits der 60er Jahre	15:00
17.09.	Handy-Sprechstunde	15:00
24.09.	Vortrag „Tagespflege-Gemeinschaft erleben“ Frau Irina Rehaag, Bruderhaus Diakonie	14:30
FREITAG		
11.09.	Offener Spielenachmittag	14:00
18.09.	Was ist neu in der Onleihe 3.0? Eine Kooperation von AkademieClub 50plus, Haus Sonnenuhr und Medienhaus am See. Anmeldung unter 07541 203-53500	11:00
18.09.	Offener Spielenachmittag	14:00
25.09.	Treffen Verein der Hörgeschädigten	13:30
25.09.	Forever Young Disco mit Germar und Udo Es darf getanzt werden	19:00
SONNTAG		
27.09.	Seniorenfrühstück (bis 13 Uhr) Anmeldung erforderlich	10:00

Oktober 2026

MONTAG		
05.10.	Reparatur-Café	14:00
12.10.	Line-Dance-Nachmittag (bis 18 Uhr)	15:00
19.10.	Lesestüble	14:30
DIENSTAG		
06.10.	Gesprächskreis mit Frau Kreuzer-Kehlert	13:30
13.10.	Fidele Senioren	14:00
20.10.	Gesprächskreis mit Frau Kreuzer-Kehlert	13:30
MITTWOCH		
14.10.	Treffen Jahrgänger 1942/43	14:00
DONNERSTAG		
01.10.	Vortrag „Partnerstädte von Friedrichshafen“ Ein kurzweiliger und interessanter Vortrag von Frau Rotraut Binder	14:30
08.10.	Treffen Blindenverein	14:00
08.10.	Lesung Mundartgeschichten „Aus dem Leben gegriffen“. Marie-Luise Sprenger liest – da ist Lachen garantiert	14:30
15.10.	Geschlossene Gesellschaft	
22.10.	Handy-Sprechstunde	15:00
29.10.	Tanznachmittag mit „Alfredo“	15:00
FREITAG		
09.10.	Offener Spielenachmittag	14:00
09.10.	Line-Dance-Treff	18:00
16.10.	Digitale Film- und Musikangebote des Medienhaus am See Anmeldung unter 07541 203-53500	11:00
16.10.	Offener Spielenachmittag	14:00
23.10.	Treffen Verein der Hörgeschädigten	13:30
23.10.	DJ Brunos legendäre Schlagerparty (bis 22 Uhr)	19:00

Wöchentliche Veranstaltungen

MONTAG		
09:45–10:45	Englische Konversation A € Frau Bausinger-Bühler	Atelier
11:00–12:00	Mobilitätsgymnastik A € Frau Bausinger-Bühler	Gymnastik
12:00–13:00		
15:30–16:30	Line-Dance A €, Anfänger	Gymnastik
16:45– 17:45	Line-Dance A €, Frau Woher Anfänger mit Vorkenntnissen	Gymnastik
DIENSTAG		
10:00–11:00	Schmerzfrei und beweglich bis ins hohe Alter A € Anmeldung: info@praxisamkupferberg.de	Gymnastik
13:30–16:30	Gesellschafts- und Kartenspiele für jeden	Cafeteria
14:00–15:00	Gedächtnistraining A € Frau Jäger	Atelier
14:00–16:00	Bewegen zur Musik, Frau Wessbecher	Gymnastik
14:00–17:00	Kartenspielen	Cafeteria
14:00–17:00	Skatspielen	Cafeteria
MITTWOCH		
10:00–11:00	Bewegen zur Musik	Gymnastik
14:00–16:00	Zeichnen & Malen A €	Atelier
14:30–15:30	Singkreis, Frau Enkelmann	Gymnastik
14:30–16:30	Handarbeitsgruppe	Cafeteria
DONNERSTAG		
14:00–15:00	Gedächtnistraining A € Frau Jäger	Atelier
15:15–16:15	Englisch A €, Frau Wulfhorst	PC-Raum