

WOCHENPROGRAMM April 2026

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

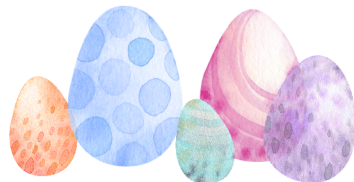
10:00 - 11:00 UHR
offene Beratung

10:00 - 11:15 UHR
YOGA I
11:30 - 12:45 UHR
YOGA II
• S. Abbé

12:30 - 15:00 UHR
SUPPENSTARTER

13:00 - 14:15 UHR
YOGA III
• S. Abbé

13:00 - 14:00 UHR
GESTALTUNGSRAUM
nicht am 20.04.26
• K. Bechreiner



DIENSTAG

10:15 - 11:30 UHR
YOGA IV
• S. Abbé



12:30 - 13:30 UHR
GEH-MEINSAM RAUS
• K. Bechreiner

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

16:00 - 18:00 UHR
CAFÉ EPPE

18:00 - 20:00 UHR
CHOR
• S. Hilbert

MITTWOCH



13:00 - 14:30 UHR
DARTS **inklusiv**
• U. Hafemann

13:30 - 14:30 UHR
KopfZeit
nicht am 01. & 15. & 29.04
• K. Bechreiner

15:00 - 17:00 UHR
IDEEN-CAFÉ

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

18:00 - 20:00 UHR
THEATER I offen
---pausiert---
• P. Lanzoni

DONNERSTAG

10:00 - 11:00 UHR
NORDIC WALKING
• S. Cerwenka U. Hafemann

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



15:00 - 17:00 UHR
KLANGFORMEN
nicht am 30.04.
• M. Gies

16:00 - 18:00 UHR
CAFÉ EPPE

18:00 - 19:00 UHR
offene Beratung

18:00 - 20:00 UHR
THEATER II
• P. Lanzoni

FREITAG

09:15 - 11:30 UHR
FARBENFLUT I
nicht am 03.04.
• S. Hilbert

10:00 - 11:00 UHR
offene Beratung

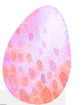
11:00 - 13:00 UHR
BRUNCH

11:30 - 13:45 UHR
FARBENFLUT II
nicht am 03.04.
• S. Hilbert

14:00 - 15:00 UHR
MUSIK4BRAIN
• A. Cunha

SAMSTAG

11:00 - 13:15 UHR
BIODANZA
nicht am 04.04.
am 18.04. schon um 10 Uhr
• S. Hilbert



Es sind zur Teilnahme an unseren Angeboten keine Vorkenntnisse erforderlich. Bitte erscheinen Sie zu Kursen, Ausflügen und sonstigen Veranstaltungen 10 min vor Beginn.

Für weitere Informationen sprechen Sie uns gern an. **Anmeldungen gerne unter: 040 22 72 98-700 oder eppe-flut@hamburgische-bruecke.de**