



# Unsere Veranstaltungen im März 2025

Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.  
Regionalverband Mittelrhein

## Regelmäßige Angebote im Treffpunkt "vor Müllert"

### Montags:

- 13:00 – 16:00 Uhr: Einkaufsbegleitung – Shuttlebus
- 16:00 – 17:00 Uhr: Atemgymnastik
- 17:00 – 18:00 Uhr: Kinderkampfsport

### Dienstags:

- 10:00 – 12:00 Uhr: Gesellschaftsspiele von 0 – 99 Jahre
- 16:00 – 18:00 Uhr: Nähkurs

### Mittwochs:

- 14:30 – 15:00 Uhr: Atemgymnastik
- 15:00 – 17:00 Uhr: Kaffee-Klatsch

### Donnerstags:

- 10:00 – 12:00 Uhr: Männertreff
- 15:00 – 17:00 Uhr: Ahr-Jo-Treff
- 18:00 – 19:30 Uhr: Yoga Kurs 1
- 19:45 – 21:15 Uhr: Yoga Kurs 2

### Freitags:

- 10:00 – 13:00 Uhr: Kochen für Erwachsene
- 16:00 – 18:30 Uhr: Backen und Kochen für Kinder  
und Jugendliche  
(Wir bitten um Anmeldung.)

Alle weiteren Infos:  
[vormuellert@johanniter.de](mailto:vormuellert@johanniter.de)  
WhatsApp / Telefon: 0173 395 50 36



# Unsere Veranstaltungen im März 2025

Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.  
Regionalverband Mittelrhein

## Besondere Veranstaltungen im Treffpunkt "vor Müllert"

**05.03. Aschermittwoch Heringessen**  
ab 14:30 Uhr

**07.03. Wing Friedich Zitt (Wein Freitag Zeit)**  
Weinseminar mit Dernauer Wein-Experte Robert Berzen  
19:00 – 22:00 Uhr

**22.03. Beauty-Day mit Leoni & Julie**  
10:00 Uhr bis 13:00 Uhr  
Anmeldung bis zum 14. März 2025

**24.03. Handy-Einzelcoaching mit Wolfgang Borschbach**  
13 Uhr bis 17 Uhr  
Anmeldung bis zum 14. März

**28.03. Ausflug zum Sängershof**  
mit sich anschließendem Besuch im Hofladen und Café  
Obsthof Cremerius, 14:00 Abfahrt  
Anmeldung bis zum 21. März.

**Wir bitten vorab um Anmeldung:**  
vormuellert@johanniter.de  
WhatsApp / Telefon: 0173 395 50 36

## Vorschau in den April

**04.04. Wing Friedich Zitt (Wein Freitag Zeit)**  
**14.04. Erste Hilfe am Kind Kompakt**  
**17.04. Osterbasteln mit Kindern**  
**22.04. bis zum 25.04. Kinderferienbetreuung**  
(mit Fußballtraining und Zoo-Besuch)

