

Veranstaltungen

Yoga im Sitzen

Dienstag, 13. Oktober 2026 | 11:30 – 13:00

Sitz Yoga kann helfen die Flexibilität zu verbessern, Nackensretch, Schulter rollen, ect.

Kreatives Basteln

Dienstag, 13. Oktober 2026 | 12:00 – 16:00

Um Anmeldung im Klub wird gebeten

Kreativer Dienstag

Dienstag, 13. Oktober 2026 | 12:00 – 17:00

Freies Basteln, Handarbeiten und Malen, Material ist selbst mitzubringen

LIMA

Dienstag, 13. Oktober 2026 | 12:00 – 13:30

Lebensqualität im Alter - Gedächtnistraining

Pilates

Dienstag, 13. Oktober 2026 | 12:00 – 13:00

Ganzkörpergymnastik zur Kräftigung von Beckenboden,- Bauch- und Rückenmuskulatur!

Spiel und Spass

Dienstag, 13. Oktober 2026 | 12:00 – 17:00

Gemeinsam Kartenspiele und Brettspiele

MitEinander Kochen

Dienstag, 13. Oktober 2026 | 12:00 – 13:30

Gemeinsam kochen wir etwas Köstliches im Klub!

Tischtennis

Dienstag, 13. Oktober 2026 | 12:00 – 17:00

Gemeinsam spielen wir Tischtennis!

Gesellschaftsspiele

Dienstag, 13. Oktober 2026 | 12:00 – 16:30

Wir spielen gemeinsam verschiedene Spiele.

Tischtennis

Dienstag, 13. Oktober 2026 | 12:00 – 17:00

Schäger, Bälle und Platte vorhanden, einfach vorbei kommen
