

Veranstaltungen

Sing-Gruppe mit Lia

Dienstag, 20. Oktober 2026 | 15:00 – 16:00

Singen macht glücklich - in unserer Singgruppe laden wir alle ein, die Lust am Singen haben und bereit sind, Texte und Lieder zu lernen und ihr musikalisches Wissen und Können zu erweitern.

Bastelgruppe mit Edyta

Dienstag, 20. Oktober 2026 | 16:00 – 17:00

Bastelgruppe mit Edyta. Kommen Sie einfach vorbei und machen Sie mit! Unsere kreative Idee wird Sie bestimmt inspirieren.

Wassergymnastik

Dienstag, 20. Oktober 2026 | 17:00 – 18:30

Gymnastik im Wasser, Preis: € 12,60

Nordic Walking

Mittwoch, 21. Oktober 2026 | 08:45 – 10:00

Sehr schnelles gehen mit Stöcken

Frühstück

Mittwoch, 21. Oktober 2026 | 09:00 – 11:00

Frühstück klein € 2,50 Frühstück groß € 4,00

Bewegung im Freien: Nordic Walking

Mittwoch, 21. Oktober 2026 | 09:00 – 10:00

Lass uns die Natur erkunden! 'Bewegung im Freien' bietet dir die Gelegenheit, die Schönheit der Umgebung zu genießen. Auf geht's!

Salsa

Mittwoch, 21. Oktober 2026 | 10:00 – 11:00

Südamerikanische Tänze

Yoga im Sitzen

Mittwoch, 21. Oktober 2026 | 10:00 – 11:00

Um Anmeldung im Klub wird gebeten

Bewegung im Freien: Nordic Walking

Mittwoch, 21. Oktober 2026 | 10:00 – 11:00

Eine gelenksschonende Ausdauersportart, bei der schnelles Gehen durch den Einsatz von zwei speziell entwickelten Stöcken im diagonalen Rhythmus unterstützt wird.

Cardio Stepaerobic

Mittwoch, 21. Oktober 2026 | 11:00 – 12:00

Ein dynamisches Workout auf einer Step-Plattform, das Ausdauer, Koordination und Fitness trainiert - ideal für mehr Energie und Spaß an Bewegung!
