

Veranstaltungen August 2026

03.08.26

15.30 Uhr
Christian Palmer

Montag

Singen tut gut!
offenes Singen

04.08.26

12-13 Uhr
Shamima Abbé

Dienstag

Yoga im Sitzen 8 €
Anmeldung unter Tel.:
0151-171 00 705

15 Uhr

Klaus Humann
St. Peter,
Borsteler Chaussee
139

Gemeinsam und nicht
einsam in St. Peter:
Vortrag über James
Krüss, dt. Dichter und
Schriftsteller

05.08.26

10.30-11.30 Uhr
Shamima Abbé

Mittwoch

Yoga im Sitzen 8 €

15 Uhr

Bibelgespräch

06.08.26

10 Uhr
Jasna Haas

Donnerstag

Spielfreude ☺
Stadt-Land-Fluss

15.30 Uhr

Claudia Lemm

Karten-, Würfel-,
Brettspiele

07.08.26

13.30-14.30 Uhr
Walt Sengteller

Freitag

„Donna Claras“
Chorprobe
mit Kaffee im Anschluss

10.08.26

15.30 Uhr
Marit von Wildenradt

Montag

Pub Quiz

11.08.26

9-10.30 Uhr
Anette Riekens

Dienstag

Frühstück 3 €
Bitte anmelden!

11.08.26

12-13 Uhr
Shamima Abbé

Dienstag

Yoga im Sitzen 8 €

15.30 Uhr

Claudia Lemm

Stadt-Land-Fluss

12.08.26

10.30-11.30 Uhr
Shamima Abbé

Mittwoch

Yoga im Sitzen 8 €

15 Uhr

Bibelgespräch

13.08.26

15.30 Uhr
Alisia Kaya

Donnerstag

Spielfreude ☺
Karten-, Würfel-,
Brettspiele

14.08.26

12 Uhr
Claudia Lemm

Freitag

Friday Liners
Line Dance
mit Vorkenntnissen

14.30 Uhr

Claudia Lemm

Line Dance
für Fortgeschrittene
(z.Zt. belegt)

17.08.26

15.30 Uhr
Franziska Niemann

Montag

Rhythmik im Sitzen!
Musik bewegt 4 €

18.08.26

12-13 Uhr
Shamima Abbé

Dienstag

Yoga im Sitzen 8 €

15.30 Uhr

Claudia Lemm

Spielfreude ☺
Karten-, Würfel-,
Brettspiele

19.08.26

10.30-11.30 Uhr
Shamima Abbé

Mittwoch

Yoga im Sitzen 8 €

15 Uhr

Bibelgespräch

20.08.26

Abfahrt: 9 Uhr
Martinistr. 33
und weitere
Alsterbundstandorte
Team Leben im Alter

Donnerstag

Busausflug in die Heide
nach Undeloh
Kostenbeitrag: 40 €
Bitte anmelden!

21.08.26

13.30-14.30 Uhr
Sven Rhenius

Freitag

„Donna Claras“
Chorprobe
mit Kaffee im Anschluss

24.08.26

15.30 Uhr
Ursula Schneider

Montag

Seniorengymnastik für Alle!

25.08.26

9-10.30 Uhr
Claudia Lemm

Dienstag

Frühstück 3 €
Bitte anmelden!

12-13 Uhr

Shamima Abbé

Yoga im Sitzen 8 €

15.30 Uhr

Pn. Sandra Peters-
Hilberling

Erzählen und genießen:
„Heldinnen in der Bibel“

26.08.26

Treffen: 9.45 Uhr
Hauptbahnhof
Südsteig

Mittwoch

Runter vom Sofa:
Fahrt nach Buxtehude
Bitte anmelden!

10.30-11.30 Uhr

Shamima Abbé

Yoga im Sitzen 8 €

15 Uhr

Bibelgespräch

27.08.26

15.30 Uhr
Alisia Kaya

Donnerstag

Spielfreude ☺
Karten-, Würfel-, Brettspiele

28.08.26 **Freitag**
12 Uhr Friday Liners
Claudia Lemm Line Dance
mit Vorkenntnissen

14.30 Uhr Line Dance
Claudia Lemm für Fortgeschrittene
(z.Zt. belegt)

31.08.26 **Montag**
15.30 Uhr Persönlichkeiten:
Norbert Kurzhals Bertolt Brecht
(1898-1956)
Dramatiker und
Schriftsteller

**Im Gemeindebrief und auf der
Homepage der Kirchengemeinde
Alsterbund finden sie viele
weitere Angebote an unseren
Standorten:**

**St. Martinus, Paul-Gerhardt,
Martin-Luther und St. Peter.**

So finden Sie uns

Begegnungsstätte Martinstraße

Martinstraße 33 Bushaltestelle
20251 Hamburg Julius-Reincke-
Stieg M20 u. M25

Leben im Alter/ Begegnungsstätte

Claudia Lemm
Anette Riekes
Telefon 040- 48 78 39
Fax 040- 48 74 52
E-Mail leben@alsterbund.de
Homepage www.lebenimalter-hh.de
KG Alsterbund www.alsterbund.de

Telefonische Erreichbarkeit

Montag - 9-12 Uhr
Donnerstag
Donnerstag 16-18 Uhr

Café Martin

Zeit zum Klönen und Erzählen
Öffnungszeiten: ab 15 Uhr
(Wenn am Nachmittag Veranstaltungen
stattfinden.)



Leben im Alter

Begegnungsstätte Martinstraße

Programm August 2026



Symbolfoto Pixabay

Tipp: Pub Quiz

Wir freuen uns auf Sie!