

Stricklieseltreff

Di 14:30–17:00 Uhr,
Ansprechpartnerin: Iris Köck, Tel. 07531/8049584
u. Elfi Rothenhäuser, Tel. 07531/26313

Kostenfrei

Schachtreff

Do 14:00–17:00 Uhr,
Ansprechpartner: Karl Pröpster, Tel. 07531 18074
Elmar Endeke, Tel. 07531 8081313

Kostenfrei

Handy-Café

Fr 10:00 – 12:00 Uhr
Infos im SeZe

Kostenfrei

*Preis reduziert sich mit Sozialpass (80% Ermäßigung)
und bei späterem Einstieg

Die genannten Kurse und Gruppen finden das ganze
Jahr über statt. Eine Anmeldung ist erforderlich. Mehr
Infos zu diesen und weiteren Kursen, zu Veranstaltungen,
Anmeldebedingungen und „Aktuelles“ im SeZe.

Stand: Januar 2024

Öffnungszeiten Büro:

Montag u. Mittwoch: 14:00–16:00 Uhr
Dienstag u. Donnerstag: 10:00–12:00 Uhr
Und nach Vereinbarung.

Öffnungszeiten Café:

Montag bis Freitag: 9:00–12:00 Uhr
Montag bis Mittwoch: 14:00–17:00 Uhr
Donnerstag: 14:00–17:00 Uhr Schachcafé

Seniorenzentrum Bildung + Kultur (SeZe)

Obere Laube 38
78462 Konstanz
Telefon: 07531-91 89 83 4
www.konstanz.de/seniorenzentrum
E-Mail: seniorenzentrum@konstanz.de



SeZe Kurse und Gruppen



BEWEGUNG

Qi Gong

- Kurs 1: Mo 9:30–10:30 Uhr,
Kursleitung: Zhu Lichan
Kurs 2: Mo 10:45–11:45 Uhr,
Kursleitung: Zhu Lichan
Kurs 3: Do 9:30–10:30 Uhr,
Kursleitung: Zhu Lichan
Kurs 4: Do 10:45–11:45 Uhr,
Kursleitung: Zhu Lichan
Kurs 5: Fr 14:15–15:15 Uhr (Dettingen),
Kursleitung: Helene Dotzauer

Jahresgebühr 110 Euro*
Freiwilliger Jahresbeitrag zur Kostendeckung: 130 Euro

Fitness für den Alltag

- Mi 14:00–14:45 Uhr,
Kursleitung: Ursula Herrmann
Jahresgebühr 75 Euro*
Freiwilliger Jahresbeitrag zur Kostendeckung: 90 Euro

Tanzen

- Mi 15:00–17:00 Uhr (Tanzerfahrung von Vorteil)
14-tägig
Kursleitung: Monika Nootz
Jahresgebühr 110 Euro*
Freiwilliger Jahresbeitrag zur Kostendeckung: 130 Euro

Tanzen – Freude an Bewegung und Begegnung

- Fr 10:30–12:00 Uhr,
Kursleitung: Petra Schneider-Kaul
Jahresgebühr 110 Euro*
Freiwilliger Jahresbeitrag zur Kostendeckung: 130 Euro

GESUNDHEIT

Atem und Bewegung

- Di 9:00–10:15 Uhr,
Kursleitung: Brigitte Ulrich
Jahresgebühr 110 Euro*
Freiwilliger Jahresbeitrag zur Kostendeckung: 130 Euro

Gedächtnistraining

- Kurs 1: Fr 9:15–10:15 Uhr,
Kursleitung: Gabi Ströbele-Baier
Kurs 2: Fr 10:30–11:30 Uhr,
Kursleitung: Gabi Ströbele-Baier
Jahresgebühr 110 Euro*
Freiwilliger Jahresbeitrag zur Kostendeckung: 130 Euro

Trauer-Café

- Veranstaltung des HOSPIZVEREIN KONSTANZ
So 15:00–17:00 Uhr, 1 x monatlich
Infos unter Tel. 07531/691380

POLITIK / KULTUR

Singen

- Di 10:30–12:00 Uhr,
Kursleitung: Bernd Hermann
Jahresgebühr 110 Euro*
Freiwilliger Jahresbeitrag zur Kostendeckung: 130 Euro

Neuwerkchor

- Di 19:30–21:00 Uhr
Chorleitung: Julia Schwartz
Ansprechpartnerin: Marie Büchner
chorrat@neuwerkchor.de
Monatsgebühr 15,- Euro / 10,- Euro

Politisches Frühstück

- Mi 10:00–12:00 Uhr,
Ansprechpartner:
Eloni Bunse-Rüchel Tel. 07531/8076794,
Wilfried Krostitz Tel. 07531/33893
Kostenfrei

Philosophie

- Do 10:00–12:00 Uhr, Kursleitung: Henry Gerlach
Nicht wöchentlich – Termine werden vorab
bekannt gegeben.
Jahresgebühr 110 Euro*
Freiwilliger Jahresbeitrag zur Kostendeckung: 130 Euro

GESELLIGES / KREATIVES

Gesellschaftsspiele

- Mo 14:30–17:00 Uhr, Ansprechpartnerin:
Christa Frank, Tel. 07531/3625602
Kostenfrei

Vielfältiges Gestalten und nette Unterhaltung

- Mi 10:00–12:00 Uhr, Ansprechpartnerin:
Rita Maucher, Tel. 07531/57073
Kostenfrei