

# WOCHENPROGRAMM

## Januar 2025

Eppe und Flut - Julius-Reincke-Stieg 13a - 20251 Hamburg



### BEGINN

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

### MONTAG

10:00 - 11:00 UHR  
offene Beratung

11:30 - 12:45 UHR  
YOGA I  
• S. Abbé

13:00 - 14:15 UHR  
YOGA II  
• S. Abbé

16:00 - 18:00 UHR  
ZAUBER DER  
BEWEGUNG  
---Pausiert bis 03.2025---  
• C. Weihmann

### DIENSTAG

10:15 - 11:30 UHR  
YOGA III  
• S. Abbé

14:00 - 15:30 UHR  
KREATIVSCHMIEDE  
• J. Benferlou

16:00 - 18:00 UHR  
CAFÉ EPPE

18:15 - 19:45 UHR  
CHOR  
• S. Hilbert

### MITTWOCH



15:00 - 17:00 UHR  
IDEEN-CAFÉ

16:00 - 18:00 UHR  
SCHREIBWERKSTATT  
• D. Chmelik

18:00 - 20:30 UHR  
THEATER II  
---Pausiert bis 02.2025---  
• P. Lanzoni

### DONNERSTAG

10:50 - 12:00 UHR  
ENTSPANNUNG AM  
VORMITTAG  
nicht am 02.01.  
• F. v. Minden

14:00 - 16:00 UHR  
KLANGFORMEN  
nicht am 09.01.  
• M. Gies

16:00 - 18:00 UHR  
CAFÉ EPPE

18:00 - 19:00 UHR  
offene Beratung

Uhrzeit auf Nachfrage  
THEATER I offen  
--- Pausiert bis 02.2025---  
• P. Lanzoni

### FREITAG

09:30 - 11:30 UHR  
FARBENFLUT I  
• S. Hilbert

10:00 - 11:00 UHR  
offene Beratung

11:00 - 13:00 UHR  
BRUNCH

11:45 - 13:45 UHR  
FARBENFLUT II  
• S. Hilbert

### SAMSTAG

11:00 - 13:00 UHR  
BIODANZA oder  
LEBENSTANZ  
nicht am 25.01.  
• S. Hilbert

Es sind zur Teilnahme an unseren Angeboten keine Vorkenntnisse erforderlich. Für weitere Informationen sprechen Sie uns gern an.

Aufgrund von Reparaturarbeiten sind einige Angebote nur eingeschränkt verfügbar.

Anmeldungen bitte unter: 040 22 72 98-700 oder [eppe-flut@hamburgische-bruecke.de](mailto:eppe-flut@hamburgische-bruecke.de)