

# club Caritas *aktiv*

Termin			Programm	Betreuung
<b>Do</b>	1	08:30-13:00	Fitnessgruppe	Birgit, DSA Pfeiffer
<b>Fr</b>	2	08:30-12:30	Kreativvormittag	Birgit, DSA Engelhart
<b>Mo</b>	5	13:30-17:00	KTA: Qi Gong mit Oreana	Michaela, Alexandra
<b>Di</b>	6	08:30-13:00	Kochen: Buchweizen mit Gemüse	Michaela, Alexandra
<b>Mi</b>	7	08:30-12:00	Kegeln	Alexandra, Birgit
<b>Do</b>	8	08:30-13:00	Fitnessgruppe	Michaela, Alexandra
<b>Fr</b>	9	08:30-12:30	Genießerfrühstück und Stadtspaziergang	Alexandra, DSA Kaindl
<b>Mo</b>	12	13:30-17:00	KTA: Karaoke Singen mit DSA Judith Pfeiffer	Alexandra, Birgit
<b>Di</b>	13	08:30-13:00	Kochen: Schweinsbraten mit Knödel und Salat	Alexandra, Birgit
<b>Mi</b>	14	08:30-16:30	Haus des Meeres, Wien <b>BITTE ANMELDEN!</b>	Alexandra, Birgit
<b>Do</b>	15	08:30-13:00	Fitnessgruppe	Alexandra, Birgit
<b>Mo</b>	19	13:30-17:00	KTA: Bewegt sein, Bewegung, Achtsamkeit, Atem mit DSA Gertraude Kaindl	Alexandra, Birgit
<b>Di</b>	20	08:30-13:00	Kochen: Gefüllte Paprika mit Paradeissauce	Michaela, Birgit
<b>Mi</b>	21	08:30-12:00	Kegeln mit dem Club St.Pölten	Alexandra, Birgit
<b>Do</b>	22	08:30-13:00	Fitnessgruppe	Alexandra, Birgit
<b>Fr</b>	23	08:30-12:30	Genießerfrühstück und Geburtstagsfeier für die März/Aprilkinder	Michaela, Birgit
<b>Mo</b>	26	13:30-17:00	KTA: Papier Technik mit Katharina Koppensteiner	Michaela, Birgit
<b>Di</b>	27	08:30-13:00	Kochen: gebackener Fisch mit Erdäpfelsalat	Michaela, Birgit
<b>Mi</b>	28	08:30-12:00	Ostereier färben	Michaela, Birgit
<b>Do</b>	29	08:30-13:00	Fitnessgruppe	Alexandra, Birgit



Termin			Programm April 2018 - Krems	Betreuung
<b>Di</b>	3	08:30-13:00	Kochen: Quiche mit Spinat und Schafkäse bzw Schinken und Lauch	Alexandra, Birgit
<b>Mi</b>	4	08:30-12:00	Kegeln	Alexandra, Birgit
<b>Do</b>	5	08:30-13:00	Fitnessgruppe	Alexandra, Birgit
<b>Fr</b>	6	08:30-12:30	Ausflug zum Club Melk/ Einkaufsmöglichkeit im Löwenpark. BITTE ANMELDEN!	Birgit, Alexandra
<b>Mo</b>	9	13:30-17:00	KTA: Tanz in den Frühling mit Barbara Lantschik	Alexandra, Birgit
<b>Di</b>	10	08:30-13:00	Kochen:Erdäpfelauflauf mit Salat	Michaela, Birgit
<b>Mi</b>	11	08:30-16:30	Ausflug in die Therme Gmünd/ Möglichkeit zum Einkaufen in Tschechien. BITTE ANMELDEN!	Alexandra, Birgit
<b>Do</b>	12	08:30-13:00	Fitnessgruppe	Alexandra, Birgit
<b>Mo</b>	16	13:30-17:00	KTA: Singen mit DSA Judith Pfeiffer	Alexandra, Birgit
<b>Di</b>	17	08:30-13:00	Kochen: Gebackenes Allerlei mit Schnittlauchsauce	Birgit, Michaela
<b>Mi</b>	18	08:30-12:00	Kegeln	Michaela, Birgit
<b>Do</b>	19	08:30-13:00	Fitnessgruppe	Alexandra, Birgit
<b>Fr</b>	20	08:30-12:30	Bärlauch sammeln	DSA Kaindl, Alexandra
<b>Mo</b>	23	13:30-17:00	KTA: Qi Gong mit Oreana	Alexandra, Birgit
<b>Di</b>	24	08:30-13:00	Kochen: Bärlauchstrudel mit Sauce und Salat	Alexandra, Birgit
<b>Mi</b>	25	08:30-12:00	Kreativvormittag	Michaela, Birgit
<b>Do</b>	26	08:30-13:00	Fitnessgruppe	Alexandra, Birgit
<b>Fr</b>	27	08:30-12:30	Genießerfrühstück, Spaziergang zur Donau	DSA Brunsteiner, Michaela
<b>Mo</b>	30	13:30-17:00	KTA: Genusstraining mit Christine Spevak (Tastsinn)	Michaela, DPGKP Muhm

## Besonderes

Wir wünschen allen BesucherInnen einen guten Start in den Frühling und viel Freude bei unseren gemeinsamen Aktivitäten!

Steiner Alexandra  
0676/83844529

Nigl Michaela  
0676/83844372

Walter Birgit  
0676/838447591