

Veranstaltungen

Englisch Konversation

Montag, 9. November 2026 | 15:00 – 16:00

Für Anfänger

Bingo im Grätzl

Montag, 9. November 2026 | 15:00 – 16:00

Heute wird wieder Bingo gespielt - wir freuen uns auf Sie!

Bingo

Montag, 9. November 2026 | 15:00 – 16:00

Versuchen Sie Ihr Glück bei dem beliebten Spiel und verbringen Sie mit uns einen lustigen Nachmittag!

Yoga

Dienstag, 10. November 2026 | 09:00 – 10:30

Entdecke innere Ruhe und körperliche Ausgeglichenheit bei 'Yoga'. Eine Reise zu dir selbst, Namaste!

Gemeinsam frühstücken

Dienstag, 10. November 2026 | 09:00 – 10:30

Frühstück klein 2,50€ und Frühstück groß 4€

Frühstückssalon

Dienstag, 10. November 2026 | 09:00 – 10:30

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

Trommelbewegung

Dienstag, 10. November 2026 | 09:30 – 10:30

(AUSGEBUCHT) Trittsicher & aktiv durch den Alltag - ÖGK-Workshop zu Sturzprävention

Dienstag, 10. November 2026 | 09:30 – 10:20

Der 12-wöchige Kurs vermittelt einmal pro Woche gezielte Gleichgewichts-, Kraft- und Koordinationsübungen, um das Sturzrisiko zu verringern. In kleinen Gruppen kann individuell auf die Teilnehmenden eingegangen werden. Der Kurs richtet sich an Personen ab 65 Jahren, dauert jeweils 50 Minuten und ist auch für Menschen mit Gehhilfe oder Rollator geeignet. Voraussetzung ist lediglich, dass Sie selbstständig aufstehen können. Bequeme Alltagskleidung und festes Schuhwerk sind ausreichend.

Gesundheitsgymnastik

Dienstag, 10. November 2026 | 09:45 – 11:00

Gemeinsam aktiv bleiben und Spaß haben! Ein neues Bewegungsangebot in der Sport Arena. Kommen Sie pünktlich! Ab 10:00 Uhr kein Einlass mehr möglich. Gemeinsamer Treffpunkt im Foyer.

MUSIK-GYMNASTIK mit MANU

Dienstag, 10. November 2026 | 10:00 – 11:00

Mit viel Freude und sanften Bewegungen bringen wir unseren Körper wieder in Schwung. Dehnung und Entspannung runden das Programm ab. Alle sind herzlich willkommen
