



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

Freitag, 03. Mai 2024

11.00 - 18.00 Uhr



©MK-Photo-Fotolia.com

im Rahmen der Kulturtage Ludwigsvorstadt-Maxvorstadt

Der ZAB e.V. öffnet seine Türen und lädt herzlich ein zum Kennenlernen, kostenlosen Mitmachen und Zuhören, um ...

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

<i>Erdgeschoss Gruppenraum</i>	<i>1. Stock großer Raum</i>	<i>1. Stock kleiner Raum und Diele</i>
10:45-12:15 Englisch mit Helmut Ettenhuber	10:45-11:45 Rückentraining mit Eva Erdmann	ab 12:00 Uhr
11:00-12:00 Uhr Komoot-App mit Bertl Schmidt <i>Im Büro/Erdgeschoss</i>	12:00-12:45 Zauberharfe mit Rosemarie Hornung	ZAB-Café mit kleinem Imbiss, Getränken, Kaffee Kuchen zu günstigen Preisen
13-15.00 Uhr: Praxis		
12:30-13:15 Englisch mit Judith Groh	13:00-14:00 Qi Gong mit Anna Biazza	Achtung: Im 4. Stockwerk- gibt es von...
13:30-14:15 Italienisch mit Susanne Gnau	14:30-15:30 Bauchtanz mit Sumitra Kausch	13:30-14:15: Hauskonzert mit Dr. Träger Born am Klavier
14:45-15:45 Handyberatung mit Andreas	15:45-16:45 Meditation mit Nicole Herzberger	Infos Programmhefte Flyer
16:00-16:30 Vortrag „Was ist ZAB?“ mit Fredy Körner	Ausklang Informationen Anmeldungen Geselliges Beisam- mensein	Kleiner Bücher- Flohmarkt



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

Freitag, 03. Mai 2024

11.00 - 18.00 Uhr



©MK-Photo-Fotolia.com

im Rahmen der Kulturtage Ludwigsvorstadt-Maxvorstadt

Der ZAB e.V. öffnet seine Türen und lädt herzlich ein zum Kennenlernen, kostenlosen Mitmachen und Zuhören, um ...

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

<i>Erdgeschoss Gruppenraum</i>	<i>1. Stock großer Raum</i>	<i>1. Stock kleiner Raum und Diele</i>
10:45-12:15 Englisch mit Helmut Ettenhuber	10:45-11:45 Rückentraining mit Eva Erdmann	ab 12:00 Uhr
11:00-12:00 Uhr Komoot-App mit Bertl Schmidt <i>Im Büro/Erdgeschoss</i>	12:00-12:45 Zauberharfe mit Rosemarie Hornung	ZAB-Café mit kleinem Imbiss, Getränken, Kaffee Kuchen zu günstigen Preisen
13-15.00 Uhr: Praxis		
12:30-13:15 Englisch mit Judith Groh	13:00-14:00 Qi Gong mit Anna Biazza	Achtung: Im 4. Stockwerk- gibt es von...
13:30-14:15 Italienisch mit Susanne Gnau	14:30-15:30 Bauchtanz mit Sumitra Kausch	13:30-14:15: Hauskonzert mit Dr. Träger Born am Klavier
14:45-15:45 Handyberatung mit Andreas	15:45-16:45 Meditation mit Nicole Herzberger	Infos Programmhefte Flyer
16:00-16:30 Vortrag „Was ist ZAB?“ mit Fredy Körner	Ausklang Informationen Anmeldungen Geselliges Beisam- mensein	Kleiner Bücher- Flohmarkt