

# Daueraktivitäten

Montag 18.30	<b>Vorstandssitzung</b> (2.Montag im Monat)	
Dienstag 09.00 –11.30	<b>Spielkreis</b> (ab 18 Monaten)	<b>Bärbel Saathoff 22954</b>
Dienstag 18.30 - 19.20 19.30 - 20.30	<b>Fitness in Constantia</b> (Schulsporthalle) Basic 50+ Fortgeschrittene	<b>Birgit Kinast 65837</b>
Donnerstag 9.00 – 10.00	<b>Bewegung und Entspannung</b> sanfte Gymnastik 60+ im Constantia-Treff	<b>Birgit Kinast 65837</b>
Donnerstag 09.00 –11.00	<b>Spielkreis</b> (ab 18 Monaten)	<b>Bärbel Saathoff 22954</b>
Donnerstag 15.45	<b>Walking</b> (Treffpunkt Kanuclub)	<b>Birgit Kinast 65837</b>
Freitag 20.00 Nach Absprache	<b>Lebensalben gestalten</b>	<b>Marina Pannhoff-Wolff 954883</b>

## Donnerstags

**20.00 Uhr**  
05.01.2012  
02.02.2012  
01.03.2012  
05.04.2012

## Tanz dir Freude ins Herz (Fortsetzung)

Unter Anleitung tanzen Frauen einfache Tänze aus Folklore und dem Bereich des sakralen Tanzes.

Kostenbeitrag: 3,00 € je Abend

Anmeldung und Info Susanne Kemner 66172 oder 359523

*In Kooperation  
mit der  
Johannesgemeinde*

## Sonntag

**08.01.2012**  
11.00Uhr

## Neujahrsempfang

Wie in jedem Jahr wollen wir wieder mit allen Mitgliedern das neue Jahr begrüßen. Dazu haben wir auch die Politiker und Vertreter der Stadt Emden eingeladen. Es gibt bestimmt einige interessante Aspekte, über die wir diskutieren können.

Info Klaus Engelbrecht 61850

## Sonntag

**ab 08.01.2012**  
( 8 Termine)  
15.00 Uhr  
(Uphuser Meer)

## Nordic Walking

(für Anfänger und Fortgeschrittene)  
Ganzkörpertraining an der frischen Luft für Jung und Alt zur Förderung von Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Kondition.

Termine(2012) : 08.01. 15.01. 22.01. 05.02.  
12.02. 19.02. 26.02. 04.03.

Kosten : 10 € für Mitglieder  
30 € für Noch-nicht-Mitglieder

*In Zusammenarbeit mit dem  
Wassersportverein Uphuser Meer*

Info Birgit Kinast 65837

## Samstag

21.01.2012

12.20 Uhr

## Boßeltour

mit ostfriesischem Buffet

Treffpunkt Constantia Treff

Anmeldung und Info Manfred Kahl 6465

Fahrtkosten und Buffet 20,00 € ( werden auch bei Nichterscheinen fällig)

---

## Donnerstags

26.01.2012

19.30 – 21.00 Uhr

## „Breien, Neien un Proten“

(Strümpfe stricken, Schal + Mütze)

Kleidungsstücke unter fachkundiger Anleitung selbst herstellen, das ist unser Ziel

Bitte mitbringen : Material nach Absprache

Weitere Termine :

09.02. , 23.02. , 08.03. 2012

Info Helga Janssen 66120 und Hannelore Schmidt 65621

---

## Samstag

11.02.2012

20.00 Uhr

## Kohlessen

Mit Kohl, Pinkel und Kassler wollen wir dem ostfriesischen Winter begegnen.

Freuen Sie sich auf den vom Festausschuss persönlich zubereiteten Schmaus

Kostenbeitrag 9,00 €

Anmeldung bis 07.02.2012 Klaus Engelbrecht

---

## Mittwoch

15.02.2012

19.30 Uhr

## Constantia-Gespräche

## „Schokolade für die Seele“

Bei einem Glas Wein wollen wir über die eigenen Lieblingsbücher ins Gespräch kommen

Info Rolf Kemner 66172

---

*In Kooperation  
mit der  
Johannesgemeinde*

## Samstag

17.03.2012

19.30 Uhr

## Irischer Abend

Guinness, Kilkenny und Jameson`s

laden sie zu irischem Trinken ein.

Die gute Stimmung kommt bestimmt dazu.

Info Klaus Engelbrecht 61850 und  
Manfred Kahl 6465

---

## Samstag

14.04.2012

20.00 Uhr

## Seemannsessen (Curryhuhn)

Alle die zur See gefahren sind, werden es kennen. Wir wollen es mit einem

Seemann persönlich zubereiteten.

Kostenbeitrag 9,00 €

Anmeldung bis 10.04.2012 Peter Engels 32700

# **bitte vormerken**

**Samstag 05.05.2012      Jahreshauptversammlung**

**Samstag 12.05.2012      Fahrradtour**

**Samstag 02.06.2012      Spargelessen**

**Freitag 08.06.2012      Fußball-Europameisterschaft**

**Dienstag 17.07.2012      Saisonabschluss Sportgruppen**

Sollten Sie weitere Vorschläge für Aktivitäten haben oder selbst etwas organisieren wollen, so melden Sie sich doch einfach unter [info@constantia-Treff.de](mailto:info@constantia-Treff.de) oder kommen Sie einfach bei der nächsten Vorstandssitzung vorbei.

## ***Es lohnt sich Mitglied im Constantia-Treff zu sein***

Nutzen Sie auch unseren Sonderservice

	Mitglieder	Noch-nicht-Mitglieder		
<b>Grill</b> (120cm x 50 cm)	<b>10,00 €</b>	<b>15,00 €</b>	<b>Manfred Kahl</b>	<b>6465</b>
<b>Biergartengarnituren</b>	<b>3,00 €</b>	<b>5,00 €</b>		
<b>Steh­tisch</b>	<b>3,00 €</b>	<b>5,00 €</b>		
<b>Boßelausstattung mit Fahrradanhänger</b>	<b>5,00 €</b>	<b>10,00 €</b>		
<b>Vertikutierer</b>	<b>5,00 €</b>	<b>=====</b>	<b>Manfred Krause</b>	<b>61933</b>