

Zeit	Montag 02.02.2026	Dienstag 03.02.2026	Mittwoch 04.02.2026	Donnerstag 05.02.2026	Freitag 06.02.2026
9:00		Wocheneinkauf		Lounge ab 10:30 Uhr geöffnet	
10:00	Zeit für Behördliches		Gemeinsames Strudelbacken	Gesundheitstag	Brunch ab Zehn -heut gibt's Brezen-
11:00		Zitronige One-Pot-Pasta	Lisis Apfelstrudel	Gesunde Snacks -Ofengemüse-	Achtsam ins Wochenende
Mittag	Blick in den Froster (Gefriertruhe)	Aromakunde– individueller Roll On			Kreativ ins Wochenende
13:00			Besuch der Wanderausstellung im Atrium	Yoga mit Angele	Mit Sandro & Christoph
14:00	Abschied von Vlo				- Dartworkshop- 13:00 bis 16:00 Uhr
15:00			Frauencafe international 16.00– 18.00Uhr	Pilates mit Bianca (Anmeldung erforderlich)	
16:00					
Zeit	09.02.2026	10.02.2026	11.02.2026	12.02.2026	13.02.2026
9:00	Wocheneinkauf			Lounge ab 10:30 Uhr geöffnet	
10:00	Zeit für Behördliches	Holzscheitl 26	Schneeschuhwanderung mit Katrin& Sophia	Gesundheitstag	Brunch ab Zehn -Breznfrühstück-
11:00			Blick in den Kühlschrank -kost nix-	Wir bewegen Holz Gesunde Snacks	
Mittag	Gaisburger Marsch (Teil II)	Toast Hawaii			Achtsam ins Wochenende
13:00				Wir bewegen Holz	
14:00	Winterwalking mit Sophia			Yoga mit Angele	
15:00			Frauencafe international 16.00– 18.00Uhr	Pilates mit Bianca (Anmeldung erforderlich)	
16:00					
Zeit	16.02.2026	17.02.2026	18.02.2026	19.02.2026	20.02.2026
9:00	Wocheneinkauf		Indoor Pflanzenpflege -Vorbereitung-	Lounge ab 10:30 Uhr geöffnet	
10:00	Zeit für Behördliches	Infotreff Stadtlauf MUC		Gesundheitstag	Brunch ab Zehn Müsli Bowl
11:00			Blick in den Kühlschrank -kost nix-	Gesunde Snacks	
Mittag	Rote Linsensuppe	Erbsenrisotto			Achtsam ins Wochenende
13:00	Kunst im Schaufenster		Indoor Pflanzenpflege - Durchführung -	Antonia zu Gast	
14:00		Loungeversammlung			
15:00				Pilates mit Bianca (Anmeldung erforderlich)	
16:00		Herren Café ab 16:00 Uhr			
Zeit	23.02.2026	24.02.2026	25.02.2026	26.02.2026	27.02.2026
9:00	Wocheneinkauf	Brennpeter mit Katrin Teil I	Brennpeter mit Katrin Teil II	Lounge ab 10:30 Uhr geöffnet	
10:00	Zeit für Behördliches			Gesundheitstag	Brunch ab Zehn -Fasching mit Krapfenessen
11:00					
Mittag	Blumenkohlsuppe	Nudeln mit Tomatensoße	Blick in den Kühlschrank -kost nix-	Gesunde Snacks	
13:00	Arbeit mit Ton	Diamant Painting		Besuch in Bad Wiessee Wir starten in der Lounge ab 12:30 Uhr	
14:00					
15:00					
16:00			Frauencafe international (16.00-18.00Uhr)	Pilates mit Bianca (Anmeldung erforderlich)	