ZAB e.V.
ZUSAMMEN AKTIV BLEIBEN

Verein für Freizeit, Soziales und Gesundheit

ZAB e.V. - Rumfordstr. 21a Rgb. - 80469 München
(S-Bahn Isartor, Marienplatz; Tram 16 Reichenbachplatz)
Tel: 089/299920 - mail: zab@zab-ev.de - Netz: www.zab-ev.de

Tag der offenen Tür

Montag, 15. Mai 2023
9.00 - 17.00 Uhr

©MK-Photo-Fotolia.com

Der ZAB e.V. öffnet seine Türen und lädt herzlich ein

zum Kennenlernen, kostenlosen Mitmachen und Zuhören, um ...

- einen Einblick in den Verein und seine Angebote zu bekommen
- bei verschiedenen Kursen und Workshops zu schnuppern und mitzumachen
- Ein kleines Hauskonzert mit Klavier zu genießen
- Kursleiter/innen, Mitarbeiter/innen und Räumlichkeiten kennen zu lernen
- im ZAB-Café einen kleinen Imbiss, Kaffee und Kuchen zu günstigen Preisen zu genießen

>> Bitte wenden!

BLSV BAYERISCHER LANDES-SPORTVERBAND e.V. Gefördert durch die LHSt München BVS DER PARITÄTISCHE UNSER SPITZENVERBAND

Erdgeschoss Gruppenraum	*1. Stock großer Raum*	*1. Stock kleiner Raum und Vorraum*
09:00-10:00 **Osteoporose-gymnastik** **auch online!** mit Beate Halbleib	10:00-10:45 **Schach** mit und gegen Maximilian Oberhauser	ab 12:30 Uhr **ZAB-Café mit kleinem Imbiss, Getränken, Kaffee und Kuchen** zu günstigen Preisen **Infos Programmhefte Flyer** **Kleiner Bücher-Flohmarkt** **Achtung: Im 4. Stockwerk gibt es von...**
10:00-11:00 **Handyberatung** mit Andreas	11:00-12:00 **Sitzgymnastik** mit Renate Schmidt	
13:30-14:15 **Englisch** mit Judith Groh	12:30-13:30 **Pilates** mit Leyla Illichmann	
14:30-16:00 **Gesprächsgruppe** mit Claudia Fischer	14:00-14:45 **Italienisch** mit Susanne Gnau	
16:30-17:15 **Komoot-App** mit Bertl Schmidt	15:00-15:45 **Bauchtanz** mit Galina Böhm	
9:00-17:00 **Kleiner Bücherfloh-markt / Sitzecke** Jedes Buch nur 50 Cent!!!	16:00-16:45 **Taiji Qigong** mit Niki Weigl	15:30-16:15: **Hauskonzert** mit Dr. Johannes Trägner Born am Klavier

BLSV BAYERISCHER LANDES-SPORTVERBAND e.V. Gefördert durch die LHSt München BVS DER PARITÄTISCHE UNSER SPITZENVERBAND

ZAB e.V.
ZUSAMMEN AKTIV BLEIBEN

Verein für Freizeit, Soziales und Gesundheit

ZAB e.V. - Rumfordstr. 21a Rgb. - 80469 München
(S-Bahn Isartor, Marienplatz; Tram 16 Reichenbachplatz)
Tel: 089/299920 - mail: zab@zab-ev.de - Netz: www.zab-ev.de

Tag der offenen Tür

Montag, 15. Mai 2023
9.00 - 17.00 Uhr

©MK-Photo-Fotolia.com

Der ZAB e.V. öffnet seine Türen und lädt herzlich ein

zum Kennenlernen, kostenlosen Mitmachen und Zuhören, um ...

- einen Einblick in den Verein und seine Angebote zu bekommen
- bei verschiedenen Kursen und Workshops zu schnuppern und mitzumachen
- Ein kleines Hauskonzert mit Klavier zu genießen
- Kursleiter/innen, Mitarbeiter/innen und Räumlichkeiten kennen zu lernen
- im ZAB-Café einen kleinen Imbiss, Kaffee und Kuchen zu günstigen Preisen zu genießen

>> Bitte wenden!

BLSV BAYERISCHER LANDES-SPORTVERBAND e.V. Gefördert durch die LHSt München BVS DER PARITÄTISCHE UNSER SPITZENVERBAND

Erdgeschoss Gruppenraum	*1. Stock großer Raum*	*1. Stock kleiner Raum und Vorraum*
09:00-10:00 **Osteoporose-gymnastik** **auch online!** mit Beate Halbleib	10:00-10:45 **Schach** mit und gegen Maximilian Oberhauser	ab 12:30 Uhr **ZAB-Café mit kleinem Imbiss, Getränken, Kaffee und Kuchen** zu günstigen Preisen **Infos Programmhefte Flyer** **Kleiner Bücher-Flohmarkt** **Achtung: Im 4. Stockwerk gibt es von...**
10:00-11:00 **Handyberatung** mit Andreas	11:00-12:00 **Sitzgymnastik** mit Renate Schmidt	
13:30-14:15 **Englisch** mit Judith Groh	12:30-13:30 **Pilates** mit Leyla Illichmann	
14:30-16:00 **Gesprächsgruppe** mit Claudia Fischer	14:00-14:45 **Italienisch** mit Susanne Gnau	
16:30-17:15 **Komoot-App** mit Bertl Schmidt	15:00-15:45 **Bauchtanz** mit Galina Böhm	
9:00-17:00 **Kleiner Bücherfloh-markt / Sitzecke** Jedes Buch nur 50 Cent!!!	16:00-16:45 **Taiji Qigong** mit Niki Weigl	15:30-16:15: **Hauskonzert** mit Dr. Johannes Trägner Born am Klavier

BLSV BAYERISCHER LANDES-SPORTVERBAND e.V. Gefördert durch die LHSt München BVS DER PARITÄTISCHE UNSER SPITZENVERBAND