

| Wochentag | Uhrzeit | Ort |
|------------------|-----------------------|---|
| Montag | 17:00 Uhr – 18:30 Uhr | Rostock, Lichtenhagen Schleswiger Str. 5a Berufliche Schule der MediFa |
| Montag | 18:30 Uhr – 20:00 Uhr | Rostock, Lichtenhagen Sternberger Str. 10 Hundertwasser Gesamtschule |
| Donnerstag | 16:30 Uhr – 18:00 Uhr | Parkentin Wiesengrund Gemeindesporthalle der Gemeinde Bartenshagen-Parkentin |
| Donnerstag | 20:00 Uhr – 21:30 Uhr | Rostock, Dierkow Berringerstraße |
| Freitag | 16:00 Uhr – 18:00 Uhr | Rostock, Lichtenhagen Schleswiger Str. 5a Berufliche Schule der MediFa |
| Samstag | 09:30 Uhr – 11:00 Uhr | Rostock, Dierkow Berringerstraße |