



Frauentreff Ulm e.V. Programm für das 1. Halbjahr 2024 (März bis Juli)

Liebe Frauen,

auch in diesem Jahr haben wir wieder ein abwechslungsreiches Programm für euch zusammengestellt.

Wir hoffen, dass es euch gefällt und ihr zahlreich teilnehmt.

Detailinformationen Unkostenbeiträgen, Programmanpassungen und kurzfristige Änderungen werden ausschließlich über unserer Homepage kommuniziert.

Wegen Renovierungsarbeiten stehen die Vereinsräume des Frauentreffs bis auf Weiteres nicht zur Verfügung. Trotzdem finden die Termine weitestgehend statt.

Meldet euch bitte für den jeweiligen Termin unter frauentreffulm@web.de an, dann wird euch die Veranstaltungsadresse mitgeteilt und wir können euch weitere wichtige Informationen geben.

**Euer Team
vom Frauentreff Ulm**

März

Montag, 04.03.2024

WANTED: Frauen mit Freude am kleinen Ball! - 19 Uhr

Wir treffen uns immer am 1. Montag im Monat im Poolice in Dornstadt um Billard, Minigolf, Tischkicker oder auch Dart zu spielen.

Das Poolice bietet eine Flat für Billard & Minigolf an (10 EUR pro Person).
Natürlich seid ihr „auch so“ willkommen..., als Zuschauerinnen, Beraterinnen etc.
Für Rückfragen WhatsApp unter: 0175/7322674 (Daniela)

Freitag, 08.03.2024

Spieleabend – ab 17:00 bis 20:00 Uhr

Wollt ihr den Tag entspannt in fröhlicher Runde ausklingen lassen, dann kommt im Frauentreff vorbei!

Am heutigen Spieleabend werden verschiedene Spiele vorgestellt, es können bekannte Gesellschaftsspiele gespielt und neue Spiele entdeckt werden. Gerne kannst Du auch ein eigenes Spiel mitbringen, wenn Du auf der Suche nach Mitspielerinnen bist. Neue Gesichter sind immer herzlich willkommen. Wir freuen uns auf euch!



Anmeldung unter [frauentreffulm\(AT\)web.de](mailto:frauentreffulm(AT)web.de) erforderlich.

Samstag, 16.03.2024

Was für ein Theater - 19 Uhr

Raus aus dem muffigen Alltag, hinein in ein kreatives Miteinander, egal ob auf, neben, vor oder hinter den Kulissen.

Hast du Lust und Freude zu schauspielern? Dich zu versuchen, zu improvisieren, Sketche gemeinsam zu entwickeln und auf die Bühne zu bekommen?

Unser erstes Treffen findet am 16.03.2024 um 19 Uhr statt.

Bitte meldet euch unter [frauentreffulm\(AT\)web.de](mailto:frauentreffulm(AT)web.de) an.

Sofern der Frauentreff bis dahin noch nicht nutzbar ist, geben wir rechtzeitig die Ausweichlocation bekannt.

Sonntag, 17.03.2024

Aktiv Sonntag – 11 Uhr

Wir wollen was (und uns!) bewegen! Hierfür sind Aktiv-Sonntage geplant. Je nach Wetter gehen wir zum Badminton/ Squash spielen nach Neu-Ulm, machen eine kleine Wanderung, eine smarte Radtour oder eine Fahrt ins Blaue... Ideen/ Anregungen ausdrücklich erwünscht! Voraussetzung: Es soll ein Programm sein, welches sich für „Alle“ eignet. Im Vordergrund steht die Freude an der Gemeinsamkeit...

Die jeweiligen Aktivitäten werden ca. 1-2 Wochen vorher bekannt gegeben.

Wir beginnen am 17.03.2024 (11:00 Uhr) mit Badminton/ Squash. Bitte meldet euch hierfür bis 10.03. 2024 verbindlich an (bitte auch mitteilen, ob ihr lieber Badminton/ Squash oder evtl. beides mögt/könnt).

Dienstag, 19.03.2024

Kulturtreff - ca. 17 Uhr / 18 Uhr

Anfangszeit und Treffpunkt sind variabel! Bitte auf der Homepage – Kulturtreff informieren. Jede Frau ist (auch spontan) willkommen. Eine Anmeldung erleichtert aber die Planung. Das „Was und Wo und Wann“ ist auf unserer Homepage, spätestens 1 Woche vorher, zu finden. Dies ist ein Angebot, mit einer kleinen Gruppe interessierter Frauen, aktuelle Kunst-Ausstellungen zu besuchen. Ob Fotos, Gemälde, Plastiken, Installationen, ob Archive oder Sonderausstellungen über Technik oder IT, Historie oder Klimaschutz, alles, was interessant erscheint im Ulmer Angebot nehmen wir in den Fokus. Auch gehen wir zusammen ins Kino oder treffen uns im Freien.

Nach der Kultur gibt es einen zweiten Teil, ein lockeres Zusammensitzen in einem gemütlichen Lokal.

Deshalb müssen wir Ort und Zeit unserer Treffen dem ausgewählten Angebot anpassen.

April

Montag, 01.04.2024

WANTED: Frauen mit Freude am kleinen Ball! - 19 Uhr

Wir treffen uns immer am 1. Montag im Monat im Poolice in Dornstadt um Billard, Minigolf, Tischkicker oder auch Dart zu spielen.

Das Poolice bietet eine Flat für Billard & Minigolf an (10 EUR pro Person).

Natürlich seid ihr „auch so“ willkommen..., als Zuschauerinnen, Beraterinnen etc.

Für Rückfragen WhatsApp unter: 0175/7322674 (Daniela)

Montag, 08.04.2024

Spieleabend – ab 17:00 bis 20:00 Uhr

Wollt ihr den Tag entspannt in fröhlicher Runde ausklingen lassen, dann kommt im Frauentreff vorbei!

Am heutigen Spieleabend werden verschiedene Spiele vorgestellt, es können bekannte Gesellschaftsspiele gespielt und neue Spiele entdeckt werden. Gerne kannst Du auch ein eigenes Spiel mitbringen, wenn Du auf der Suche nach Mitspielerinnen bist. Neue Gesichter sind immer herzlich willkommen. Wir freuen uns auf euch!



Anmeldung unter [frauentreffulm\(AT\)web.de](mailto:frauentreffulm(AT)web.de) erforderlich.

Sonntag, 14.04.2024

Frühstück mit Cajon – 10 Uhr

Zu Beginn der Veranstaltung gibt es traditionell ein gemeinsames Frühstück. Alle bringen einen kleinen Beitrag mit. Daraus entsteht ein buntes und leckeres Büfett.

Vom Frauentreff werden Kaffee, Tee, Brot, Brötchen und Butter bereitgestellt.

Ab 11 Uhr beginnt der thematische Teil des Vormittags. Mit Unkostenbeitrag.



Anmeldung unter [frauentreffulm\(AT\)web.de](mailto:frauentreffulm(AT)web.de) erforderlich.

Thematischer Teil:

Zum Auftakt unserer Cajon-Projektgruppe stellen wir diese klangvolle Holzkiste im Rahmen des Frauenfrühstücks vor.

Die Cajon wird heutzutage als Rhythmusinstrument in nahezu allen Musikrichtungen angewandt – wir geben einen ersten Überblick: Bauarten, Spielmöglichkeiten etc.

Wer Interesse hat, dieses vielseitige Instrument kennenzulernen, sei herzlich eingeladen.

Die Cajongruppe trifft sich ab Mai jeden 2. und 4. Dienstag um 19:15 Uhr im Frauentreff.
Kosten: Mitfrauen kostenlos, Nicht-Mitfrauen 5,-EUR.

By the way...: Einige Cajon-Frauen probieren sich auch beim „Singen auf See“ (21.-24.November 2024) aus. Falls noch jemand Lust hat, meldet euch direkt an oder meldet euch für mehr Info's (Anfahrt etc.) bei daniela@derzwieback.de

Das Programm ist einzusehen unter <https://singen-auf-see.de/finland-herbst/>

Montag, 15.04.2024

Literaturgruppe – 17 Uhr

Lesen macht Spaß, informiert und eröffnet neue Erfahrungen, indem frau die Welt mit den Augen eines anderen Menschen sieht. Wir suchen die Bücher gemeinsam aus und treffen uns montags alle vier bis sechs Wochen, um sie dann in gemütlicher Runde zu besprechen. Neue Interessentinnen sind immer willkommen.



Freitag, 19.04.2024

Freitagskneipe - 18:30 – 22:00 Uhr

Wollt' ihr den Tag entspannt ausklingen lassen, dann kommt im Treff vorbei.

Es bleibt auch genügend Raum für chillen, Tischkick spielen, Musik hören oder neue Kontakte zu Frauen knüpfen. Neue Gesichter sind immer herzlich willkommen. Wir freuen uns auf euch. Getränke gibt's – Essen kann bestellt werden.

Donnerstag, 25.04.2024

Renntag/Fitnessbike Gruppe – 17:30 Uhr

Wir fahren eine ca. 30 km Runde auf vorwiegend geteerten Wegen um Ulm. Für alle Radlerinnen geeignet. Gemeinsamer Spaß ist das Wichtigste. Anschließend ist eine gemütliche Einkehr geplant.

Um Anmeldung über [frauentreffulm\(AT\)web.de](mailto:frauentreffulm(AT)web.de) bis 1 Tag vorher wird gebeten.

Treffpunkt 17.30 am Frauentreff

Sonntag, 28.04.2024

Aktiv Sonntag – 11 Uhr

Wir wollen was (und uns!) bewegen! Hierfür sind Aktiv-Sonntage geplant. Je nach Wetter gehen wir zum Badminton/ Squash spielen nach Neu-Ulm, machen eine kleine Wanderung, eine smarte Radtour oder eine Fahrt ins Blaue... Ideen/ Anregungen ausdrücklich erwünscht! Voraussetzung: Es soll ein Programm sein, welches sich für „Alle“ eignet. Im Vordergrund steht die Freude an der Gemeinsamkeit...

Die jeweiligen Aktivitäten werden ca. 1-2 Wochen vorher bekannt gegeben.

Mai

Montag, 06.05.2024

Spieleabend – ab 17:00 bis 20:00 Uhr

Wollt ihr den Tag entspannt in fröhlicher Runde ausklingen lassen, dann kommt im Frauentreff vorbei!

Am heutigen Spieleabend werden verschiedene Spiele vorgestellt, es können bekannte Gesellschaftsspiele gespielt und neue Spiele entdeckt werden. Gerne kannst Du auch ein eigenes Spiel mitbringen, wenn Du auf der Suche nach Mitspielerinnen bist. Neue Gesichter sind immer herzlich willkommen. Wir freuen uns auf euch!



Anmeldung erbeten unter: [frauentreffulm\(AT\)web.de](mailto:frauentreffulm(AT)web.de)

Montag, 06.05.2024

WANTED: Frauen mit Freude am kleinen Ball! - 19 Uhr

Wir treffen uns immer am 1. Montag im Monat im Poolice in Dornstadt um Billard, Minigolf, Tischkicker oder auch Dart zu spielen.

Das Poolice bietet eine Flat für Billard & Minigolf an (10 EUR pro Person).

Natürlich seid ihr „auch so“ willkommen..., als Zuschauerinnen, Beraterinnen etc.

Für Rückfragen WhatsApp unter: 0175/7322674 (Daniela)

Dienstag, 07.05.2024

Kulturtreff - ca. 17 Uhr / 18 Uhr

Anfangszeit und Treffpunkt sind variabel! Bitte auf der Homepage – Kulturtreff informieren. Jede Frau ist (auch spontan) willkommen. Eine Anmeldung erleichtert aber die Planung. Das „Was und Wo und Wann“ ist auf unserer Homepage, spätestens 1 Woche vorher, zu finden. Dies ist ein Angebot, mit einer kleinen Gruppe interessierter Frauen, aktuelle Kunst-Ausstellungen zu besuchen. Ob Fotos, Gemälde, Plastiken, Installationen, ob Archive oder Sonderausstellungen über Technik oder IT, Historie oder Klimaschutz, alles, was interessant erscheint im Ulmer Angebot nehmen wir in den Fokus. Auch gehen wir zusammen ins Kino oder treffen uns im Freien.

Nach der Kultur gibt es einen zweiten Teil, ein lockeres Zusammensitzen in einem gemütlichen Lokal.

Deshalb müssen wir Ort und Zeit unserer Treffen dem ausgewählten Angebot anpassen.

Freitag, 10.05.2024

Freitagskneipe mit Tischkickturnier - 18:30 – 22:00 Uhr

Tooooooooooor! Im Frauentreff entflammt das Fußballfieber, wenn am Tischkicker um die Punkte gekämpft wird.

Wir brauchen EUCH als Mitspielerinnen und Fans, damit es wieder ein lustiger und spannender Abend wird. Ihr könnt als Team oder als Einzelspielerin antreten. Bei spontan auftretender Spiellust bist du aber auch herzlich willkommen und findest bestimmt noch eine Mitspielerin.

Getränke gibt es, Essen kann bestellt werden

Dienstag, 14.05.2024

Cajon-Gruppe – 19.15 Uhr

Die Cajongruppe trifft sich jeden 2. und 4. Dienstag um 19:15 Uhr im Frauentreff.
Kosten: Mitfrauen kostenlos, Nicht-Mitfrauen 5,-EUR

Sonntag, 26.05.2024

Aktiv Sonntag – 11 Uhr

Wir wollen was (und uns!) bewegen! Hierfür sind Aktiv-Sonntage geplant. Je nach Wetter gehen wir zum Badminton/ Squash spielen nach Neu-Ulm, machen eine kleine Wanderung, eine smarte Radtour oder eine Fahrt ins Blaue... Ideen/ Anregungen ausdrücklich erwünscht! Voraussetzung: Es soll ein Programm sein, welches sich für „Alle“ eignet. Im Vordergrund steht die Freude an der Gemeinsamkeit...

Die jeweiligen Aktivitäten werden ca. 1-2 Wochen vorher bekannt gegeben.

Dienstag, 28.05.2024

Cajon-Gruppe – 19.15 Uhr

Die Cajongruppe trifft sich jeden 2. und 4. Dienstag um 19:15 Uhr im Frauentreff.
Kosten: Mitfrauen kostenlos, Nicht-Mitfrauen 5,-EUR

Juni

Montag, 03.06.2024

Literaturgruppe - 17 Uhr

Lesen macht Spaß, informiert und eröffnet neue Erfahrungen, indem frau die Welt mit den Augen eines anderen Menschen sieht. Wir suchen die Bücher gemeinsam aus und treffen uns montags alle vier bis sechs Wochen, um sie dann in gemütlicher Runde zu besprechen. Neue Interessentinnen sind immer willkommen.



Montag, 03.06.2024

WANTED: Frauen mit Freude am kleinen Ball! - 19 Uhr

Wir treffen uns immer am 1. Montag im Monat im Poolice in Dornstadt um Billard, Minigolf, Tischkicker oder auch Dart zu spielen.

Das Poolice bietet eine Flat für Billard & Minigolf an (10 EUR pro Person).

Natürlich seid ihr „auch so“ willkommen..., als Zuschauerinnen, Beraterinnen etc.

Für Rückfragen WhatsApp unter: 0175/7322674 (Daniela)

Freitag, 07.06.2024

Offene Freitagskneipe für ALLE Interessierte – ab 18:30 Uhr

Mit einem bunten Programm aus Rückblick auf die spannende 40-jährige Geschichte des Vereins, Auszüge aus dem aktuellen Programm, offenen Gesprächsrunden, interaktiven Spielen, musikalisch und humoristisch abgerundet durch verschiedene Aktionsgruppen.

Dienstag, 11.06.2024

Cajon-Gruppe – 19.15 Uhr

Die Cajongruppe trifft sich jeden 2. und 4. Dienstag um 19:15 Uhr im Frauentreff.

Kosten: Mitfrauen kostenlos, Nicht-Mitfrauen 5,-EUR

Donnerstag, 20.06.2024

Rennrad/Fitnessbike Gruppe – 17:30 Uhr

Wir fahren eine ca. 30 km Runde auf vorwiegend geteerten Wegen um Ulm. Für alle Radlerinnen geeignet. Gemeinsamer Spaß ist das Wichtigste. Anschließend ist eine gemütliche Einkehr geplant.

Um Anmeldung über [frauentreffulm\(AT\)web.de](mailto:frauentreffulm(AT)web.de) bis 1 Tag vorher wird gebeten.

Treffpunkt 17.30 am Frauentreff

Freitag, 21.06.2024

Freitagskneipe und Programmplenum - 18:30 – 22:00 Uhr

Wollt' ihr den Tag entspannt ausklingen lassen, dann kommt im Treff vorbei.

Es bleibt auch genügend Raum für chillen, Tischkick spielen, Musik hören oder neue Kontakte zu Frauen knüpfen.

Neue Gesichter sind immer herzlich willkommen. Wir freuen uns auf euch. Getränke gibt's – Essen kann bestellt werden.

Den Abend wollen wir auch nutzen für das Programmplenum.

Willst du auch weiterhin ein abwechslungsreiches und umfangreiches Programm, dann komm vorbei und arbeite am neuen Programm mit.

Dienstag, 25.06.2024

Cajon-Gruppe – 19.15 Uhr

Die Cajongruppe trifft sich jeden 2. und 4. Dienstag um 19:15 Uhr im Frauentreff.

Kosten: Mitfrauen kostenlos, Nicht-Mitfrauen 5,-EUR

Für alle Veranstaltungen gilt: Teilnahme auf eigenes Risiko. Der Frauentreff Ulm e.V. übernimmt keine Haftung.

Sonntag, 30.06.2024

Aktiv Sonntag – 11 Uhr

Wir wollen was (und uns!) bewegen! Hierfür sind Aktiv-Sonntage geplant. Je nach Wetter gehen wir zum Badminton/ Squash spielen nach Neu-Ulm, machen eine kleine Wanderung, eine smarte Radtour oder eine Fahrt ins Blaue... Ideen/ Anregungen ausdrücklich erwünscht! Voraussetzung: Es soll ein Programm sein, welches sich für „Alle“ eignet. Im Vordergrund steht die Freude an der Gemeinsamkeit...

Die jeweiligen Aktivitäten werden ca. 1-2 Wochen vorher bekannt gegeben.

Juli

Montag, 01.07.2024

WANTED: Frauen mit Freude am kleinen Ball! - 19 Uhr

Wir treffen uns immer am 1. Montag im Monat im Poolice in Dornstadt um Billard, Minigolf, Tischkicker oder auch Dart zu spielen.

Das Poolice bietet eine Flat für Billard & Minigolf an (10 EUR pro Person).

Natürlich seid ihr „auch so“ willkommen..., als Zuschauerinnen, Beraterinnen etc.

Für Rückfragen WhatsApp unter: 0175/7322674 (Daniela)

Dienstag, 02.07.2024

Kulturtreff - ca. 17 Uhr / 18 Uhr

Anfangszeit und Treffpunkt sind variabel! Bitte auf der Homepage – Kulturtreff informieren. Jede Frau ist (auch spontan) willkommen. Eine Anmeldung erleichtert aber die Planung. Das „Was und Wo und Wann“ ist auf unserer Homepage, spätestens 1 Woche vorher, zu finden. Dies ist ein Angebot, mit einer kleinen Gruppe interessierter Frauen, aktuelle Kunst-Ausstellungen zu besuchen. Ob Fotos, Gemälde, Plastiken, Installationen, ob Archive oder Sonderausstellungen über Technik oder IT, Historie oder Klimaschutz, alles, was interessant erscheint im Ulmer Angebot nehmen wir in den Fokus. Auch gehen wir zusammen ins Kino oder treffen uns im Freien.

Nach der Kultur gibt es einen zweiten Teil, ein lockeres Zusammensitzen in einem gemütlichen Lokal.

Deshalb müssen wir Ort und Zeit unserer Treffen dem ausgewählten Angebot anpassen.

Freitag, 05.07.2024

Spieleabend – ab 17:00 bis 20:00 Uhr

Wollt ihr den Tag entspannt in fröhlicher Runde ausklingen lassen, dann kommt im Frauentreff vorbei!

Am heutigen Spieleabend werden verschiedene Spiele vorgestellt, es können bekannte Gesellschaftsspiele gespielt und neue Spiele entdeckt werden. Gerne kannst Du auch ein eigenes Spiel mitbringen, wenn Du auf der Suche nach Mitspielerinnen bist. Neue Gesichter sind immer herzlich willkommen. Wir freuen uns auf euch!



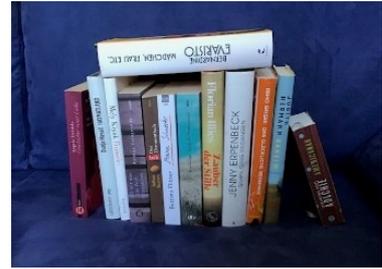
Anmeldung erbeten unter: [frauentreffulm\(AT\)web.de](mailto:frauentreffulm(AT)web.de)

Für alle Veranstaltungen gilt: Teilnahme auf eigenes Risiko. Der Frauentreff Ulm e.V. übernimmt keine Haftung.

Montag, 08.07.2024

Literaturgruppe - 17 Uhr

Lesen macht Spaß, informiert und eröffnet neue Erfahrungen, indem man die Welt mit den Augen eines anderen Menschen sieht. Wir suchen die Bücher gemeinsam aus und treffen uns montags alle vier bis sechs Wochen, um sie dann in gemütlicher Runde zu besprechen. Neue Interessentinnen sind immer willkommen.



Dienstag, 09.07.2024

Cajon-Gruppe – 19.15 Uhr

Die Cajongruppe trifft sich jeden 2. und 4. Dienstag um 19:15 Uhr im Frauentreff.
Kosten: Mitfrauen kostenlos, Nicht-Mitfrauen 5,-EUR

Samstag, 13.07.2024

Discokegeln – 18.30 Uhr

Das Discokegeln ist eine Form aus Kegeln 🎳 und Party 🎉.
Also eine perfekte Mischung für alle die gerne Spaß haben.

An diesem Abend wird euch Discomusik, aufgelegt von unserer DJ Annette, den ganzen Abend begleiten. Es darf gerne auch getanzt werden.

Die Sportgaststätte Vöhringen bietet auch leckeres Essen und Getränke während des Abends an.

Wo: Sportgaststätte Vöhringen
SC Vöhringen e. V.
Sportparkstraße 10
89269 Vöhringen

Wir haben die Kegelbahnen für unsere private Veranstaltung des Frauentreffs gebucht. Hierzu seid ihr herzlich eingeladen. Anmeldeschluss: Mittwoch, 03.07.2024 – Anmeldung bitte per Mail an [frauentreffulm\(AT\)web.de](mailto:frauentreffulm(AT)web.de)

Dienstag, 25.06.2024

Cajon-Gruppe – 19.15 Uhr

Die Cajongruppe trifft sich jeden 2. und 4. Dienstag um 19:15 Uhr im Frauentreff.
Kosten: Mitfrauen kostenlos, Nicht-Mitfrauen 5,-EUR

Sonntag, 28.07.2024

Aktiv Sonntag – 11 Uhr

Wir wollen was (und uns!) bewegen! Hierfür sind Aktiv-Sonntage geplant. Je nach Wetter gehen wir zum Badminton/ Squash spielen nach Neu-Ulm, machen eine kleine Wanderung, eine smarte Radtour oder eine Fahrt ins Blaue... Ideen/ Anregungen ausdrücklich erwünscht! Voraussetzung: Es soll ein Programm sein, welches sich für „Alle“ eignet. Im Vordergrund steht die Freude an der Gemeinsamkeit...

Die jeweiligen Aktivitäten werden ca. 1-2 Wochen vorher bekannt gegeben.
