

# Fortlaufende Angebote im *ella*

**Mo. 10 bis 12 Uhr |  
14-tägig**

Interkulturelles SprachCafé  
für Frauen  
Info & Anmeldung im *ella*

**Mo. 10 bis 12 Uhr | Jeden  
letzten Montag im Monat**

Offene Sprechstunde der  
Elternlotsen im *ella* Café |  
ohne Anmeldung

**Mo. 14 bis 16 Uhr**

Offene Sprechstunde für  
Interkulturelle Ideen  
im Stadtteilbüro (Käkenflur  
16h) | ohne Anmeldung

**Mo. 18.45 Uhr**

Linedance  
Info & Anmeldung:  
Carola & Andreas Holst  
mischmaschdancer@gmx.de

**Di. 11 bis 13 Uhr**

Chor „älter & besser“  
Info & Anmeldung:  
Nele Quaas  
aelter-besser@gmx.de

**Di. 15 bis 17 Uhr**

Offene Sprechstunde für  
Nachbarschaftsprojekte  
im Stadtteilbüro (Käkenflur  
16h) | ohne Anmeldung

**Di. 18 bis 19.30 Uhr**

BenefitYoga® 1  
Info & Anmeldung:  
Beke Hess  
BekeHess@web.de

**Di. 19.30 bis 21 Uhr**

BenefitYoga® 2  
Info & Anmeldung:  
Beke Hess  
BekeHess@web.de

**Mi. 10 bis 11.30 Uhr**

Hatha Yoga am Morgen  
Info & Anmeldung:  
Verena Rolirad  
rolirad@web.de

**ab 13.4.**

**Mi. 16.30 bis 17.30 Uhr**

Sprache im Alltag im *ella* Café  
In Kooperation mit der  
Sprachbrücke-Hamburg e.V.  
Info & Anmeldung im *ella*

**Mi. 18.30 bis 20.30 Uhr**

Improtheater  
Kesselhaustheater  
Info & Anmeldung:  
info@kesselhaustheater.de

**Do. 10 bis 12 Uhr**

Palstek:  
Offene Sprechstunde im *ella*  
Café | ohne Anmeldung

**Do. 14.30 bis 17 Uhr**

Das *ella* Café hat geöffnet  
Leckere Kaffeespezialitäten  
und selbstgemachter  
Kuchen

**Fr. 16.30 bis 18 Uhr |  
Jeden ersten Freitag im  
Monat**

Outdoor-Fitness:  
Bewegt ins Wochenende!  
Treffpunkt vor dem *ella*!  
Ohne Anmeldung.

**So. 17.30 bis 19 Uhr**

Tanzen für Anfänger  
Info & Anmeldung:  
Mike Weidmann  
michael-weidmann@t-online.de

Stand: 25. April 2022