

## Monatsprogramm September 2021

Was?	Wann?	Wo?	Beschreibung
<b>YOGA (in english)</b> - via Zoom -	<b>Monday Thursday Sunday</b> 6-7 pm	With Solmaz / Miguel Register via solmaz.mohadjer@gmail.com	Want to do something fun and active with other people? Join us to improve posture, strengthen your body and concentration, which will increase relaxation and lead to better sleep. No experience needed!
<b>NEW:</b> <b>YOGA (in english)</b> Special beginning Yoga session - via Zoom -	<b>August 2<sup>nd</sup></b> <b>6-7 pm</b> <b>The first Monday of every month</b>	With Solmaz  Register via solmaz.mohadjer@gmail.com	This special beginner session invites you to experience yoga for the first time. It is of course still open to everyone, also to very experienced students.
<b>SPRACHENCAFÉ FÜR FRAUEN</b> - per Skype -	<b>Donnerstags</b> <b>11.30-13.00 Uhr</b>	Per Skype mit Lisa Anmelden unter: mgh@infoe-tuebingen.de	Frauen, die einen Integrationskurs gemacht haben, können einmal pro Woche ihr Deutsch verbessern und Themen des Alltags aktiv angehen.
<b>DEUTSCH- PRAKTISCH</b> Dienstag	<b>Dienstags</b> <b>10.30-12.00 Uhr</b>	Im Garten mit Susi wieder ab 14.09.	Hier können alle, die einen Deutschkurs machen oder abgeschlossen haben, ihr Deutsch verbessern. Neue Wörter lernen und in der Gruppe miteinander sprechen ist dabei zentral.
<b>DEUTSCH – PRAKTISCH</b> Freitag - online und im Garten im Wechsel -	<b>Freitags</b> <b>10.30-12.00 Uhr</b>	Mit Margaret/ Mèhèza Freitags anmelden unter: <a href="https://join.skype.com/cwWJ3tLtY3sx">https://join.skype.com/cwWJ3tLtY3sx</a>	Ab 17.09.2021 An den anderen Freitagen über Skype mit Margaret.
<b>COMPUTERKURS</b>	<b>Mittwochs</b> <b>17:00 - 18:00 Uhr</b>	Im Lehrerzimmer mit Maxi (1.OG) Anmelden unter: mgh@infoe-tuebingen.de	Es wird hier alles gelernt, um einen Computer standardmäßig zu bedienen.  Gerade nur mit vorheriger Anmeldung.
<b>FORRÓ</b>	<b>Montags</b> <b>20.00-22.00 Uhr</b>	Im Café mit Fiona Anmelden unter: mgh@infoe-tuebingen.de  Hier gelten die 3G-Regeln!	Forró ist ein brasilianischer Paartanz, bei dem sich die Partner mit dem ganzen Körper berühren. Wichtige Instrumente sind Zabumba, Sanfona und die Triangel. Die Bewegungen der Partner sind synchron.
<b>TISCHTENNIS UND TISCHKICKER FÜR ALLE</b>	Jeden Tag bis Sonnenuntergang	Im Garten von InFö	Wir haben wieder unsere Tischtennisplatte und Tischkicker aufgebaut. Kommt vorbei und spielt eine Runde!

**Bitte denkt an euren Mund- und Nasenschutz und haltet Abstand!**

**Für Veranstaltungen in Innenräumen gilt die 3G-Regel.**