

## EXTRAS IM APRIL

**Reparatur-Café-GL/Refrath**  
Samstag, 11. April 2026, 10:00-13:00 Uhr

**Neu: Gedächtnistraining „light“**  
In einer Kleingruppe und kurzen  
Einheiten das Gehirn aktivieren.  
Immer donnerstags 9:30-10:30  
**Ab 16.4.2026**

**Blutspende DRK**  
Donnerstag, 16.04.2026

**Sonntagscafé**  
19.04.2026, 14:30 Uhr

**„Stadtteildialog“  
Seniorenbeirat**  
Donnerstag, 23.04.2026, 17:30 Uhr

**KI für Anfänger**  
Freitag, 24.04.2026, 15:00 Uhr

**FROHE OSTERN!**



## Wandertermine Treffen immer 15 Minuten vor Abfahrt/Aufbruch

**01.04.2026:**

Wanderung in Altenberg, Mittag im  
Restaurant Wißkirchen, Abfahrt um 10:13  
Uhr von der Bushaltestelle Steinbreche,  
ca. 13 km

**08.04.2026:**

Wanderung nach Forsbach, Mittag im  
Restaurant Altvolberger Hof, Aufbruch um  
10:00 Uhr von der Bushaltestelle  
Neufeldweg, ca. 16 km

**15.04.2026:**

Wanderung an der Agger (8 km am Stück!),  
Mittag im Aueler Hof, Abfahrt um 09:07 von  
der Haltestelle Refrath Linie 1 Richtung  
Bensberg, nach dem Essen optional fahren  
oder wandern

**Dienstag, 21.04.2026:**

15:00 WanderTreff im Refrather Treff

**22.04.2026:**

Wanderung in Bonn, Mittag im Restaurant  
Bundeshäuschen, **Abfahrtszeit bitte  
erfragen**

**29.04.2026:**

Wanderung in Hoffnungsthal, Mittag im  
Restaurant Bergwerk, Abfahrt um 09:27 Uhr  
von der Haltestelle Refrath Linie 1 Richtung  
Bensberg, ca. 14 km

**Es kann Änderungen im Programm geben  
– bitte ggf. dienstags im Treff nachfragen**

Willkommen  
im  
**Refrather Treff**

**PROGRAMM**  
**APRIL 2026**



Steinbrecher Weg 2  
51427 Refrath  
Telefon: 02204 67814  
[info@treff-refrath.de](mailto:info@treff-refrath.de)

Wir bitten um Anmeldung

## Montag

09:00 Gymnastik  
09:30 FrühstücksTreff nächster **04.05. !**  
10:00 Gymnastik  
10:15 Schreibwerkstatt, **20.04.**  
10:30 Englisch: fortgeschrittene Anfänger (A2)  
11:00 Qi Gong  
12:00 Qi Gong  
11:45 Spanisch: Fortgeschrittene/Konversation  
15:00 Geselliges Tanzen  
15:00 Spielenachmittag  
15:00 KunstTreff  
15:00 Schach – **alle 14 Tage**  
15:00 Näh-Treff  
18:00 Yoga (Z)

## Dienstag

09:20 Gymnastik  
10:00 Ganzheitliches Gedächtnistraining  
10:30 Englisch für Fortgeschrittene (B1)  
10:30 Französisch: Initiation à la conversation  
12:15 Spanisch: Aufbau und Wiedereinsteiger  
12:00 REHA-Sport  
13:00 REHA-Sport  
14:00 REHA-Sport  
14:00 Bridge  
14:00 Spaziergang bei Wind und Wetter  
15:00 REHA-Sport  
17:00 Chor Spätlese  
17:15 Wirbelsäulengymnastik  
18:20 Wirbelsäulengymnastik  
19:30 Biodanza

## Mittwoch

09:00 Denkwerkstatt  
09:00 Yoga (Z)  
10:00 Wandergruppe:  
**Treffpunkte** siehe Rückseite  
10:00 Kreatives Gestalten  
10:30 Qi Gong  
10:45 Denkwerkstatt  
11:30 Büchertausch  
14:00 Skat und Doppelkopf  
14:00 Zeit für Fragen rund um Technik,  
Handy, Tablet und PC (nur mit Termin!)  
17:00 Literaturkreis: Flusslinien von Katharina  
Hagena, **29.4.**

## Ausblick

**Tagestour nach Xanten**  
**06. Mai 2026 um 10:00 Uhr**

**Männerwirtschaft**  
**07. Mai 2026 um 17:00 Uhr**

**Aquagymnastik**  
**Schwimmerlernung für Kinder**  
**montags und freitags**

## Donnerstag

09:00 Malgruppe  
09:15 REHA-Sport  
10:15 REHA-Sport  
10:30 English Conversation  
10:30 English Conversation Advanced  
11:00 XiXiHu: Gehmeditation im Wald  
11:15 Sitzgymnastik  
15:00 Chor Stimmband  
15:00 Gemeinsam Handarbeiten  
15:00 Erzählcafé **23.04.**  
17:30 TaiJi

## Freitag

09:15 Italienisch Aufbau und Wiedereinsteiger  
10:00 Feldenkrais  
10:00 Französisch Aufbau und Wiedereinsteiger  
11:00 Aquarell Malen  
11:00 Spanisch Anfänger (Kurs 11)  
11:45 Sitzgymnastik  
13:00 Spanisch Anfänger (Kurs 13)  
15:00 Spielenachmittag  
15:00 Zeit für Fragen rund um Technik,  
Handy, Tablet und PC **10.04. und 24.04.**  
15:00 Tänze aus aller Welt  
17:00 Yoga auf dem Stuhl (Z)  
18:00 Yoga (Z)  
19:45 Zen Meditation