



Das Netzwerk an der Christuskirche im August

2018

Interessierte sind zu allen Veranstaltungen willkommen.

Programmänderungen aus organisatorischen oder witterungsbedingten Gründen sind möglich. Die Teilnahme an allen Veranstaltungen erfolgt stets in eigener Verantwortung!

E-Mail: netzwerkchristuskirche@t-online.de

<http://grevenbroich.ekir.de/gemeinde-lebt/netzwerk-an-der-christuskirche.html>

Tel.: 0151 25892240

Nordic Walking

Treffpunkt Parkplatz am Türling (Sportplatz in Orken)

Herr Clemens
02182-8245861

Donnerstag
02.08.2018
09:00

Dauer *Streckenlänge* *Einkehr*
Nordic Walking ist anspruchvolles Training für Körper und Geist, weil fast alle Muskelgruppen angesprochen werden und viele Bewegungsabläufe koordiniert werden müssen. Die Anleitung führt ein ausgebildeter Trainer durch.

Spaziergang im Grünen

Treffpunkt Christuskirche Hartmannweg

Frau Rellmann
02181-7571898

Donnerstag
02.08.2018
10:00

Dauer 1,5 Std. *Streckenlänge* *Einkehr* Schlußeinkehr
Spaziergang durch die grünen Zonen Grevenbroichs. Besonders für Personen mit Rollator oder leichten Behinderungen geeignet. Eine Schlußeinkehr gibt es immer.

Frau Musagic
0157-39676830

Seniorentreff

Treffpunkt Gemeindesaal Christuskirche Hartmannweg

Frau Reim
02181-1436
Gemeindeamt
02181-819370

Donnerstag
02.08.2018
14:30

Dauer 1,5 Std. *Streckenlänge* *Einkehr*
In den Sommerferien findet kein Seniorentreff in der Christuskirche statt.

Hinweis kein Netzwerkangebot

Treffpunkt

Fa. Kinocenter
02181-8185518

Freitag
03.08.2018
14:30

Dauer *Streckenlänge* *Einkehr*
Kino 50+ Es wird der Film "Die Unsichtbaren" gezeigt. Weitere Informationen bitte beim Kinocenter 02181-8185518 einholen. Für den Kartenpreis von 8,50 € erhalten Sie neben dem Film, im Anschluß Kaffee und ein Stück Kuchen.

Radfahren

Treffpunkt Christuskirche Hartmannweg

Herr Stawinski
02181-213738

Montag
06.08.2018
10:00

Dauer *Streckenlänge* 35-40 Km *Einkehr* geplant
Das Ziel der Radtour wird am Morgen vor der Abfahrt gemeinsam festgelegt. Hierbei werden die Wetterlage und Windrichtung berücksichtigt. Am Zielort wird in der Regel eine kleine Einkehr gehalten.

Herr Schaufler
02181-71644

Nordic Walking

Treffpunkt Grevenbroich an der Spielspinne

Herr Clemens
02182-8245861

Dienstag
07.08.2018
16:00

Dauer *Streckenlänge* *Einkehr*
Nordic Walking ist anspruchvolles Training für Körper und Geist, weil fast alle Muskelgruppen angesprochen werden und viele Bewegungsabläufe koordiniert werden müssen. Die Anleitung führt ein ausgebildeter Trainer durch. Urlaub heute letzter Termin.

Stuhlgymnastik

Treffpunkt Neues Gemeindeamt Graf Kessel Str. 9

Frau Stawinski
02181-213738

Dienstag
07.08.2018
10:00

Dauer 1 Std. *Streckenlänge* *Einkehr*
Stuhlgymnastik hilft uns die körperliche und geistige Mobilität zu erhalten und zu verbessern. Wir trainieren unter fachlicher Anleitung, teilweise mit Musikbegleitung. Erleben Sie die Freude an der Bewegung im Kreis von netten Leuten. Max. 12 Personen.

Spaziergang im Grünen

Treffpunkt Christuskirche Hartmannweg

Frau Rellmann
02181-7571898

Donnerstag
09.08.2018
10:00

Dauer 1,5 Std. *Streckenlänge* *Einkehr* Schlußeinkehr
Spaziergang durch die grünen Zonen Grevenbroichs. Besonders für Personen mit Rollator oder leichten Behinderungen geeignet. Eine Schlußeinkehr gibt es immer.

Frau Musagic
0157-39676830

Singen

Treffpunkt Albert Schweitzer Haus

Frau Zelt
02181-73160

Donnerstag
09.08.2018
10:30

Dauer 1,5 Std. *Streckenlänge* *Einkehr*
Modernes Liedgut, Kanon, Volkslieder und Vorschläge aus der Gruppe.

Radfahren		Treffpunkt <u>Christuskirche Hartmannweg</u>	Herr Stawinski 02181-213738
Montag 13.08.2018 10:00	<i>Dauer</i> <i>Streckenlänge</i> 35-40 Km <i>Einkehr</i> geplant	Das Ziel der Radtour wird am Morgen vor der Abfahrt gemeinsam festgelegt. Hierbei werden die Wetterlage und Windrichtung berücksichtigt. Am Zielort wird in der Regel eine kleine Einkehr gehalten.	Herr Schaufler 02181-71644

Stuhlgymnastik		Treffpunkt <u>Neues Gemeindeamt Graf Kessel Str. 9</u>	Frau Stawinski 02181-213738
Dienstag 14.08.2018 10:00	<i>Dauer</i> 1 Std. <i>Streckenlänge</i> <i>Einkehr</i>	Stuhlgymnastik hilft uns die körperliche und geistige Mobilität zu erhalten und zu verbessern. Wir trainieren unter fachlicher Anleitung, teilweise mit Musikbegleitung. Erleben Sie die Freude an der Bewegung im Kreis von netten Leuten. Max. 12 Personen.	

Gesprächskreis		Treffpunkt <u>nach Absprache.</u>	Frau Krause 02181-71027
Dienstag 14.08.2018 14:30	<i>Dauer</i> <i>Streckenlänge</i> <i>Einkehr</i>	Wechselnde Themen die von der Gruppe festgelegt werden.	

Spaziergang im Grünen		Treffpunkt <u>Christuskirche Hartmannweg</u>	Frau Rellmann 02181-7571898
Donnerstag 16.08.2018 10:00	<i>Dauer</i> 1,5 Std. <i>Streckenlänge</i> <i>Einkehr</i> Schlußeinkehr	Spaziergang durch die grünen Zonen Grevenbroichs. Besonders für Personen mit Rollator oder leichten Behinderungen geeignet. Eine Schlußeinkehr gibt es immer.	Frau Musagic 0157-39676830

Radfahren		Treffpunkt <u>Christuskirche Hartmannweg</u>	Herr Stawinski 02181-213738
Montag 20.08.2018 10:00	<i>Dauer</i> <i>Streckenlänge</i> 35-40 Km <i>Einkehr</i> geplant	Das Ziel der Radtour wird am Morgen vor der Abfahrt gemeinsam festgelegt. Hierbei werden die Wetterlage und Windrichtung berücksichtigt. Am Zielort wird in der Regel eine kleine Einkehr gehalten.	Herr Schaufler 02181-71644

Stuhlgymnastik		Treffpunkt <u>Neues Gemeindeamt Graf Kessel Str. 9</u>	Frau Stawinski 02181-213738
Dienstag 21.08.2018 10:00	<i>Dauer</i> 1 Std. <i>Streckenlänge</i> <i>Einkehr</i>	Stuhlgymnastik hilft uns die körperliche und geistige Mobilität zu erhalten und zu verbessern. Wir trainieren unter fachlicher Anleitung, teilweise mit Musikbegleitung. Erleben Sie die Freude an der Bewegung im Kreis von netten Leuten. Max. 12 Personen.	

Singen		Treffpunkt <u>Albert Schweitzer Haus</u>	Frau Zelt 02181-73160
Donnerstag 23.08.2018 10:30	<i>Dauer</i> 1,5 Std. <i>Streckenlänge</i> <i>Einkehr</i>	Modernes Liedgut, Kanon, Volkslieder und Vorschläge aus der Gruppe.	

Spaziergang im Grünen		Treffpunkt <u>Christuskirche Hartmannweg</u>	Frau Rellmann 02181-7571898
Donnerstag 23.08.2018 10:00	<i>Dauer</i> 1,5 Std. <i>Streckenlänge</i> <i>Einkehr</i> Schlußeinkehr	Spaziergang durch die grünen Zonen Grevenbroichs. Besonders für Personen mit Rollator oder leichten Behinderungen geeignet. Eine Schlußeinkehr gibt es immer.	Frau Musagic 0157-39676830

Netzwerkfrühstück		Treffpunkt <u>Gemeindesaal Christuskirche Hartmannweg</u>	Frau Massarski 02181-3971
Freitag 24.08.2018 09:30	<i>Dauer</i> <i>Streckenlänge</i> <i>Einkehr</i>	Unser Frühstück: Ein Highlight im Programm des Netzwerkes.. Anmeldung: Montag bis Freitag. Anmeldeschluß: Montag vor dem Frühstück um 17:00 Uhr. Kostenbeteiligung 3,50 €. Wegen der Sommerferien gibt es im August nur einen Frühstückstermin.	Frau Meers 02181-73570

Radfahren		Treffpunkt <u>Christuskirche Hartmannweg</u>	Herr Stawinski 02181-213738
Montag 27.08.2018 10:00	<i>Dauer</i> <i>Streckenlänge</i> 35-40 Km <i>Einkehr</i> geplant	Das Ziel der Radtour wird am Morgen vor der Abfahrt gemeinsam festgelegt. Hierbei werden die Wetterlage und Windrichtung berücksichtigt. Am Zielort wird in der Regel eine kleine Einkehr gehalten.	Herr Schaufler 02181-71644

Extratour		Treffpunkt <u>Elsener Kirche</u>	Herr Schumacher 02181-42407
Donnerstag 30.08.2018 09:00	<i>Dauer</i> 5 Std. <i>Streckenlänge</i> 16 Km <i>Einkehr</i> in Monschau	Wandern von Burgau über die Klosterroute zur Ehrensteinsley, von dort nach Kalterherberg, vorbei an der Perlenbachtalsperre über die Engelsley und Teufelsley nach Monschau. Eine schöne und abwechslungsreiche Wanderung.	

Spaziergang im GrünenTreffpunkt Christuskirche HartmannwegDonnerstag
30.08.2018
10:00*Dauer* 1,5 Std.*Streckenlänge**Einkehr* Schlußeinkehr

Spaziergang durch die grünen Zonen Grevenbroichs. Besonders für Personen mit Rollator oder leichten Behinderungen geeignet. Eine Schlußeinkehr gibt es immer.

Frau Rellmann
02181-7571898Frau Musagic
0157-39676830

Für Fragen rund um das Netzwerk steht Herr Schumacher am Netzwerk-Telefon: 0151 25892240 zur Verfügung.