

Kontakt

Begegnungszentrum Buntentor

Buntentorsteinweg 114

28201 Bremen

Telefon 0421 – 55 15 00

Fax 0421 – 9 59 12 06

Leitung: Nicole Rosenberger

Öffnungszeiten

Montags bis freitags:

8:00 bis 18:00 Uhr

Sprechzeit dienstags:

10:00 bis 12:00

Für Gruppen, Kurse und den Mittagstisch gelten gesonderte Öffnungszeiten.

Vielen Dank für die erfolgreiche Kooperation im Bereich der Sitzgymnastik:

MARTINS CLUB
B R E M E N

Gefördert durch:

**Die Senatorin für Soziales,
Jugend, Integration und Sport**



**Freie
Hansestadt
Bremen**



Programm November 2025

Begegnungszentrum
Buntentor



JOHANNITER

Gruppen und Kurse

Montags

09:30 – 11:00 Uhr **Meditation** Frau Rosenberger
10:15 – 12:30 Uhr **Chor** Frau Schumann
15:30 – 18:00 Uhr **Kochen inklusiv**, Frau Pereira
17:00 – 18:15 Uhr **Qigong**, Frau Schmidt
18:30 – 19:45 Uhr **Qigong**, Frau Schmidt

Dienstags

10:00 – 12:00 Uhr **Sprechzeit Service Wohnen**, Frau Rosenberger
(Tel: 0421 551500)
10:00 – 12:00 Uhr **Qi Gong**, Frau Fritz
14:30 – 15:15 Uhr **Sitzgymnastik Inklusiv**, Frau Mänz
20:30 – 22:00 Uhr **Folk und Tanz**, Frau von Usslar

Mittwochs

10:00-12:00 Uhr **Bunte Stunde** Frau Schumann
15:00 – 17:00 Uhr **Monatliche Veranstaltungen** (siehe rechte Seite)
19:00 – 20:30 Uhr **Tanzsport für Senioren 60plus** (14-tägig),
Frau Wiese
18:00-20:00 Uhr Gruppenangebot Ukrainische Frauen Herr Nickel

Donnerstags

10:00-11:00 Uhr **Englisch**, Frau Fernandez
14:30 – 16:30 Uhr **Tanzsport 60+** Frau Dietz
17:00-18:00 Uhr **Rehasport** Martinsclub
15:00 – 16:30 Uhr **Rummikub**, Frau Salzmann
18:30 – 20:00 Uhr **Qigong/Gesundheitsstärkung**, Herr Lehning
20:00-22:00 Uhr **Chor**, Frau Brunelli

Freitags

10:15 – 11:30 Uhr **Qigong**, Frau Schmidt
14:30 – 16:00 Uhr **Offenes Café**, Frau Zscherpe
15:00-17:00 Uhr **Schlaganfallgruppe**, (14 tägig)

Sonntags

jeden 2. Sonntag/Monat
15:00-16:30 Uhr **shared reading**

Veranstaltungen im November 2025

Sonntag, 08.11 **Shared reading.** Anmeldungen und Informationen
15:00-16:30 Uhr bei Frau Dorothe Poggel. dapoggel@gmail.com. **Die**
Veranstaltung findet jeden 2. Sonntag im Monat statt

Freitag, 06.11. **Omas gegen Rechts**
14300-16:00 Uhr **stellen sich in gemütlicher Runde vor.**

Montag, 17.11. **Frühstück**
Ab 09:00 Uhr in geselliger Runde starten wir in den Tag
Kosten: 5,00 Euro

Mittwoch, 26.11. **Gedächtnistraining**
Ab 14:00 Uhr mit Spaß und im Team lösen wir Aufgaben und -
Teilnehmerliste aktivieren uns für den Tag. **Kosten 4,00 Euro**

Meditation: Bitte Aushänge beachten. Oder Information über
0421 551500. Die Veranstaltung ist kostenlos. Um eine Spende
wird gebeten.