

MONTAG

09.30-11.45 Uhr - wöchentlich

KURS Seidenmalen

09.30-11.45 Uhr – am 09.03.2026

KURS *Kreatives Schreiben

10.00-11.30 Uhr – wöchentlich

KURS *English Texts

10.00-11.30 Uhr - wöchentlich

KURS *English Everywhere

12.00-16.00 Uhr - wöchentlich

OFFENE GRUPPE Skat

14.00-15.30 Uhr - wöchentlich

KURS *Qigong

14.00 -16.00 Uhr - wöchentlich

NEU Offene Gruppe Handarbeiten

17.00-18.30 Uhr – wöchentlich

KURS *Yoga 50+

19.30-21.00 Uhr - wöchentlich

KURS *Hatha Yoga

DIENSTAG

09.30 - 10.30 Uhr - wöchentlich

KURS *Gymnastik Kurs A

11.00 - 12.00 Uhr - wöchentlich

KURS *Gymnastik Kurs B

09.30-11.00 Uhr - wöchentlich

KURS *English Okay!

10.00-12.00 Uhr - wöchentlich

KURS *Aquarellmalerei

14.00 - 15.00 Uhr - wöchentlich

KURS* Line Dance Kurs A

15.00 - 16.00 Uhr - wöchentlich

KURSE* Line Dance Kurs B

16.30-18.30 Uhr - wöchentlich

OFFENE GRUPPE Doppelkopf

19.00-21.00 Uhr – am 10.03.2026 -

OFFENE GRUPPE

Literaturklub „Nachlese“

MITTWOCH

09.50-12.50 Uhr - wöchentlich

KURS *Malen am Mittwoch

10.00-11.30 Uhr - wöchentlich

OFFENE GRUPPE

Spanisch Stammtisch

10.00-11.30 Uhr – am 25.03.2026

OFFENE GRUPPE

Gesprächskreis Portugiesisch

14.00-16.00 Uhr - wöchentlich

OFFENE GRUPPE Spieltreff

14.00-18.00 Uhr - wöchentlich

OFFENE GRUPPE Schach

16.30-18.30 Uhr – 14-tägig

NEU **OFFENE GRUPPE**

Gesprächskreis
„Miteinander reden“

HINWEISE zur Teilnahme:

KURSE Anmeldung gegen Gebühr

OFFENE GRUPPEN Kostenfrei –
Spende erwünscht

Die mit einem (*) gekennzeichneten Veranstaltungen
werden von der Paritätischen Akademie in Kooperation
mit dem PROgymnasium e.V. durchgeführt.

DONNERSTAG

09.15-10.45 Uhr – wöchentlich
KURS *Frauengesprächskreis

10.00-12.00 Uhr - wöchentlich
KURS *Individuelles Nähen

10.00-14.00 Uhr - wöchentlich
OFFENE GRUPPE Wandern

10.45-12.15 Uhr – wöchentlich
KURS Spanisch A

12.30-14.00 Uhr – wöchentlich
KURS Spanisch B

11.00-12.30 Uhr - wöchentlich
KURS *Gedächtnistraining

14.30-16.30 Uhr – auf Anfrage
OFFENE GRUPPE Bridge

14.00-16.00 Uhr – auf Anfrage
OFFENE GRUPPE
Conversation in the kitchen

FREITAG

10.00-12.00 Uhr – auf Anfrage
OFFENE GRUPPE Freies Malen

14.30-16.30 Uhr – auf Anfrage
OFFENE GRUPPE PRO Boule

AUSSERDEM

02.03.2026 – 10.00-11.30 Uhr

Informationsveranstaltung
Thema: Patientenverfügung

04.03.2026 - 14.30-15.30 Uhr

Märchen für Erwachsene
„Von Wärme und von Kälte“

07.03.2026 - 16.00-18.30 Uhr

Workshop Meditation
„Spurensuche -
In Stille bei mir sein“

17.03.2026 - 15.00-16.00 Uhr

Gemeinsames Singen
Frühlingslieder

=====
Anmeldung erforderlich!
=====



PROgymnasium
Bensberg e.V.

PROGRAMM- ÜBERSICHT

MÄRZ 2026

Begegnungsstätte PRO Treff

Schloßstraße 84
51429 Bergisch Gladbach

Telefon (02204) 9548-15
pro.treff@progymnasium.de

www.progymnasium.de

Die mit einem (*) gekennzeichneten Veranstaltungen
werden von der Paritätischen Akademie in Kooperation
mit dem PROgymnasium e.V. durchgeführt.