

## EXTRAS IM MAI

### Reparatur-Café-GL/Refrath

Samstag, 02. Mai 2026, 10:00-13:00 Uhr

### Tagestour nach Xanten

06. Mai 2026 um 10:00 Uhr

### Vorbesprechung Sommerfest

Donnerstag, 07. Mai 2026, 10:30 Uhr  
Wer Ideen hat, oder sich irgendwie  
engagieren möchte beim Sommerfest am  
28.6.2026, ist herzlich willkommen!

### Gemeinsam Handarbeiten

07. Mai 2026 um 15 Uhr

### Männerwirtschaft

07. Mai 2026 um 17:00 Uhr

### Midissage zur Ausstellung

#### FARBE WIRKT

Freitag, 08. Mai 2026, 18:00 Uhr

### Sonntagscafé

17. Mai 2026, 14:30 Uhr

### Betreuungsbehörde der Stadt GL

Infos zu: Vorsorgevollmacht, Betreuung,  
Patientenverfügung  
28. Mai 2026, 15:00 Uhr

## Wandertermine Treffen immer 15 Minuten vor Abfahrt/Aufbruch

**06.05.2026**

Wanderung um Herkenrath, Mittag im  
Restaurant Zur Quelle der Strunde, Abfahrt  
um 09:27 Uhr von der Haltestelle Refrath  
Linie 1 Richtung Bensberg, ca. 10 km

**13.05.2026**

Wanderung zum Naturfreundehaus Hardt,  
Aufbruch um 10 Uhr vom Refrather Treff,  
ca. 12 km

**20.05.2026**

Wanderung in Ertstadt, Mittag im Restaurant  
Alt Liblar, Abfahrt um 09:17 Uhr von der  
Haltestelle Refrath Linie 1 Richtung Köln,  
ca. 13 km

**27.05.2026**

Wanderung in Odenthal, Mittag im  
Restaurant Heuser, Abfahrt um 09:43 von  
der Bushaltestelle Steinbreche, ca. 13 km

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

# Willkommen im Refrather Treff

## PROGRAMM MAI 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 **4.5. (nä. 1.6.)**  
10:00 Gymnastik  
10:15 Schreibwerkstatt, **18.5.**  
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 (11.5. + 25.5.)**  
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: Buch wird am 29.04.2026  
festgelegt **27.5.**

## Ausblick

**Reparatur-Café-GL/Refrath**  
**Samstag, 06.06.2026, 10:00-13:00 Uhr**

**Kunstgeschichte**  
**Start eines neuen Kurses mit insgesamt**  
**drei Terminen**  
**10.6., 24.6., 8.7.2026 um 17:00 Uhr**  
**„Kunst in den USA“**

**Handyparken in Bergisch Gladbach**  
**Wie funktioniert's?**  
**Infos zu ParkApps**  
**25.6.2026, 15:00 Uhr**

**Sommerfest**  
**Sonntag, 28.6.2026 ab 11 Uhr**

## 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 Erzählcafé **21.05.**  
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 **08.05.** und **22.05.**  
15:00 Tänze aus aller Welt  
17:00 Yoga auf dem Stuhl (Z)  
18:00 Yoga (Z)  
19:45 Zen Meditation