

MONTAG

09.30-11.45 Uhr - wöchentlich

KURS Seidenmalen

09.30-11.45 Uhr – am 12.10.2026

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

17.15-18.45 Uhr – wöchentlich

KURS *Yoga 50+

19.00-20.30 Uhr - wöchentlich

KURS *Hatha Yoga

DIENSTAG

09.30 - 10.30 Uhr - wöchentlich

11.00 - 12.00 Uhr - wöchentlich

KURSE *Gymnastik Kurs A/ B

09.30-11.00 Uhr - wöchentlich

KURS *English Okay!

10.00-12.00 Uhr - wöchentlich

KURS *Aquarellmalerei

13.00-15.15 Uhr - wöchentlich

KURSE* Smartphone (Android)

06.10. WhatsApp

13.10. Umgang mit KI

20.10. Galerie-/Kamera-App

27.10. Workshop Fortgeschrittene

14.00 - 15.00 Uhr - wöchentlich

15.00 - 16.00 Uhr - wöchentlich

KURSE *Line Dance A/B

16.30-18.30 Uhr - wöchentlich

OFFENE GRUPPE Doppelkopf

19.00-21.00 Uhr – am 13.10.2026

OFFENE GRUPPE Literaturklub

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 - wöchentlich

KURS Yoga auf dem Stuhl

10.00-11.30 Uhr – Pause

OFFENE GRUPPE

Gesprächskreis Portugiesisch

14.00-16.00 Uhr - wöchentlich

OFFENE GRUPPE Spieletreff

14.00-18.00 Uhr - wöchentlich

OFFENE GRUPPE Schach

HINWEISE zur Teilnahme:

KURSE Anmeldung gegen Gebühr

OFFENE GRUPPEN Kostenfrei –

Spende erwünscht

DONNERSTAG

09.15-10.45 Uhr – wöchentlich
KURS *Frauengesprächskreis

10.00-12.00 Uhr - wöchentlich
KURS *Individuelles Nähen

10.00-12.00 Uhr – wöchentlich
KURS Zeichnung und Illustration

10.00-14.00 Uhr - wöchentlich
OFFENE GRUPPE Wandern

10.45-12.15 Uhr - wöchentlich
12.30-14.00 Uhr - wöchentlich
KURS Spanisch Kurse A + B

11.00-12.30 Uhr - wöchentlich
KURS *Gedächtnistraining

13.00-14.00 Uhr – wöchentlich
KURS Tanzen im Sitzen

14.30-16.30 Uhr – auf Anfrage
OFFENE GRUPPE Bridge

15.00-17.00 Uhr – 3 Termine
KURS „Atmen ist mehr
als Luftholen“

FREITAG

10.00-12.00 Uhr – auf Anfrage
OFFENE GRUPPE Freies Malen

14.30-16.30 Uhr – auf Anfrage
OFFENE GRUPPE PRO Boule

AUSSERDEM

06.10.2026 – 10.30-12.00 Uhr
Informationsveranstaltung
„Parken mit dem Smartphone“

07.10.2026 – 14.30-15.30 Uhr
Märchen für Erwachsene
und Kinder (ab 4 Jahren)

14.10.2026 - 14.00-15.30 Uhr
Informationsveranstaltung
„Patientenverfügung“

16.10.2026 – 17.00 Uhr
Lesung „Zwischen den Saiten“

21.10.2026 – 10.30-12.00 Uhr
Infoveranstaltung „Die WUPSI“

29.10.2026 – 14.30-15.30 Uhr
Informationsveranstaltung
„Asiatische Hornisse“

=====

!! Anmeldung erforderlich !!

=====



PROgymnasium
Bensberg e.V.

PROGRAMM- ÜBERSICHT

Oktober 2026

Begegnungsstätte PRO Treff

Schloßstraße 84
51429 Bergisch Gladbach

Telefon (02204) 9548-15

pro.treff@progymnasium.de

www.progymnasium.de