

Regelmäßige Veranstaltungen im Qu33 November / Dezember 2025

Montag

Fit bis 100

Montags 9:30 – 10:30 Uhr, Kurs im Bürgerhaus Seepark

Gerhart-Hauptmann-Straße 1, 79110 Freiburg; 1. OG, Übungsraum)

Kostenpflichtiges Angebot (für BVQ-Mitglieder vergünstigt), Kurs zu je 6 Terminen

Infos und Anmeldung bei:

Astrid Schreiber (Fitness u. Reha-Sport-Trainerin), Tel. 0152. 32 79 40 27



Wassergymnastik im Haslacher Bad

Montags ab 13:45 Uhr

Treffpunkt: Haslacher Bad, 10 Minuten vor Kursbeginn am Drehkreuz im Schwimmbad

Kostenpflichtiges Angebot (für BVQ-Mitglieder vergünstigt), Einstieg jederzeit möglich

Anmeldung vor Ort bei: Volker Wörnhör (Kursleitung)

Fotostammtisch

**Vernissage der neuen Ausstellung
am Freitag, 14.11. um 18 Uhr**

Jeden 2. Montag im Monat, 18 – 19:30 Uhr

Naturfotografie steht im Mittelpunkt. Gäste willkommen!

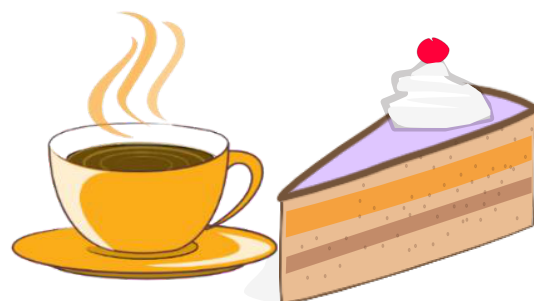
Leitung: Petra Lenz und Frowalt Janzer

Nachmittagscafé „Sahnehäubchen“

Immer am 3. Montag im Monat, 14.30 – 17.30 Uhr

nächste Termine: 17. November und 15. Dezember

Gemütliche Runde bei Kaffee und Kuchen



Quartierstreff Qu33

Wannerstr. 33 | 79106 Freiburg i.Br.
Telefon: 0761. 429 652 69
E-Mail: qu33@quartierstreff.de
Webseite: www.quartierstreff.de

Vereinsgeschäftsstelle

Zähringer Straße 46 | 79108 Freiburg i.Br.
Telefon: 0761. 51044-88
E-Mail: info@quartierstreff.de
Webseite: www.quartierstreff.de

Dienstag

Neuer Kurs ab November!

Bewusst bewegen mit der FELDENKRAIS®-Methode

Dienstags 18:30 bis 20:00 Uhr (Untergeschoss)

Kostenpflichtiges Angebot (für BVQ-Mitglieder vergünstigt), Kurs zu je 6 Terminen.

Infos & Anmeldung bei Hannah Löffler, E-Mail: feldenkrais_freiburg@posteo.de

Sprechzeit im Quartiersbüro:

Dienstag 14:30 – 16:30 Uhr. Nähere Infos im Schaukasten.

Mittwoch

Yoga für Jung und Alt

Mittwochs 17:30 bis 19:00 Uhr (Erdgeschoss)

Kostenpflichtiges Angebot (für BVQ-Mitglieder vergünstigt), Kurs zu je 6 Terminen.

Infos & Anmeldung bei Hedda Reinhardt, E-Mail: reinhardt@url8.com

Donnerstag

Spieletreff

Im Herbst/Winter findet der Spieletreff wieder **jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat ab 18 Uhr statt**. Sabine freut sich auf viele Mitspieler, die gemeinsam Gesellschaftsspiele spielen. Die gängigen Spiele sind vorhanden, eigene Lieblingsspiele können gerne mitgebracht werden.



Yoga Kurs „Entspannt durch den Alltag mit Yoga“

Donnerstags von 19 – 20:30 Uhr, im Untergeschoss

Kostenpflichtiges Angebot (für BVQ-Mitglieder vergünstigt), Kurs zu je 6 Terminen. Infos & Anmeldung bei: Diana Terstiege: Tel. 0176. 21 68 69 80, E-Mail: om@aura-yoga.de

Sprechstunde Alltagshilfe

Donnerstags 10 – 12 Uhr im Quartierstreff Wannerstr.33

Liselotte Irmner (Alltagshilfekoordinatorin),
Tel. 0761. 29 08 66 65 und 0172. 76 39 877,

E-Mail: alltagshilfe@quartierstreff.de



Quartierstreff Qu33

Wannerstr. 33 | 79106 Freiburg i.Br.
Telefon: 0761. 429 652 69
E-Mail: qu33@quartierstreff.de
Webseite: www.quartierstreff.de

Vereinsgeschäftsstelle

Zähringer Straße 46 | 79108 Freiburg i.Br.
Telefon: 0761. 51044-88
E-Mail: info@quartierstreff.de
Webseite: www.quartierstreff.de

Freitag

Gymnastik am Stuhl

Freitags 9:30 – 10:30 Uhr

Kostenpflichtiges Angebot (für BVQ-Mitglieder vergünstigt), Kurs zu je 6 Terminen

Infos & Anmeldung bei: Astrid Schreiber (Fitness u. Reha-Sport-Trainerin) Tel: 0152. 32 79 40 27



Wassergymnastik im Haslacher Bad

Freitags ab 12:45 Uhr

Treffpunkt Haslacher Bad (bitte 10 Min. früher vor Ort sein)

Kostenpflichtiges Angebot (für BVQ-Mitglieder vergünstigt), Einstieg jederzeit möglich.

Anmeldung vor Ort bei Kursleiter Volker Wörnhör

Samstag

Reparatur-Café

Immer am letzten Samstag im Monat im Qu33 (außer Dezember)

Nächster Termin: 29. November

Reparieren statt wegwerfen! Das Team des Reparatur-Cafés schenkt kaputten Elektrogeräten ein zweites Leben!

Abgabe defekter Geräte von 13 – 13:30 Uhr, Abholung 17 Uhr



Vernissage der neuen Fotoausstellung „Licht & Schatten“

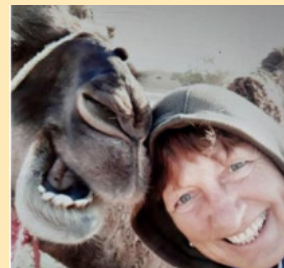
Freitag, 14.11.2025, 18 Uhr
im Qu33, alle Interessierten sind willkommen, Eintritt frei

Gute Laune Training

Kursleitung: Gabriele Lüdecke.
Einzeltermine im Qu33:

Montag, 17.11., Freitag, 12.12.,
Montag, 22.12.2025.

Anmeldung auf: www.yoga-smile.de



Nach Vereinbarung

Versichertenberatung für gesetzl. Rentenversicherte im Qu33
bei Reiner Oesterle (Tel: 0761. 88875025, drv-oesterle@magenta.de)

Quartierstreff Qu33

Wannerstr. 33 | 79106 Freiburg i.Br.
Telefon: 0761. 429 652 69
E-Mail: qu33@quartierstreff.de
Webseite: www.quartierstreff.de

Vereinsgeschäftsstelle

Zähringer Straße 46 | 79108 Freiburg i.Br.
Telefon: 0761. 51044-88
E-Mail: info@quartierstreff.de
Webseite: www.quartierstreff.de