Stand: Jan/2024

Internationales Caritas-Zentrum Sülz

WOCHENPLAN

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Gruppenraum	09:30 – 12:00 Deutschkurs jeden 2. und 4. Montag 14:00 - 15:30 Smartphone und Tablet Treff	15:30 - 17:00 Französisch aktiv 19:00 – 20:30 Paradeiser Geräuschchor		09:30 – 12:00 Deutschkurs 18:00 - 21:00 Heilpraktikerschule Arsanis Köln (Ausbildung Psychologischer Berater)	18:00 – 20:15 Theater des Südens		15:30 – 19:00 Theatergruppe Sonntag
Kleiner Saal	11:00 – 12:00 Fit für 100 [B] 15:00 – 16:00 Die Singvögel 17:00 – 18:00 Line Dance 19:30 – 22:30 EKBC (Chor)	12:00 – 13:00 Fit für 100 [A] 14:30 – 16:00 Las Cantigas (Folkstänze aus spanischen Regionen) 19:00 – 21:00 ChorAlle Coelln	14:00 – 16:00 Sülz & Pfeffer – Mittwochs etwas Warmes [Foyer / Vorplatz] 14:30 – 17:30 (jeden 2. Mittwoch) Klaaf, Spiele und mehr 18:00 - 20:00 Selbsthilfegruppe Bindungs- und Entwicklungstraumata (BET)	10:00 – 11:00 Traumasensibles Yoga 16:00 - 18:00 Trau dich – Psychosoziale Beratung 18:30 – 20:30 Jazz Garden	10:00 – 12:00 Spanische Mutter-Kind-Gruppe 12:00 – 13:00 Fit für 100 [A] 13:15 – 17:15 Frauentreff Iran/Afghanistan 17:30 – 19:00 Chor Tschiribim und tralala 19:30 – 21:30 Tanzgruppe Tesch	Jeden 1. Samstag im Monat 10:00 – 18:00 Heilpraktikerschule Arsanis Köln (Ausbildung Verhaltenstherapie)	Jeden 1. Sonntag im Monat 10:00 – 16:00 Heilpraktikerschule Arsanis Köln (Ausbildung Verhaltenstherapie)
Theatersaal	16:45 - 18:45 Theater Amusa 19:00 - 21:00 MELOS Erwachsene	15:00 – 16:30 Chor SPÄTlese 17:00 – 18:00 Tai Chi 18:00 - 20:00 Theater Dienstags 20:00 - 21:15 Hatha Yoga	14:00 - 16:15 Internationale Tänze 17:00 – 18:00 Tai Chi 18:15 - 19:30 Pilates 19:40 - 21:40 ChorAge	10:30 – 11:30 Fit für 100 [B] 12:00 - 13:30 Chor-mittags! 17:00 - 18:30 Lucky Kids 20:00 - 22:00 Chor DeineMaids	11:00 - 13:00 Freitags Chor 17:30 – 19:00 Chor Trelala 19:00 – 21:00 Melos Jugend		08:00 - 13:00 MTO Shahmaghsoudi KdÖR (Sufi Versammlung)

freie Plätze!

in Kooperation mit KATHOLISCHES BILDUNGSWERK Köln

Internationales Caritas-Zentrum Sülz – Zülpicher Str. 273 b, 50937 Köln; Tel.: 0221 84 64 13-25 – Fax: 0221 84 64 13-80 – Email: icz@caritas-koeln.de