

Programm für das 1 Halbjahr 2023

Dienstag, 21. März 2023 um 19.00 Uhr: Selbstverteidigung

Selbstverteidigung kann in kurzer Zeit von jedermann (unabhängig von Alter, Geschlecht oder Körperkraft) erlernt werden. Die Trainer der Sandokay Sport Akademie lehren uns für einen Verteidigungsfall, einen Angreifer schnell kampfunfähig zu machen.

Wo? Sandokay Sport Akademie, Albert- Schweizer- Ring 24a, 25524 Itzehoe
Kosten? 10,00 € p.P.
Mitzubringen? Lockere bequeme Kleidung und Turnschuhe oder dicke Socken
Anmeldung? Wencke Ahmling (0174 - 3952726)



Freitag, 12. Mai 2023 um 17.00 Uhr: Tour mit dem Traditionsegler Rigmor auf der Elbe

Unser Kapitän gibt vor der Fahrt einen Einblick in die aufregende Geschichte unseres Traditionsschiffes von 1853 bis heute. Mit der Rigmor sehen wir die schönsten des herrlichen Segelreviers auf der Elbe. Wir erleben die Arbeiten an Bord und dürfen, auf Wunsch, auch selbst Hand anlegen.

Wo? Außenhafen Glückstadt
Kosten? 29,- € vor ab per Überweisung zu zahlen, Kontodaten bei Anmeldung
Anmeldung? Bis zum 05.05. bei Dörte Rüter-Harms (0160-4967185)
Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Donnerstag, 15. Juni 2023 um 18.00 Uhr: Auf den Spuren der Mönche - Klostertour mit Ausblick

Der Stadtrundgang führt durch die Innenstadtgemeinde. Wir starten mit einem Rundgang über das Klostergelände, danach geht es mit den alten Grüften in St. Laurentii, dem Kreuzgang und der Orgel weiter. Als Highlight werden wir den Kirchturm besteigen. Auf der Aussichtsplattform haben wir einen wunderschönen Panoramablick über Itzehoe und Umgebung.

Wo? Start der Führung ist das Klostertor
Kosten? 10,- € + kleine Spende für die Klosterkasse
Anmeldung? Bis zum 01. Juni 2022 bei Anja Michaelis (015154845873)



Die Mitglieder und Gäste besuchen die Veranstaltungen auf eigene Gefahr. Bei allen Veranstaltungen gelten die aktuellen Corona-Hygieregeln. Für Nicht-Mitglieder wird ein zusätzlicher **Gastbeitrag von 5,00 €** pro Veranstaltung erhoben. Die Anmeldungen von Mitgliedern werden bevorzugt berücksichtigt.

Wir sind auch zu erreichen unter www.kreislandfrauen-steinburg.de oder jlf@kreislandfrauen-steinburg.de.