



Unsere Veranstaltungen im November

Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.
Regionalverband Mittelrhein

Regelmäßige Angebote im Treffpunkt "vor Müllert"

Montags:

- 15:00 - 16:00 Uhr: Atemgymnastik für Männer
- 15:30 - 16:30 Uhr: Ahr-Jo-Kids (Spielegruppe)
- 16:00 - 17:00 Uhr: Atemgymnastik für Fortgeschrittene
- 17:00 - 18:00 Uhr: Kinderkampfsport

Dienstags:

- 10:00 - 12:00 Uhr: Gesellschaftsspiele von 0 - 99 Jahre
- 13:30 - 16:00 Uhr: Einkaufsbegleitung-Shuttlebus
- 15:00 - 17:00 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
(neu: mit Christian und Reagan)
- 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 - 18:00 Uhr: Backen und Kochen
für Kinder und Jugendliche

Alle weiteren Infos:
vormuellert@johanniter.de
Tel: 0173 39550 36





Unsere Veranstaltungen im November

Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.
Regionalverband Mittelrhein

Besondere Veranstaltungen im Treffpunkt "vor Müllert"

01.11: Wing Friedich Zitt (Wein Freitag Zeit)

19:00 - 22:00 Uhr

14.11: After School Pizza and Chill Abend

18:00 - 20:00 Uhr

26.11: Kinder Adventskranz Bastel Tag für Kinder

17:00 - 19:00 Uhr

Wir bitten vorab um Anmeldung:
vormuellert@johanniter.de
Tel: 0173 39550 36

Vorschau in den Dezember

- **Beauty Day**
- **Adventliches Beisammensein**
- **Wing Friedich Zitt (Wein Freitag Zeit)**

