



Januar  
bis Juni  
2024



# Herzlich willkommen!

**SBV**  
WOHNEN UND LEBEN.



P

R

O

G

R

A

M

M



## Angebotspalette



Beisammensein & Klönen



Kochen & Genießen



Spiel & Spaß



Kreatives Gestalten



Musik & Gesang



Treffen & Helfen



Sport & Bewegung



Highlights

# Mittelpunkt Mensch

„Schön, dass Sie reinschauen!“

Mit dem SBV-Gemeinschaftshaus 360° haben wir einen Ort etabliert, in dem generationsübergreifende Begegnungen möglich sind. Hier heißen wir Alleinstehende, Familien, Alt und Jung, sowie Menschen mit und ohne Behinderung herzlich willkommen. Mit einem vielfältigen Programm möchten wir das nachbarschaftliche Miteinander fördern und Gleichgesinnte zusammenführen. Machen Sie sich gerne selbst ein Bild und blättern Sie unseren Veranstaltungskalender durch: Rund 50 Kurse sozialer, sportlicher und kultureller Art werden im Monat angeboten; die meisten Angebote sind kostenfrei oder wir bitten nur um eine geringe Kostenbeteiligung.

Nicht nur mit dem 360°, sondern auch mit unserem Quartiersmanager sowie dem Forum Fruerlund verbessern wir die soziale Infrastruktur und somit die Lebensverhältnisse im Quartier. Damit schaffen wir in Fruerlund einen lebendigen Stadtteil, in dem sich Menschen jedes Alters und aus allen sozialen und kulturellen Schichten wohlfühlen. Alle unsere Aktivitäten stehen allen Flensburgern, unabhängig von einer bestehenden Mitgliedschaft in unserer Wohnungsbaugenossenschaft, offen.

**Anmeldungen für die Highlights  
bitte bei:**

Sandra Seemann  
Tel 0461 31560-191  
[sseemann@sbv-flensburg.de](mailto:sseemann@sbv-flensburg.de)

**Sommerpause im 360°:**

22. Juli bis  
9. August 2024

# Ihre Ansprechpartner

## Leitung 360°

Im SBV-Gemeinschaftshaus 360° ist Sandra Seemann für die Gestaltung des Programms verantwortlich und hat bei der Organisation sowie der Durchführung der Veranstaltungen die Fäden in der Hand. Sie ist Ansprechpartnerin für alle Besucher und das gesamte 360°-Team, das für die Vielzahl an geselligen, kreativen und sportlichen Angeboten tatkräftig im Einsatz ist. **Verstärkung ist herzlich willkommen.** Möchten Sie sich für die Gemeinschaft, Ihre Nachbarn und das Quartier ehrenamtlich engagieren und im 360° mitarbeiten? Haben Sie Ideen und Anregungen für das Programm? Sandra Seemann freut sich auf Ihren Anruf.

Sandra Seemann  
Tel 0461 31560-191  
[sseemann@sbv-flensburg.de](mailto:sseemann@sbv-flensburg.de)

## Der Quartiersmanager

Unser langjähriger SBV-Sozialarbeiter Frank Raguse ist Ansprechpartner vor Ort für alle Bewohner in Fruerlund sowie weiterhin Ansprechpartner für die klassische soziale Einzelfallhilfe. Alle Menschen können sich auch ohne Mitgliedschaft beim SBV vertrauensvoll an ihn wenden. Der Quartiersmanager ist im Stadtteil unterwegs, sucht die Menschen aber auch in ihren Wohnungen auf. Er setzt Impulse, die das bürgerschaftliche Engagement weiter stärken und zu einem nachbarschaftlichen Miteinander führen. Im 360° unterstützt Frank Raguse insbesondere generationsübergreifende Ideen und Angebote.

Frank Raguse  
Tel 0461 31560-391  
[fraguse@sbv-flensburg.de](mailto:fraguse@sbv-flensburg.de)

## Raum für Ihre Feier

An Wochenenden können Sie als Mitglied des SBV die flexibel geschnittenen Räume des Gemeinschaftshauses mit voll ausgestatteter Küche für Ihre privaten Anlässe mieten, zum Beispiel für Konfirmationen, Taufen oder Geburtstagsfeiern.

Petra Möller informiert Sie gern über die Konditionen und nimmt Ihre Buchung entgegen.

Petra Möller  
Tel 0461 315450-10  
[pmoeller@sbv-flensburg.de](mailto:pmoeller@sbv-flensburg.de)



Sandra Seemann



Frank Raguse



**SBV**  
WOHNEN UND LEBEN.



Petra Möller



Beisammensein  
& Klönen



## Siggis Strickclub

Stricken, Häkeln, Sticken und Schnacken.

Sieglinde Kloske freut sich auf viele Teilnehmer in ihrem Treff. Neulinge können hier vom Wissen der erfahreneren Handarbeiterinnen profitieren. Das Klönen kommt dabei natürlich nicht zu kurz.

Nehmen Sie bitte Ihre eigenen Nadeln, Wolle etc. mit.

**jeden 3. und 4. Mittwoch,  
14.30–16.30 Uhr**



## Snacken un Vertellen

Ein Treff für Liebhaber der plattdeutschen Sprache!  
In unserer Runde wollen wir fröhlich „op Platt schnacken“  
und Texte plattdeutscher Autoren lesen. Lassen Sie uns das  
Plattdeutsche lebendig erhalten!

**jeden 3. Montag,  
10.00 – 11.30 Uhr**



## Lesetreff

Bei Kaffee oder Tee wird ein gemeinsam ausgewähltes Buch  
gelesen und dann darüber gesprochen. Wenn Sie ein beson-  
deres Buch haben, das Sie vorstellen möchten, bringen Sie  
dies gern mit. Die Gruppe ist für alle Vorschläge offen.

**jeden 1. Freitag,  
10.00–11.30 Uhr**



## Coffee & Talk

### Englischrunde für Fortgeschrittene

If you don't use it, you'll lose it. So practise your second language in our round of Coffee & Talk! Small talk breaks the ice, so don't be shy and join us!

**Anmeldung auf Warteliste möglich.**

**jeden 1. und 3. Mittwoch, 10.00–12.00 Uhr**



**In den anderen Wochen heißt es im Büchercafé im Erdgeschoss von 10.00–12.00 Uhr:**

“Let's have a chat! Everybody's welcome.”



## „Let's talk“ Englisch für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen

mit Aniko Kürthy

**jeden 1. und 3. Donnerstag,  
14.30–16.00 Uhr**





Kochen  
& Genießen



## Kochtreff

Bärbel Westphal leitet den Kochtreff an.

Hier wird gesund gekocht, und alte Rezepte werden neu entdeckt. Gelegentlich gibt es auch Vegetarisches.

Es fällt eine Lebensmittelumlage an.

**jeden 2. Montag,  
10.00–13.00 Uhr**



## Männer-Kochrunde

Mann kann!

Mit viel Spaß sind Männer unter sich und kochen ihre Lieblingsgerichte passend zur Jahreszeit oder auch mal Exotisches oder Vegetarisches. Nach getaner Arbeit wird gemeinsam

gegessen. Für die richtigen Kniffe beim

Kochen steht Ihnen Hans Zemke beratend zur Seite.

Es fällt eine Lebensmittelumlage an.

Der aktuelle Kurs ist leider voll.

Bitte nachfragen.

**jeden 4. Montag,  
18.00–21.00 Uhr**



## Männer-Kochrunde 2

Auch hier wird mit Hans Zemke fleißig geschneipelt, gekocht und anschließend in geselliger Runde zusammen gegessen.

**Anmeldung auf Warteliste möglich.**

**Jeden 1. Montag,  
18.00–21.00 Uhr**

## Spielenachmittag – Verspielte Menschen jedes Alters

An unserem Spielenachmittag spielt Ute Jahnke mit Jung und Alt Brett- und Kartenspiele. Bei Kaffee und Kuchen können Sie in lustiger Runde einen gemütlichen Nachmittag verbringen. Gerne dürfen Sie auch Ihre eigenen Spiele mitbringen. Es finden sich auf jeden Fall Gleichgesinnte.

**jeden 1. und 3. Montag,  
14.00–17.00 Uhr**

## Generationen- Schokoladen-Bingo

POTT! Jeder bringt – ob aus Schokolade, Marzipan, Krokant – eine Süßigkeit mit, die dann in der Gruppe verspielt wird. Mit Spaß für alle Generationen und in entspannter Atmosphäre führt Sonja Schleef durch den Nachmittag.

**jeden 2. und 4. Montag,  
14.00–17.00 Uhr**



Spiel  
& Spaß

## Skat-Runde



Gut Blatt! Begeisterte Skat-Spielerinnen und -Spieler treffen sich in der wöchentlich stattfindenden Skat-Runde von Sieglinde Kloske.

**jeden Montag,  
14.00–17.00 Uhr**

**Hinweis:** An Feiertagen und an einem 5. Montag im Monat findet kein Skat statt.

## „Doppelkopf-Runde“

Zweimal im Monat wird im Büchercafé Doppelkopf gespielt. Neue Mitspieler sind herzlich willkommen. Auch für Anfänger geeignet.

**jeden 1. und 3. Dienstag,  
15.00–17.00 Uhr**

Bei Interesse bitte bei Sandra Seemann anmelden.

## „Spielerunde im Büchercafé“

Für alle, die Spaß am Spielen haben. Zur Auswahl stehen Brett- und Kartenspiele. Eigene Spiele dürfen gern mitgebracht werden.

**jeden 3. Samstag,  
15.00 Uhr**



Kreatives  
Gestalten

## Schreibwerkstatt im 360°

„Spätlesen“ der besten Jahrgänge entfalten ihre Talente, die auch Elemente des biographischen Schreibens enthalten. Lebhafter Gedankenaustausch und neue Inspirationen lassen in dieser kreativen Runde viele verschiedene Kurzgeschichten entstehen.

**jeden 1. und 3. Mittwoch,  
10.00–12.00 Uhr**



## Acrylmalerei

Seien Sie kreativ! Ob Anfänger oder Fortgeschrittene: Mitmachen und gemeinsam etwas Tolles schaffen. Roswitha Siefert hilft Ihnen mit Tipps und steht für Fragen zur Seite. Kleine Materialkostenumlage.

**jeden 2. und 3. Donnerstag,  
15.00–17.00 Uhr**

## Kreativ-Werkstatt

Kirsten Trems-Knoche bietet Ihnen die Möglichkeit, die „Encaustic-Technik“ (Wachsmalkunst mit Maleisen) kennenzulernen und damit zu experimentieren. Material ist vorhanden. Es fällt eine Materialkostenumlage an.

**jeden 3. Mittwoch  
15.00–17.00 Uhr**



## Kreative Ecke: Stricken, Häkeln und mehr

Wer hat Lust auf Häkeln und Stricken? Der Kreativtreff mit Susanne Kitzig wartet auf Teilnehmer. Alle Generationen sind eingeladen, in geselliger Runde gemeinsam Spaß am Handarbeiten zu haben. Besonders auch für Kinder ist das Häkeln geeignet und Susanne Kitzig hat Freude an der Anleitung.

Anmeldungen bitte bei  
Sandra Seemann.

**geplant: samstags,  
zweimal im Monat  
14.00–16.00 Uhr**



**Die Gruppe macht bis auf Weiteres eine Pause. Bei Interesse gerne nachfragen.**

## Offener Mal-Treff

Malen in Gemeinschaft mit Kirsten Trems-Knoche. Sie dürfen eigene Malutensilien/Farben mitbringen oder die vorhandenen nutzen.

**jeden 2. und 4. Montag,  
10.30–12.30 Uhr**

## Basteln

Verena Lorenzen bastelt mit Ihnen passend zur Jahreszeit schöne Fensterbilder. Es gibt Kaffee, Kuchen oder auch mal ein Schmalzbrot ... und Klönschnack sowieso. Es fällt eine kleine Umlage für die Materialkosten an.

**jeden 2. und 4. Mittwoch,  
14.00–16.30 Uhr**



Musik &  
Gesang



## Singen zur Gitarre

Wo man singt, da lass dich nieder!

Cordula Peters singt mit Ihnen bekannte Lieder und begleitet den Gesang mit der Gitarre. Gern können

Sie auch Ihre Lieblingslieder mitnehmen, damit diese in der Gruppe gesungen werden können.

**jeden 2. und 4. Freitag,  
10.00–11.30 Uhr**



## Freundeskreis I

Der Freundeskreis Ost ist eine Selbsthilfegruppe für alkoholranke Menschen. Hier finden Sie Hilfe und Unterstützung in der Gemeinschaft. Natürlich kann die Selbsthilfegruppe auch von Angehörigen aufgesucht werden.

**jeden Mittwoch,  
19.00–22.00 Uhr**

## Freizeitgruppe

Freizeit, Kultur und Natur ... gemeinsam aktiv zu sein, ist das Ziel der Gruppe. Gemeinsam werden Aktivitäten in unterhaltender Atmosphäre geplant, alle Ideen sind willkommen.

Bei Interesse Anmeldung für den einmal im Monat stattfindenden Treff bitte über Sandra Seemann, 360°.

**jeden 1. Donnerstag,  
17.00–18.30 Uhr**

## Freundeskreis II

Jeden Donnerstag findet der Freundeskreis II statt. Er dient als Anlaufstelle für Suchtkranke und deren Angehörige. In dieser Selbsthilfegruppe treffen Sie auf Menschen, die Ihnen mit Verständnis und Erfahrung zur Seite stehen.

**jeden Donnerstag,  
19.30–22.30 Uhr**

## Selbsthilfegruppe der Kehlkopflösen

Austausch von Betroffenen.

**Kontakt** 04621 4376

**jeden 3. Samstag,  
14.30 – 18.30 Uhr**

## Aktive Singles

An jedem ersten Freitag im Monat können Sie hier nette Menschen kennenlernen. Der Treff ist offen für Singles jeden Alters. Es werden gemeinsame Aktivitäten geplant.

**jeden 1. Freitag,  
19.00 – 21.00 Uhr**



Treffen  
& Helfen



## Seniorenbesuche Flensburg e. V.

Der Besuchsdienst unter der Leitung von Sabine Steglich kümmert sich um kranke, alleinstehende oder einsame Menschen. Es finden monatliche Treffen zum gemeinsamen Austausch statt.

**jeden 2. Montag,  
18.00 – 21.00 Uhr**

## LEA-Leseclub

Eine muntere Inklusionsmaßnahme für Menschen mit und ohne Behinderung. „Lesen-Quatschen-Lachen“ ist das Motto der Teilnehmenden im Büchercafé des 360° (Erdgeschoss).

Friedrich Thordsen hält die Kontakte zur Uni und zur Lebenshilfe e. V. in Flensburg.

**ab 4. Januar 2024,  
zweimal im Monat,  
donnerstags  
16.30 – 18.00 Uhr**



Sport &  
Bewegung



## Der besondere Spaziergang ...

... für Jung und Alt mit Wilhelm Hanl. Keine Vorkenntnisse erforderlich, aber wetterfeste Sportkleidung. Treffpunkt „Vitalparcours am Mühlenholz“. Von dort geht es in den Volkspark mit diversen Übungen an verschiedenen Standorten.

**zweimal monatlich,  
samstags, 14.00–15.00 Uhr**

13. + 27. Januar 2024  
10. + 24. Februar 2024  
09. + 23. März 2024  
13. + 27. April 2024  
11. + 25. Mai 2024  
15. + 29. Juni 2024

## Tanztreff

Lore Kahl tanzt mit Anfängern und Fortgeschrittenen Kreis-/Block-/2-Paar-Tänze und Line-Dance. In geselliger Runde fit bleiben!

**jeden Freitag,  
14.30–17.00 Uhr**

## Rücken-Fit

Mit Pilates- und Yoga-Elementen. Für alle geeignet. Bitte Isomatte und Sportkleidung mitbringen.

Anleitung durch Fitnesstrainerin  
Ewa Fanselau:

**jeden 2. und 4. Mittwoch,  
10.00–11.30 Uhr  
jeden 3. Freitag,  
10.00–11.00 Uhr**

Anleitung durch Übungsleiterin  
Sabine Evers:

**jeden 1. Donnerstag,  
15.00–16.00 Uhr**

## Yoga

Mit Andrea Pyrus trainieren Sie Ihre Kraft, die Flexibilität, den Gleichgewichtssinn und die Muskelausdauer und erzielen so viele positive Effekte für Ihre Gesundheit. Für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.

Fitnessmatte (bei Bedarf ausleihbar),  
und Sportkleidung erforderlich.

**Bitte mit Anmeldung.**

**jeden 2. und 4. Donnerstag,  
16.15–17.15 Uhr**

## Qigong

Praktizieren Sie gemeinsam mit Silke Franzky die chinesische Atem-, Meditations- und Bewegungskunst, die Blockaden lösen kann, die Selbstheilungskräfte aktiviert und die Körperwahrnehmung verbessert.

**Bitte mit Anmeldung.**

**ab Februar  
jeden 1. und 3. Mittwoch,  
16.00–17.00 Uhr**



## Gedächtnistraining

Halten Sie in heiterer Runde Ihr Gedächtnis mit spannenden Übungen, lustigen Wortspielen und ganz viel Spaß fit! Manuela Reichard übernimmt die Anleitung und freut sich auf eine fröhliche Zeit mit Ihnen.

**jeden 2. und 4. Donnerstag,  
14.30–16.00 Uhr**



## Unser Vitalparcours

Anleitung durch Wilhelm Hanl.  
**Beginn der Anleitung nach der  
Winterpause ab dem  
1. April 2024.**

**jeden Dienstag,  
9.30–10.30 Uhr,  
jeden Donnerstag,  
15.00–16.00 Uhr**

## Schach

Für Anfänger und Spieler mit Vorkenntnissen. Angeleitet durch Wolfgang Ipsen.  
Es darf gern auch länger gespielt werden.

**jeden 2. und 4. Dienstag,  
14.00–15.30 Uhr**

## NEU: Recken, strecken, Kräfte wecken!

Das sensible Zusammenwirken von Geist, Seele und Körper neu entdecken, Dankbarkeit und Freude mehr Raum geben. Wechselnde, sanfte, doch effektive Übungen im Gehen und/oder Sitzen unter Anleitung von Marlies Mansen.

Für Menschen mit Bewegungseinschränkungen und Rollstuhlfahrer geeignet.

**jeden 3. Montag,  
10.00–12.00 Uhr**



## Hockergymnastik

Mit Ingrid Cirkel stärken Sie bei dieser effektiven Gymnastik Ihren ganzen Körper mit Übungen im Stehen und Sitzen. Eine Sportart für alle, die die Bewältigung des Alltags durch gezielten Muskelaufbau einfacher macht.

**jeden Donnerstag,  
10.00–11.00 Uhr**



## Highlights

Februar

### „Musiktreff mit Uwe und Rudi“

Klönen, Musik hören und gerne auch tanzen: Uwe Wolkenhauer und Rudi Rümer kramen wieder in der „Plattenkiste“ und legen Musik auf. Getränke können erworben werden.

**Eintritt frei. Bitte mit Anmeldung.**

**Freitag, 2. Februar 2024,  
18.00–ca. 20.00 Uhr**



### „Flensburger Spiele-Nacht“

Wir wollen wieder spielen!

Das Kinder- und Jugendbüro der Stadt Flensburg lädt zur Spiele-Nacht ins 360° ein. Alle mit Spaß am Spielen finden hier Bekanntes oder Neues zum Ausprobieren. Eigene Spiele können gerne mitgebracht werden. Getränke und Snacks sind günstig zu erwerben.

**Eintritt frei.**

**Samstag, 10. Februar 2024,  
18.00–24.00 Uhr**

## „Gotland: Mit dem Kajak um Schwedens größte Insel“

Multivision.

*Skandinavien, Ostsee und Insel* – das sind drei Kriterien, die für den Flensburger, Jörg Knorr, nach einer spannenden Seekajak-Tour klingen. Zusammen mit seinem Freund, Bernhard Nast, machte sich der Reisejournalist 2023 auf nach Gotland – auch unter den Schweden ein ultimativer Urlaubstipp. Jörg Knorr wollte wissen, wie sich das Ganze aus der Seekajak-Perspektive darstellt und möchte seine Zuschauer für ein spezielles Stück Schweden begeistern. Lassen Sie sich von den Bildern auf eine Insel entführen, die Fernweh weckt und zu überraschen weiß, an Land und auf dem Wasser.

Mehr Infos: [kajaktraum.de](http://kajaktraum.de)

**Eintritt: 5,00 €. Bitte mit Anmeldung.**

**Freitag, 16. Februar 2024,  
18.30–ca. 20.30 Uhr**



## „Märchen aus aller Welt: Eine Reise ins Reich der Fantasie“

Die Märchenerzählerinnen um Aniko Kürthy laden erneut ein zum Zuhören, Träumen und sich in den Geschichten verlieren. Die Märchen sind bunt und vielfältig, jede Erzählerin bringt ihre eigene persönliche Note ein. Ein kurzweiliger und entspannter Nachmittag ist garantiert. Getränke und kleine Snacks können erworben werden.

**Eintritt frei. Bitte mit Anmeldung.**

**Samstag, 24. Februar 2024,  
17.00 Uhr**



## „Quilling – bunte Ostereier schnell gerollt“

Beim Quilling werden Papierstreifen gerollt und zu kleinen Elementen geformt. Dieses Mal zeigt Ihnen Sandra Denker, wie leicht sich bspw. ein Osterstrauß mit bunten Ostereiern verzieren lässt. Material ist vorhanden.

**Kostenfrei. Bitte mit Anmeldung.**

**Mittwoch, 6. März 2024,  
15.00–17.00 Uhr**



## „Musiktreff mit Uwe und Rudi“

Klönen, Musik hören und gerne auch tanzen: Uwe Wolkenhauer und Rudi Rümer kramen wieder in der „Plattenkiste“ und legen Musik auf. Getränke können erworben werden.

**Eintritt frei. Bitte mit Anmeldung.**

**Freitag, 15. März 2024,  
18.00–ca. 20.00 Uhr**



## „Improvisationstheater: „Trau dich!“

Die integrative Theatergruppe um Christian Sell lädt Sie herzlich zu einem vergnüglichen und bunten Nachmittag ein. Sie gestalten durch Ihre Zurufe das Programm mit!

Im Anschluss gibt es etwas Fingerfood und Sie können die „Trau-Dich-Truppe“ näher kennenlernen. TRAUEN SIE SICH und seien Sie dabei.

**Eintritt frei. Bitte mit Anmeldung.**

**Samstag, 23. März 2024,  
17.00 Uhr**



## „Nachbarschafts-Flohmarkt im 360°“

Wir planen einen Flohmarkt für die Nachbarschaft. Bieten Sie selbst etwas an oder kommen Sie zum Stöbern und/oder auf einen Schnack vorbei.

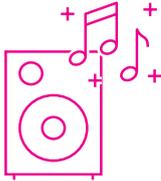
Anmeldungen für einen Stand bitte bis spätestens 12. April an Sandra Seemann. Keine Standgebühr – Spende erwünscht.

**Plakatankündigung mit Details folgt.**

**Sonntag, 21. April 2024,  
10.00–17.00 Uhr**



## Highlights



### „Musiktreff mit Uwe und Rudi“

Klönen, Musik hören und gerne auch tanzen: Uwe Wolkenhauer und Rudi Rümer kramen wieder in der „Plattenkiste“ und legen Musik auf. Getränke können erworben werden.

**Eintritt frei. Bitte mit Anmeldung.**

**Freitag, 26. April 2024,  
18.00–ca. 20.00 Uhr**

### „Maibaum-Fest“

Auf dem Willi-Sander-Platz feiern wir unter dem Maibaum ein fröhliches Familienfest. Es gibt Angebote für Kinder und die Gelegenheit zum Nachbarschaftsschnack bei Grillwurst & Crêpes.

**Plakatankündigung mit Details folgt.**

**Dienstag, 30. April 2024,  
ab 14.30 Uhr**



## Auf Exkursion: Kraftwerksführung Stadtwerke Flensburg

Zusammen wollen wir uns ein Bild machen, wie Energie für Flensburg produziert wird. Dieter Oppermann wird uns in Empfang nehmen, uns durch das Betriebsgelände führen, die Funktionsweise des Kraftwerks erklären und uns die Großanlagen zeigen. Mit Filmpräsentation.

Treffpunkt: Eingang Stadtwerke Flensburg, Batteriestr. 48, Flensburg, zwischen 14.45 und spätestens 15.00 Uhr

Eigene Anfahrt. Einige Mitfahrplätze vorhanden. Ansonsten auch gern Unterstützung beim Finden von Fahrgemeinschaften.

**Bitte mit Anmeldung.**

**Donnerstag, 16. Mai 2024,  
15.00–16.30 Uhr**

## „Unterwegs mit Ute und Achim Jahnke“: Rund um den Sankelmarker See

Auch in diesem Jahr laden Ute und Achim Jahnke wieder zum gemeinsamen Wandern ein. Auf dem Programm steht eine Runde um den schönen Sankelmarker See. Anschließend gemeinsames Kaffeetrinken im Café „Kiek in“ möglich. Streckenlänge: ca. 5 km.

Festes Schuhwerk ist erforderlich.

Treffpunkt: Parkplatz unterhalb des Cafés, ab 13.15 Uhr

Beginn der Wanderung: um 13.30 Uhr

Eigene Anfahrt. Unterstützung beim Finden von Fahrgemeinschaften.

**Bitte mit Anmeldung.**

**Dienstag, 21. Mai 2024,  
13.30 Uhr**





## Highlights



## Stadtführung: „St. Jürgen und der Kapitänsweg“

Bei dieser Tour startet Martina Maaß mit Ihnen mit einer kleinen Führung durch die wunderschöne St. Jürgen-Kirche. Anschließend geht es Teile des Kapitänswegs hinunter und durchs Gängeviertel. So lassen Sie zusammen das Leben der Flensburger Fischer und Kapitäne Revue passieren. Den Abschluss bildet ein gemeinsames Kaffeetrinken. Dauer der Führung ohne Kaffeetrinken ca. 1,5 Stunden

Treffpunkt: 13.30 Uhr an der St. Jürgen-Kirche, Flensburg.

Eigenanteil inkl. Führung und Kaffeetrinken 10,00 €.

**Bitte mit Anmeldung.**

**Donnerstag, 30. Mai 2024,  
13.30 Uhr**

## Ausflug mit Brunch auf der Schlei und Besuch in Eckernförde

Mit Reisebussen geht es nach Kappeln, wo die Schlei Princess schon wartet. Um 11.30 Uhr legt das Schiff (barrierefrei) Richtung Maasholm ab. Anschließend geht es zur Lotseninsel Schleimünde mit Möglichkeit zum Landgang und später wieder zurück nach Kappeln (Ankunft ca. 13.50 Uhr). Während der Fahrt gibt es an Bord des Raddampfers ein leckeres Brunchbuffet mit kalten und warmen Speisen inkl. Kaffee, Tee, Wasser und O-Saft. Wieder von Bord geht es mit den Bussen nach Eckernförde, wo wir ca. 2,5 Stunden Zeit für individuelle Freizeitgestaltung haben: Bummeln, Strand, Promenade, Kaffeetrinken...

Abfahrt: um 9.45 Uhr am 360°-Haus, um 10.00 Uhr ab ZOB/Wasserrad;

Rückkehr: um 19.00/19.30 Uhr in Flensburg

**Kostenbeitrag: 48,00 € pro Person. Bitte mit Anmeldung.**

**Samstag, 1. Juni 2024, 9.45 Uhr**

Juni



## „Unterwegs mit Ute und Achim Jahnke“: Glücksburg – Strand, Wald und Schloß

Dieses Mal wandern wir auf der Promenade in Glücksburg bis Schwennau, dann durch den Wald, ein Stück durch den Schloßgarten bis zum Marktplatz. Dort ist Zeit für eine Pause bei Kaffee und Kuchen. Zurück zum Ausgangspunkt geht es durch Schloßgarten und -hof um das Schloß herum in Richtung Quellental. Streckenlänge: ca. 8 km. Festes Schuhwerk und wettergerechte Kleidung sind erforderlich.

Treffpunkt: Parkplatz Quellental, Glücksburg, ab 13.15 Uhr

Beginn der Wanderung: um 13.30 Uhr

Eigene Anfahrt. Unterstützung beim Finden von Fahrgemeinschaften.

**Bitte mit Anmeldung.**

**Dienstag, 18. Juni 2024,  
13.30 Uhr**

## „Erdbeerzeit ist Tortenzeit! – Oder ein vergnüglicher Nachmittag“

Wir laden ein zu einem fröhlichen Beisammensein bei Erdbeertorte, Kaffee und Unterhaltung. Für ein Gläschen Sekt ist auch gesorgt.

Kostenbeitrag 3,00 €.

**Bitte mit Anmeldung.**

**Dienstag, 25. Juni 2024,  
15.00–ca. 16.30 Uhr**



**Sommerpause  
im 360°:  
22. Juli bis  
9. August 2024**



**SBV**  
WOHNEN UND LEBEN.

Mürwiker Str. 28–30  
24943 Flensburg

Tel 0461 31560-191  
Fax 0461 31560-560  
[sseemann@sbv-flensburg.de](mailto:sseemann@sbv-flensburg.de)

