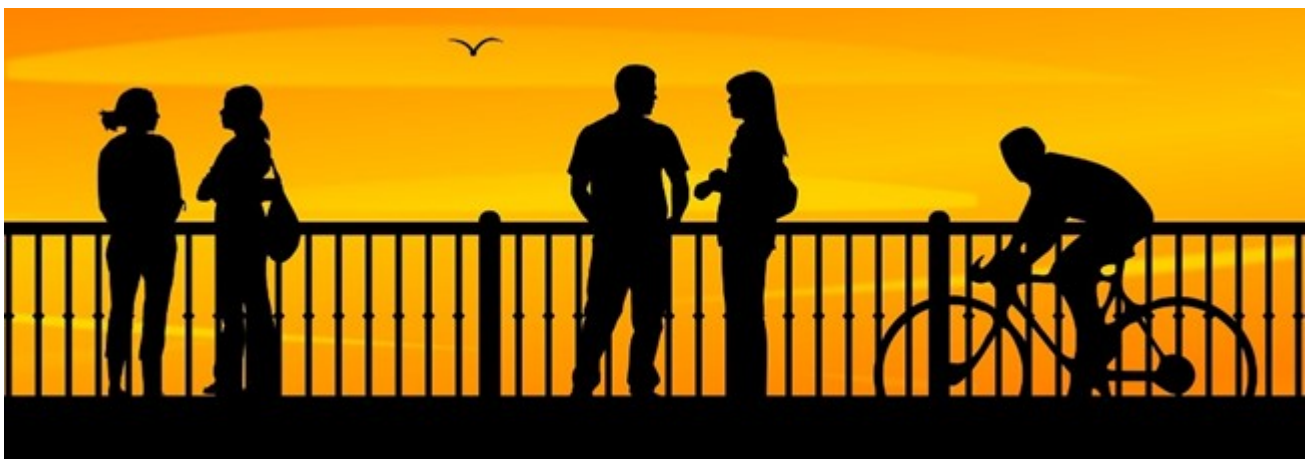




## **Bildung und Medien**

Unter unserem Reiter [„Bildung und Medien“](#) finden Sie sämtliche Informationen zu unserem Englischkurs, unseren PC-Sprechstunden und unserem Gehirnjogging.

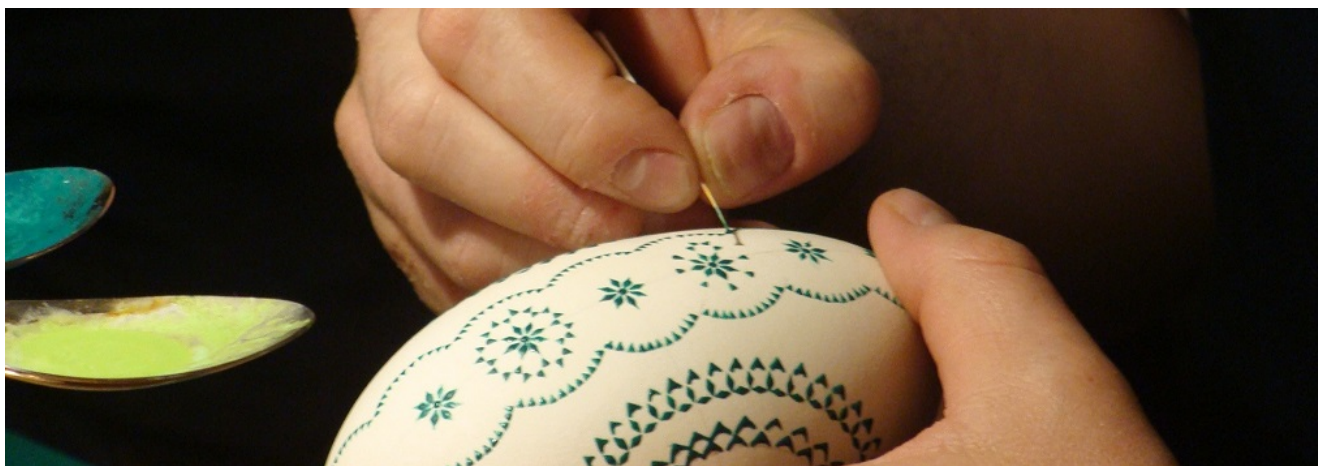


## **Bewegung und Freizeit**

Sie sind darin interessiert, sich sportlich zu betätigen? Dann sind vielleicht unsere Angebote Gymnastik, Tischtennis, Tanzen oder Yoga etwas für Sie. Falls Sie es lieber etwas ruhiger mögen, können wir Ihnen den Fotokurs oder die Modelleisenbahner empfehlen.

Klicken Sie [hier](#), um Näheres zu erfahren und melden Sie sich noch heute an.

---



## Kreatives

Wenn Sie eher der [kreative](#) Typ Mensch sind, empfehlen wir Ihnen unsere Angebote Glaskunst, Handarbeit und kreatives Gestalten Vorort. Des Weiteren verfügen wir über eine Mal- und Zeichenwerkstatt, in welcher Sie gerne aktiv werden können.

---



## Seniorensport

Sport ist im Alter wichtiger denn je, da dieser die Stimmung sowie auch die Psyche und das Wohlbefinden deutlich verbessern kann. Hierfür ist es jedoch wichtig, dass Sie diese sportlichen Tätigkeiten regelmäßig ausüben.

Kommen Sie vorbei und lassen Sie uns gemeinsam fit bleiben. Nähere Infos finden Sie [hier](#).

---

---

[www.spi-ost.de](http://www.spi-ost.de)