



"Am See"  
Bildung und Begegnung

## Monatsprogramm

### AWO "Am See" Juli 2026

<b>MONTAG</b>	09:30 - 10:30 Uhr	<b>13.07 + 27.07 Qi-Gong</b> (Arijana)
	11:00 - 12:00 Uhr	<b>Pilates</b> (Gabriela)
	17:30 - 19:00 Uhr	<b>Singen</b> (2. & 4. Montag)
	19:00 - 20:00 Uhr	<b>Raja Yoga Meditation</b> <b>13.7 entfällt</b>
	19:30 - 21:00 Uhr	<b>13.07. Fotogruppe nebenan</b>
<b>DIENSTAG</b>	09:30 - 10:30 Uhr	<b>Ganzheitliche Gymnastik</b> (Colette)
	10:00 - 14:00 Uhr	<b>Bücherbasar</b> (Manuel) (1. & 3. Dienstag)
	13:30 - 14:30 Uhr	<b>21.07 Bingo</b> (Regina)
	14:00 - 16:00 Uhr	<b>Kaffeetrinken / „Kaffee-Tanz“</b> (2. & 4. Dienstag)
	15:30 - 17:30 Uhr	<b>Handarbeitsgruppe</b> (2. & 4. Dienstag)
	19:00 - 20:30 Uhr	<b>Yoga mit Gopika</b> (nur <u>mit</u> Anmeldung)
<b>MITTWOCH</b>	10:00 - 12:00 Uhr	<b>Garten-AG</b>
	10:00 - 14:00 Uhr	<b>Bücherbasar</b> (Bernd)
	15:00 - 16:00 Uhr	<b>Taiji-Qi-Gong</b> (Michaela)
	17:00 - 18:00 Uhr	<b>„Wild &amp; Frei“ Tanz für Frauen</b> (Mandy)
	18:30 - 20:00 Uhr	<b>Singen</b> (einmalig, 3. Mittwoch)
<b>DONNERSTAG</b>	08:45 - 10:15 Uhr	<b>Hatha Yoga</b> (Anja)
	10:30 - 12:00 Uhr	<b>Mitmachtänze für Senior*innen</b> (Doris)
	12:15 - 16:00 Uhr	<b>Bücherbasar</b> (Bernd)
<b>FREITAG</b>	10:00 - 11:00 Uhr	<b>17.07 Kaiut Yoga</b> (Dana)
	14:30 - 15:30 Uhr	<b>17.07 + 31.07 Vinyasa Yoga</b> (Daniela)
	17:45 - 19:00 Uhr	<b>Dynamic Soul Yoga</b> (Antje) <b>10.7 + 31.7 entfallen</b>

- 🔪 **Donnerstag, 2.07.** Reisebericht: Insel Bali 18:00 – 19:30 Uhr  
🌸 **Dienstag, 14.+ 28.07** Schulüten basteln 15:30 – 17:30 Uhr

**Wertschätzungsbeitrag** ab 2,00 €. Angebote für AWO-Mitglieder sind kostenfrei.  
**Anmeldung erbeten:** hausamsee@awo-suedost.de oder 030 32528640 (über AB möglich)

Begegnungsstätte AWO "Am See"  
Müggelseedamm 244 | 12587 Berlin  
Tel.: 030 32528640 [hausamsee@awo-suedost.de](mailto:hausamsee@awo-suedost.de)

**Sprechzeiten:**  
Dienstags: 10:00 – 16:00 Uhr  
Donnerstags: 10:00 – 12:00 Uhr

