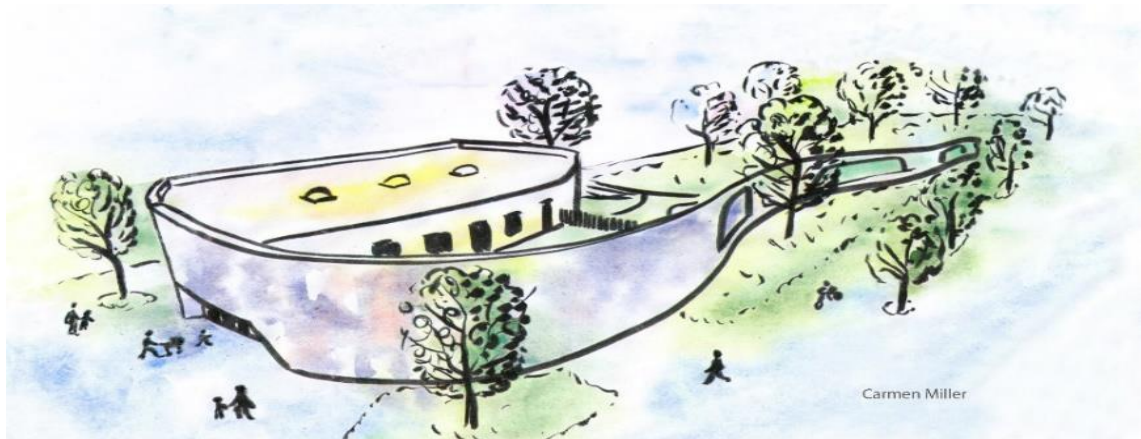


# Nachbarschaftstreff Giesing



## Programm Februar

**Neuschwansteinplatz 12  
81549 München**

**Telefon: 089 / 904 214 860**

**eMail: [info@nt-giesing.de](mailto:info@nt-giesing.de)**

**Website: [www.nt-giesing.de](http://www.nt-giesing.de)**

### **Der Treff ist offen und das Büro besetzt:**

Montag 17.30 – 19.30 Uhr

Dienstag 10 – 12 Uhr

Mittwoch 17.30 – 19.30 Uhr

Donnerstag 10 – 12 Uhr

Freitag 10 - 12 Uhr

Bitte nutzen Sie unseren Anrufbeantworter, wenn wir im Gespräch mit anderen oder für Sie in den Räumen oder im Stadtteil unterwegs sind.



## **Einmalige Veranstaltungen und Kurse mit Anmeldung**

### **Brauchen Sie ein „offenes Ohr“?**

Sie haben ein Thema, das Sie gerade stresst und Sie wünschen sich eine neutrale Person, mit der Sie darüber sprechen können?

Sie stehen gerade vor einer größeren Veränderung in Ihrem Leben und sind auf der Suche nach Orientierung?

Sie befinden sich in einer schwierigen Situation und wünschen sich Unterstützung im Umgang damit?

Doris Hilgert-Walber (Gestalttherapeutin i.A.) bietet an, Ihnen dabei zu helfen, Stärken und Ressourcen zu entdecken.

**Termin: montags, 17.00 Uhr – 18.00 Uhr**

**20€ Aufwandsentschädigung pro Gesprächstermin**

**nur mit Anmeldung unter [doris.hilgert-walber@freenet.de](mailto:doris.hilgert-walber@freenet.de) oder im NTG unter 089/ 904 214 860**

---



### **IKEBANA**

Für alle Interessierten, die den Alltag draußen lassen und sich in den Dialog mit der Natur begeben möchten. Unter Anleitung gestalten wir ein Blumenarrangement nach den Regeln der japanischen Kunst des Blumenstecken. Ikebana ist Konzentration auf das Wesentliche.

**freitags, 2.2. / 23.2. / 15.3. / 12.4. / 17.5. / 14.6. / 5.7. / 26.7., jeweils 18.30 – 20.30 Uhr**

Wenn vorhanden, bitte Kenzan, Blumenschere und Schale mitbringen. Dieses Angebot ist eine Veranstaltungsreihe, daher bitte anmelden.

**Anmeldung** unter [englbergerirene@gmail.com](mailto:englbergerirene@gmail.com)

**Materialkosten** je Abend 15 €

---

### **Kochen und Erzählen: Ukrainisch**

Diesmal kochen wir unter der Anleitung einer ukrainischen Köchin. Dabei ist Zeit zum Reden und Kaffeetrinken. In der Kaffeepause erfahren Sie einiges über die Ukraine und die Menschen, die zu uns gekommen sind – gerade erst, aber auch schon in früheren Zeiten. Zum Abschluss essen wir gemeinsam. Diese Veranstaltungsreihe findet in Zusammenarbeit mit Viertelpunkt statt.

**Kosten:** 10,- EUR

**Anmeldung** bei Kathrin Neumann unter Telefon 089/537102 oder eMail [kathrinneumann@viertelpunkt.org](mailto:kathrinneumann@viertelpunkt.org)

**Samstag, 14.2.24, 14 – 18.30 Uhr**

---

## **Make-Up Workshop "Augenbrauen" mit Tonia**

Lerne in diesem Workshop alles rund um das Thema Augenbrauen. Wie du sie pflegst und stylst, so dass du für dein Gesicht einen perfekten Rahmen setzt, was dein Strahlen unterstützt.

Bringe gerne zusätzlich zu meinem Equipment auch dein Make-Up und einen Tischspiegel mit.

**Kosten:** 15 €

**Infos und Anmeldung:** [info@nt-giesing.de](mailto:info@nt-giesing.de)

**Samstag, 24.02.2024, 14.30 Uhr – 16.30 Uhr**

---



## **Make-Up Workshop „Hooded Eyes“ mit Tonia**

Du lernst, wie du für deine Schupflider ein Make-up kreierst, das dich und deine Augen perfekt in Szene setzen wird. Tonia bringt dir Step-by-Step bei, in welcher Reihenfolge du die Produkte aufträgst und welche Technik du brauchst, um ein offenes und geliftetes Augen-Make-Up zu zaubern.

Bringe gerne zusätzlich zu meinem Equipment auch dein Make-Up und einen Tischspiegel mit.

**Kosten:** 15 €

**Infos und Anmeldung:** [info@nt-giesing.de](mailto:info@nt-giesing.de)

**Samstag, 24.02.2024, 16.30 Uhr – 18.30 Uhr**

---

## **Klimatreff Giesing: Vortrag im Februar „Zukunft Mobilität – vielfältig und elektrisch“**

Motorisierter Individualverkehr ist verantwortlich für den höchsten Anteil an Treibhausgasen. Um Emissionen zu reduzieren, kann ich auf Elektromobilität umsteigen und den Individualverkehr verringern.

Welche Mobilität wünschen wir uns für Giesing? Was wollen wir gemeinsam diskutieren?

Referent und Moderation: Heinz Rabe (Mobilitätsberater, Gründer und Geschäftsführer von LeoCor gGmbH)

**Anmeldung:** [klimatreffpunkt-giesing@posteo.de](mailto:klimatreffpunkt-giesing@posteo.de)

**Montag, 26.02.2024, 19.00 Uhr – 22.00 Uhr**

---



## **Schaukel dich frei**

„Schaukel dich frei“ ist eine Hilfe für die ganze Familie! In den drei Kursteilen á 90 Minuten üben wir die Bewegungen ein und auch, worauf man dabei besonders achten muss. Für Sie und ihr Kind ist es ein Aufwand von 10-15 Minuten täglich. Ein Aufwand, der sich lohnt, wie meine Erfahrungen mit mittlerweile 60 Kindern an der

Grundschule Weißenseestraße zeigen.

**3 x Mittwoch, 28.2./ 13.3./ 17.4.24, 15.30 – 17Uhr**

**Infos und Anmeldung** über den Nachbarschaftstreff

**Kosten:** 60 €

## eine Woche voller Vielfalt

### montags:

#### **Gymnastik für Senioren und Seniorinnen**

**Gemeinsam halten wir uns fit und werden beweglicher.**

Während unserer Hockergymnastik arbeiten wir alle Gelenke durch und stärken unseren Rücken. Die Physiotherapeutin Helga Kreuzer begleitet uns dabei. Bitte bequeme Kleidung und ggf. eine Maske mitbringen.

Ohne Anmeldung. Wir freuen uns über eine kleine Spende.

**montags, 10.00 Uhr – 11.00 Uhr,**

**15. / 22. / 29. Januar / 5. / 12. / 19. / 26. Februar 2024**

---

#### **Computer- und Handy-Sprechstunde**

Bei Fragen zum Umgang mit Computer, Laptop, Tablet und Handy hilft Ihnen Lovis Beug gerne weiter.

**Montags, ab 16.30 Uhr. Nur Einzeltermine, daher Anmeldung im Nachbarschaftstreff vorher notwendig.**

---

#### **Jugendtheater**

Wir suchen noch Jugendliche und jungen Erwachsene ab 14 Jahren, mit oder ohne Theatererfahrung, für neue Stücke. Keine Kosten.

**montags, 17.30 Uhr – 19.30 Uhr,**

**15. / 18. / 22. / 29. Januar / 5. / 12. / 19. / 26. Februar 2024**

Infos: Wolf Stahl 0176/64262451, [stahl.wolf@web.de](mailto:stahl.wolf@web.de)

---

#### **Streicher-Ensemble– ein offenes Angebot für Erwachsene**



Wer Geige, Bratsche, Cello oder Kontrabass lernt bzw. spielt und sich mit anderen treffen möchte, um gemeinsam zu musizieren, der ist im Streicher-Ensemble richtig.

**montags, 14-tägig, 20 – 22 Uhr**

**15. / 19. Februar 2024**

Kosten: eine Spende für die Organisation wird erbeten.

Infos: 0176/64758907, [paredes.leonardo@gmail.com](mailto:paredes.leonardo@gmail.com)

---

### dienstags:

#### **Frühstücks- und Spielertreff**

Lecker frühstücken, neue Kontakte knüpfen, Nachbarn kennenlernen, miteinander reden, gemeinsame Aktivitäten planen. Anschließend kann zusammengespielt werden: Schach, Rummikub und andere Brett- und Kartenspiele. Ohne Anmeldung, kommen Sie einfach dazu.

Unkostenbeitrag: 2 Euro für das Frühstück

**dienstags, 10 -12 Uhr,**

**16. / 23. / 30. Januar / 6. / 13. / 20. / 27. Februar 2024**

---

## Formulare, Briefe, Bewerbungen und Telefonate

Bewerbungen, Schreibkram mit Ämtern und Krankenkassen und Telefonate um Verwaltungsangelegenheiten und persönliche Anliegen zu klären, dabei hilft Ihnen eine Ehrenamtliche. Bitte bringen Sie Ihre Unterlagen mit. **Dienstags zwischen 14 und 16 Uhr.**

**Nur Einzeltermine, daher Anmeldung im Nachbarschaftstreff vorher notwendig.**

---

## „Mama lernt Deutsch“ - Deutschkurs mit Kinderbetreuung



Frauen helfen Frauen ... Sprechen, Unterhalten und Informieren. Alle Frauen egal welchen Sprachniveaus (mit und ohne Kinder) sind herzlich willkommen!

**jeden Dienstag, 9.30 – 11.30 Uhr,  
16. / 23. / 30. Januar / 6. / 20. / 27. Februar 2024**

Info und Anmeldung direkt beim Kurs oder bei Gabriele Keller  
01590/6552039 oder [g.keller-mlD@fraueninteressen.de](mailto:g.keller-mlD@fraueninteressen.de)

---

## Sambratzel Band



Percussion-Instrumente Unterricht - Üben Sie eine körperliche Aktivität aus und haben Sie Spaß.

**Jeden 1., 2. und 3. Dienstag im Monat,  
17.30 – 19.30 Uhr, Infos bei Rubens Rocha  
unter [rubensrocha626@gmail.com](mailto:rubensrocha626@gmail.com)**

---

## Musikalische Früherziehung für Kinder von 3 bis 5 Jahren auf Portugiesisch

Die musikalische Früherziehung fördert die musikalische Begabung, die soziale Kompetenz sowie die motorischen und sprachlichen Fähigkeiten. Sie sensibilisiert auch das Gehör, fördert die Kreativität und legt den Grundstein für das spielerische Erlernen von Instrumenten. Freude, Spaß, Bewegung sind Ausgangspunkte und Motive sowie Ergebnisse jeder musikalischen Aktivität. Für Familien mit portugiesischen „Wurzeln“.

**Dienstags, 14-tägig, 16.00 – 17.30 Uhr**

Info, Anmeldung: Rubens Rocha unter [rubensrocha626@gmail.com](mailto:rubensrocha626@gmail.com)

---

## mittwochs:

### Schachtreff

Wenn Sie gerne Schach spielen kommen Sie in den Nachbarschaftstreff Giesing zum offenen Schachtreff. Bringen Sie gerne ihr eigenes Schachspiel und ihre Schachuhr mit (einige Bretter sind auch vor Ort). Grundkenntnisse im Schach sind notwendig.

**mittwochs, ab 17.30 Uhr,**

**10. / 17. / 24. / 31. Januar / 7. / 14. / 21. / 28. Februar 2024**

---

## Spende dein Lieblingsrezept

Schicken Sie Ihr Lieblingsrezept an [info@nt-giesing.de](mailto:info@nt-giesing.de). Alle für „gut“ befundenen Rezepte sammeln wir in einem Kochbuch.

## Gemeinsam kochen und essen

Es wird jede Woche ein Rezept davon gekocht und gemeinsam gegessen. Ganz nebenbei kommt man mit Nachbarn und Nachbarinnen in gemütlicher Atmosphäre zusammen. Kommen Sie zum Kochen und Vorbereiten (ab 17.30 Uhr) oder einfach nur zum Essen (ab 18.30 Uhr).

**mittwochs, ab 17.30 Uhr,**

**10. / 17. / 24. / 31. Januar / 7. / 14. / 21. / 28. Februar 2024**

Unkostenbeitrag 3,00€ pro Person für die Lebensmittel

Ohne Anmeldung



## Hatha-Ashtanga-Yoga:

### Offener Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene mit Roxana

Eine Kombination von Flexibilität und Mobilität, von Kraftaufbau und Entspannung. Der perfekte Ausgleich zum Alltag. Nimm dir die Zeit für DICH!

**Mittwochs, 18.00 – 19.00 Uhr, ab 21. Februar**

**Kosten:** auf Spendenbasis



## donnerstags:

### Gemeinsam Spaziergehen

Gemeinsam mit dem Nachbarschaftstreff und Nachbarn und Nachbarinnen spazieren wir in der Umgebung und bewegen uns an frischer Luft. Treffpunkt nahe den Toiletten im Weißenseepark – wir gehen bei fast jedem Wetter.

**donnerstags, 10 – ca. 11.30 Uhr,**

**11. / 18. / 25. Januar / 1. / 8. / 15. / 22. / 29. Februar 2024**

## „Mama lernt Deutsch“ - Deutschkurs mit Kinderbetreuung

Frauen helfen Frauen ... Sprechen, Unterhalten und Informieren. Alle Frauen egal welchen Sprachniveaus (mit und ohne Kinder) sind herzlich willkommen!

**donnerstags, 9.30 – 11.30 Uhr,**

**11. / 18. / 25. Januar / 1. / 8. / 22. / 29.**

**Februar**

Info und Anmeldung direkt beim Kurs oder bei

Gabriele Keller 01590/6552039 oder [g.keller-mlD@fraueninteressen.de](mailto:g.keller-mlD@fraueninteressen.de)



## **Sprechstunde für Seniorinnen und Senioren des Alten- und Servicezentrum (ASZ) Obergiesing**

im Nachbarschaftstreff Giesing. Fragen rund ums Älterwerden, Pflege, Unterstützungs- und Hilfsangebote. Ohne Anmeldung.

**jeden 1. Donnerstag im Monat, 10 – 11 Uhr,  
1. Februar / 7. März / 4. April 2024**

---

## **Schafkopfguppe: Für Anfänger\*innen & Spielbegeisterte**

Hier treffen sich diejenigen, die Schafkopfen lernen wollen und Spielbegeisterte, denen es nicht „auf's Zocken“ ankommt.

**jeden 2. Donnerstag im Monat, 19 – 21 Uhr,  
11. Januar / 8. Februar / 14. März 2024**

Infos/ Anmeldung über [Heil-kreis@web.de](mailto:Heil-kreis@web.de)

---

## **Treffen für Wollsuchtige**

Wir treffen uns, weil stricken, häkeln und spinnen gemeinsam einfach mehr Spaß macht und wir uns gegenseitig helfen können.

**jeden 4. Donnerstag im Monat, 18.30 – 21.30 Uhr,  
25. Januar / 22. Februar / 28. März 2024**

Infos: [karin@zimtwolle.de](mailto:karin@zimtwolle.de) oder 0179/5103559.

---

## **Bollywood Dance für Frauen**

Tanzen im Bollywood-Stil. Unterricht mit Vashvi Thaker in **englischer** Sprache!

**donnerstags, 18.15 – 19.30 Uhr,  
11. / 18. / 25. Januar / 1. / 8. / 15. / 22. / 29. Februar 2024**

Anmeldung über [vashvi.thaker@gmail.com](mailto:vashvi.thaker@gmail.com)

Kosten: bitte direkt bei der Kursleiterin erfragen

---

## **Singen macht glücklich, Miteinander singen noch glücklicher. Der Nachbarschaftschor DIE GIA-SINGER**

Wir singen von Barock, Klassik über Jazz, Chansons, Gospel bis Pop alles was uns gefällt, Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

**donnerstags, 14-tägig, 18 – 19.30 Uhr,  
18. Januar / 1. Februar / 29. Februar 2024**

**Infos** bei der Chorleitung [feldmannkathrin@hotmail.com](mailto:feldmannkathrin@hotmail.com)

**Kosten:** 10,- Euro pro Probe.

## **freitags:**

### **Kaffeekränzchen mit Nachbarn**

Was gibt es also Schöneres, als seine freie Zeit mit einer leckeren Tasse Kaffee, einem Stückchen Kuchen mit netten Nachbarn sowie dem aktuellen Klatsch und Tratsch der Welt zu verbringen? Kommen Sie einfach rein...

**freitags, 15 – 17 Uhr,  
12. / 19. / 26. Januar / 2. / 9. / 16. / 23. Februar 2024**

Ohne Anmeldung / Unkostenbeitrag für Kaffee und Kuchen 2€

---

## Indian Classical Dance for Kids

Klassischer Tanz in Indien ist beliebt und macht Spaß. Unterricht mit Vashvi Thaker in **englischer** Sprache für Kinder ab 5 Jahren.

**freitags, 16.30 – 18.30 Uhr,**

**12. / 19. / 26. Januar / 2. / 9. / 16. / 23. Februar 2024**

Anmeldung über [vashvi.thaker@gmail.com](mailto:vashvi.thaker@gmail.com)

---



## Offener Brettspiele-Abend

Haben Sie, hast Du Spaß an Brettspielen?

Kommt zum Spieleabend für Erwachsene! Wir spielen Party-, Familien-, Kenner- und Expertenspiele, je nach Spielerrunde. Nehmt gerne ein Spiel mit, das Ihr gerne spielt und erklären könnt.

**Freitag, ab 18.30 Uhr, 19. Januar / 2. Februar / 16. Februar 2024**

## samstags:

### Mein Nähtreff

Hier näht jeder an seinem eigenen Projekt und an seiner eigenen Nähmaschine (auf Anfrage steht eine Maschine zum Ausleihen bereit). Dabei stehen wir uns mit Rat zur richtigen Naht etc. zur Seite. Bei Kaffee/Tee und Kuchen haben wir einen vergnüglichen kreativen Nachmittag. Infos unter [Naehtreff-Giesing@gmx.de](mailto:Naehtreff-Giesing@gmx.de)

**jeden 2. Samstag im Monat, 14 – 18 Uhr,**

**13. Januar / 10. Februar / 9. März 2024**

---



## Äthiopische Gruppe

Lernen Sie die äthiopische Kultur und das Essen kennen! Um eine kleine **Spende** für die Speisen wird gebeten

**Jeden 1. Samstag im Monat ab 19 Uhr,**

**3. Februar / 2. März / 6. April 2024**

## sonntags:

### Neu: Gemeinsam Yoga üben und Gutes tun



Harmonie in Körper, Geist und Seele – mache mit bei einer abwechslungsreichen Yoga-Einheit und trainiere für einen guten Zweck! Die Kursgebühr geht zu 100% ViaNinos e.V., um Bildungsangebote für Kinder aus den ärmsten Familien in Quitos (Ecuador) zu unterstützen.

**Anmeldung und Infos** über

[yoga@evamaria-oswald.de](mailto:yoga@evamaria-oswald.de) oder einfach vorbeikommen. Yoga-Ausrüstung ist vor Ort vorhanden.

**Kosten:** 12,00 €

**Jeden Sonntag, 17.45 Uhr bis 19.00 Uhr**





---

## Offenes russischsprachiges Treffen

mit Kaffee und netten Gesprächen oder Spielen. Essen gerne mitbringen zum Teilen oder für sich oder über Lieferdienst später zusammen bestellen. Открытая русскоязычная встреча по воскресеньям. Кофе, беседы, философия, игры. Можно принести еду поделиться или для себя или позже заказать вместе доставку

**sonntags (14-tägig), 10.30 –14 Uhr,**

**14. / 28. Januar / 11. / 25. Februar / 10. / 24. März 2024**

---

## Frauentreff – Erholung, Austausch, Spaß



Hier stehen Frauen aller Kulturen im Mittelpunkt mit ihren Themen und Interessen: Es ist Zeit, sich auszutauschen, gemeinsam zu essen, sich zu bewegen und zu

entspannen. Derya gibt Einblicke in das Entspannungsprogramm „kerngesund“, einer Technik aus Vietnam. Gut erholt bleiben wir noch zusammen bei Tee/ Kaffee und Kuchen.

**Jeden 2. Sonntag im Monat, 14.30 – 17 Uhr,**

**11. Februar / 10. März / 14. April 2024**

keine Kosten, ohne Anmeldung, Infos: Emel, 0176/47129057

---

## Tischtennistreff

Tischtennis bei Regen und Kälte im Warmen spielen oder dann auch bei besserem Wetter im Garten und dabei seine Nachbarn treffen.

Wichtig ist der Spaß am Spiel. Willkommen sind Anfänger und auch jene mit Erfahrungen. Keine Kosten, Ohne Anmeldung, einfach dazu kommen.

**Sonntags, ab 16 Uhr, 14./21./28. Januar/4./11./18./25. Februar**

## Engagement im Nachbarschaftstreff

Wir suchen:

- **Ganz aktuell suchen wir für eine alteingesessene Giesingerin, wohnhaft Nähe Weißenseepark, eine Begleitung zum Spazieren. Altersentsprechend ist sie alleine etwas unsicher auf den Beinen und würde sich über Unterstützung freuen. Gesucht werden daher zum Beispiel Hunde Gassi GeherInnen – Jogger wären eher ungeeignet 😊 Zeitlich flexibel.**
- Freiwillige, die für einen Senioren / eine Seniorin 2 Stunden Zeit in der Woche haben für Gespräche und Spaziergang, einen gemeinsamen Kaffee / Tee und Unterstützung beim Einkaufen.
- Eine begeisterte Kuchenbäckerin oder einen begeisterten Kuchenbäcker, die / der für das Kaffeekränzchen am Freitagnachmittag einen Kuchen backt. Wir bieten eine

Aufwandsentschädigung, übernehmen die Materialkosten und ggf. auch den Zutaten-Einkauf. Gerne kann die Küche im Treff für das Backen genutzt werden.

- Jemanden, der gerne dekoriert und kreativ ist und dadurch unseren Treff jahreszeitlich passend und gemütlich gestaltet.
- Eine Nachbarin, einen Nachbarn, die/der gerne ein Spaziergeh-Angebot unter der Woche zum Feierabend anbietet.

## **Besondere Angebote für Kinder vom Integrationszentrum e.V. München im Nachbarschaftstreff Giesing**

Die Angebote finden in den Räumen des Nachbarschaftstreff statt, **Informationen und Anmeldung** direkt beim Integrationszentrum e.V. unter [iz.Integrationszentrum@web.de](mailto:iz.Integrationszentrum@web.de) oder Telefon 0176 / 70 78 73 06.

2024  
Cumartesi Pazar  
6-12 yaş arası  
**Zeka geliştirici oyunlar**

Yaratıcılık, Ezbegiven  
mantık, görsel algı  
İbirtiyi, İletişim  
Hafıza, dikkat.

017670787306  
015734815367  
iz.integrationszentrum@web.de  
Neuschwanstein Platz 12 - 81549 München  
Fritz-Schäffer-Straße 9, 81737 München

2024  
Samstag Sonntag  
ab 6 Jahren  
**Intelligenzsteigernde Spiele**

Kreativität, Vorwissen  
Logik, detaillierte Wahrnehmung  
Partnerschaft, Führung  
Erinnerung, Aufmerksamkeit

017670787306  
015734815367  
iz.integrationszentrum@web.de  
Neuschwanstein Platz 12 - 81549 München  
Fritz-Schäffer-Straße 9, 81737 München

Samstag Sonntag  
3-6 Jahre alt  
6-9 Jahre alt

Türkisch  
Türkisch  
Türkisch

Spielen  
Viel Spaß  
Lernen

Adres : Neuschwansteinpl.12, 81549 München  
Fritz-Schäffer-Str.9, 81737 München  
E-mail : iz.integrationszentrum@web.de  
Telefon : 0176 70 78 73 06

ab 6 Jahren

Wird die Zukunft kodieren Kinderwerkstatt

Entdecken Sie die Fantasie und das potential ihrer Kinder mit dem Roboter-Codierkurs!

Jeden Sonntag zwischen 11.00 und 13.00 Uhr

iz.e.v.München  
E-mail : iz.integrationszentrum@web.de  
Adres : Neuschwansteinpl. 12 - 81549 München  
Fritz-Schäffer-Str.9 - 81737 München  
Telefon : 0176 70 78 73 06  
0176 82 24 41 22

7-14 yaş

Geleceği Kodlayacak Çocuk Atölyesi

Robotik kodlama kursu ile çocuklarımızın hayal gücünü ve potansiyelini keşfedin!

Her Pazar 11.00-13.00 arasında

iz.e.v.München  
E-mail : iz.integrationszentrum@web.de  
Adres : Neuschwansteinpl. 12 - 81549 München  
Fritz-Schäffer-Str.9 - 81737 München  
Telefon : 0176 70 78 73 06  
0176 82 24 41 22