

# Angebote

## Sonstige

### Funktionelle Gymnastik mit Musik

Kräftigung - Dehnung - Ausdauer - rückengerecht und mit Spaß - modernes Beckenbodentraining. Einstieg laufend möglich. Von vielen Krankenkassen gefördert.

Ort: Michael-Denzlinger-Haus, EG/Senioren-Treff  
Zeit: Montag, 08:45 - 09:45 Uhr (Kurs A)  
Montag, 16:00 - 17:00 Uhr (Kurs B)  
Gebühr: (10 x) 30,- € (Mitgl.), 35,- € (Nichtmitgl.)  
(Regelmäßiger Neubeginn von Kursen)  
Info/Anm.: Uschi Hummel, Krankengymnastin  
Tel.: 0 76 65/9 58 37

### Haus und Garten

Der Garten und dessen Spielgeräte dürfen jederzeit von unseren Mitgliedern auf eigene Verantwortung genutzt werden.  
Unsere Räumlichkeiten und der Garten können von den Mitgliedern für Geburtstage und Feiern genutzt werden (nach Absprache mit dem Büro oder unter Tel. 07665/9329570).

### Aktuelle Informationen

zu einmaligen Veranstaltungen  
finden Sie im „Hochdorf Aktuell“

Stand: Februar '20

Volksbank Freiburg e. G., IBAN: DE 14 6809 0000 0052 1977 08

# Angebote

## für Kinder und Erwachsene

### 1. Babycafé mit Gästen

Eltern mit Babys im ersten Lebensjahr und Schwangere werden in gemütlicher, entspannter Atmosphäre von den Babycafé-Leiterinnen begleitet. Neue Interessierte sind jederzeit willkommen.

Mittwoch, 9.30 – 11.00 Uhr  
Gebühr: keine oder eine freiwillige Spende  
Info: Felicitas Baumann, Tel.: 0 76 65/973 98 32 und  
Susanne Federspiel, 01 74/218 318 2, zertif. Babycafé-Leiterinnen

### 2. Spielgruppen

Ein Ort für Mütter/Väter mit ihren Babies bzw. Kleinkindern zum Kennenlernen, Erfahrungen austauschen, etc.

Spielgruppe ab 2 Jahren  
Freitag, 15.00 – 17.00 Uhr  
Info/Anm.: Bianca Bednarz, Tel.: 01 51/184 577 16

Spielgruppen ab 3 Jahren und älter  
Mittwoch, 15.00 – 17.00 Uhr  
Info/Anm.: Stefanie Bausch, Tel.: 0 76 1/595 66 15  
Donnerstag, 15.00 – 17.00 Uhr  
Info/Anm.: Felicitas Baumann, Tel.: 0 76 65/973 98 32

### 3. Musikgarten I (1,5 - 3 J.)

Musizieren, singen und spielen in Begleitung eines (Groß-) Elternteils.

Dienstag 9:30 -10:10 Uhr  
Gebühr: (10 x): 45,- € (Mitgl.), 50,- € (Nichtmitgl.)  
Info/Anm.: Susanne Federspiel, Musikgarten-Leiterin  
Tel.: 01 74/218 318 2

# Angebote

für Kinder und Erwachsene

## 4. Second-Händchen

Der Hochdorfer Kinder-Secondhand-Laden. Wir nehmen und bieten Gebrauchtes für Kinder (in Gr. 50-140) und werdende Mütter. Kleidung, Schuhe, Umstandsmode, ...

Öffnungszeiten: Montag: 9.00 – 12.00 Uhr

14.00 – 16.30 Uhr

Mittwoch: 9.00 – 12.00 Uhr

jeden ersten Samstag im Monat: 10.00 – 12.00 Uhr

Tel.: 0 76 65/93 00 25, Kleider-Annahme während der Öffnungszeiten

Wir möchten mit unserem Laden einen Beitrag zum Wiederverwenden von Kleidung leisten, den Hochdorfer Eltern und Großeltern eine (supergünstige) Einkaufsmöglichkeit bieten und durch die ehrenamtliche Arbeit den Verein und dessen Mitglieder unterstützen. Hinzu kommt, dass mehrmals gewaschene Kleidung meist die Chemikalien zur Herstellung verloren haben und man als "Verkäufer/in" eine Chance bekommt, seine Kleidung ohne viel Mühe verkauft zu bekommen. Alle, auch Nichtmitglieder können unseren Laden nutzen!

## 5. Mensa

Gemeinsam mit anderen Familien zu Mittag essen, reichhaltiges Menü (Salate, Hauptgericht, Dessert). Alle Gerichte auch zum Mitnehmen. Bitte anmelden!

Dienstag, 13.00 – 14.00 Uhr

Gebühr: Erw.: 5,50 € (Mitgl.), 7,00 € (Nichtmitgl.)

Kinder 2 - 5 Jahre: 2,00 €, 6 - 14 Jahre: 3,00 €

Info/Anm.: Anke Held, Tel.: 0 76 65/400 475

Marlies Lorenz-Scheller, Tel.: 0 76 65/4 18 13

# Angebote

für Kinder und Erwachsene

## 6. Spieletreff für Groß und Klein

Wir spielen Brett- und Kartenspiele, freuen uns auf Erwachsene und Kinder ab 5 Jahren zum Mitspielen. Eine große Auswahl an Spielen bringen wir mit – oder bring einfach selbst dein Lieblingsspiel mit. Jetzt neu in den Räumen des Familien-Treffs.

Jeden letzten Sonntag im Monat von 14.30 – 17.30 Uhr.

Mehr Infos auf: [www.spieletreff-march.de](http://www.spieletreff-march.de)

## 7. PEKiP-Gruppen

Das Prager-Eltern-Kind-Programm ist ein pädagogisches Gruppenangebot für Babys im ersten Lebensjahr.

Die Kurse finden in einem warmen Raum statt.

Ort: Gruppenraum, Eschenweg 1, Hugstetten

Gebühr: 9 x 75 € / 70 € (Mitgl.), regelm. Neubeginn

Info/Anm.: Sonja Andris, Erzieherin, PEKiP Gruppenleiterin

Tel.: 0 76 65/9 55 75

SAVE THE DATE: Sonntag, 21. Juni 2020

**25 Jahre MütZe - großes Jubiläumsfest im Garten**

Die Angebote 1 - 6 finden in unseren Räumen, Hochdorfer Str. 2 statt.