



Programm 2022 (November/Dezember)

Wöchentlich am Dienstag findet die Wirbelsäulengymnastik statt

- bringt Euren Rücken jeden Dienstag ab 19.00 Uhr in der Hohberghalle in Form
- Informationen über Silvia Deiß, Tel.: 06138/6569

Jeden ersten Mittwoch im Monat findet der Nähtreff statt

- näht mit uns ab 19.00 Uhr im Nebenraum der Hohberghalle
- Kostenbeitrag für Nichtmitglieder 3,00 €
- Informationen über Ellen Volbach, Tel.: 01577/1335266

Jeden zweiten Mittwoch im Monat findet der Seniorennachmittag statt

- genießt einen entspannten Nachmittag bei Kaffee und Kuchen oder saisonalen Angeboten (Bsp. 12.10.22 Oktoberfeststimmung) in geselliger Runde ab 15:00 Uhr im Nebenraum der Hohberghalle

Achtung: Terminänderungen vorbehalten!

Workshops, Ausflüge & Co.

<p>Mittwoch, 02. November 2022 19 Uhr - 22 Uhr</p>	<p>Schmerzquellen Faszien Inhalte: <ul style="list-style-type: none"> - Faszien sind trainierbar – Schmerzen vermeidbar! - Training mit der Blackroll - Spüren des eigenen Körpers, der Faszien Beitrag: 18€ für Mitglieder/ 22€ für Gäste Anmeldung: bis spätestens 26.10.2022 Tel: 06731/5495100 Mail: anmeldung@landfrauen-rhein Hessen.de</p>
<p>Samstag, 05. November 2022 12:30 Uhr - 16:30 Uhr</p>	<p>Voll motiviert und fokussiert zum Ziel im Gemeinschaftshaus Wolfsheim, Ringstraße 24, 55578 Wolfsheim Beitrag: 10€ für Mitglieder/85€ für Gäste Anmeldung: bis spätestens 31.10.2022 Tel: 06731/5495100 Mail: anmeldung@landfrauen-rhein Hessen.de</p>

Bei allen kostenpflichtigen Veranstaltungen, für die ihr Euch angemeldet habt, sind die Teilnahmekosten auch bei Nichtteilnahme fällig.

<p>Samstag, 19. November 2022 19 Uhr</p>	<p>Menschen verzaubern – mit schönen Gedanken, Gedichten und Liedern im Camarahaus, Alte Landstraße 30, 55268 Nieder-Olm (festes Schuhwerk mitbringen) Beitrag: 10€ Anmeldung: bis spätestens 11.1.2022 Tel: 06731/5495100 Mail: anmeldung@landfrauen-rhein Hessen.de</p>
<p>Samstag, 26. November 2022 10 Uhr - 13 Uhr oder 14:30 Uhr - 17:30 Uhr</p>	<p>Lavendel-Welten im Haus der Landwirtschaft, Otto-Lilienthal-Str. 4, 55232 Alzey</p> <ul style="list-style-type: none"> - Begrüßungs-Cocktail, Vortrag, Material, Lebensmittel und Getränke - Nutzungsmöglichkeiten von Lavendel - Herstellen von Speisen, Kosmetika etc. - Schürze mitbringen <p>Beitrag: 22€ für Mitglieder/ 26€ für Gäste Anmeldung: bis spätestens 21.11.2022 Tel: 06731/5495100 Mail: anmeldung@landfrauen-rhein Hessen.de</p>
<p>Freitag, 02. Dezember 2022 16:30 Uhr</p>	<p>Film ab – Grease im Kino Cadillac Casablanca, Binger Str. 75, 55218 Bingen Beitrag: 5€ (wird vor Ort bezahlt) Anmeldung: bis spätestens 17.11.2022 Tel: 06731/5495100 Mail: anmeldung@landfrauen-rhein Hessen.de</p>
<p>Dienstag, 06. Dezember 2022</p>	<p>Ebbes zu Dunnke in der Kochlöffelwerkstatt, Weingut Lutz, Brückengasse 40, 55234 Bechtolsheim Workshopinhalt:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Wissenswertes zur Rhein Hessischen Esskultur - Zubereitung perfekter Soßen - Gemeinsames Verkosten mit einem guten Tröpfchen Wein <p>Beitrag: 80€ für Mitglieder/ 145€ für Gäste Anmeldung: bis spätestens 29.11.2022 Tel: 06731/5495100 Mail: anmeldung@landfrauen-rhein Hessen.de</p>

Bei allen kostenpflichtigen Veranstaltungen, für die ihr Euch angemeldet habt, sind die Teilnahmekosten auch bei Nichtteilnahme fällig.