

# Veranstaltungen

## Seelen-Klang

Montag, 9. November 2026 | 10:00 – 11:00

Klangschalen- und Meditationseinheit für tiefe Entspannung, Loslassen von Stress & Blockaden, etc. Jede\*r ist willkommen!

---

## Nordic Walking

Montag, 9. November 2026 | 11:00 – 12:00

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

---

## Gesellschaftsspiele

Montag, 9. November 2026 | 12:00 – 17:00

Gemeinsames Spiel und Spass

---

## Lima

Montag, 9. November 2026 | 12:00 – 13:00

Gedächtnis und Bewegungstraining miteinander kombiniert

---

## Tischtennis

Montag, 9. November 2026 | 12:00 – 17:00

Tischtennis bietet Bewegung, Spaß und Geselligkeit. Ganz gleich ob Anfänger oder geübter Spieler – alle können mitmachen. Die lockeren Runden fördern die Fitness, halten den Kopf wach und machen in netter Gesellschaft besonders viel Freude. Jede\*r ist willkommen.

---

## Spielenachmittag

Montag, 9. November 2026 | 12:00 – 17:00

Gemeinsames Spiel

---

## **Spielenachmittag**

Montag, 9. November 2026 | 12:00 – 16:30

Gemeinsam spielen wir unsere Lieblingsspiele. Jede\*r ist willkommen!

---

## **Kräftigungs- und Mobilitätstraining**

Montag, 9. November 2026 | 13:00 – 14:00

Spezielle Übungen für Bewegungssicherheit im Alltag-mit VHS-TrainerInnen im Klub.

---

## **Spielenachmittag**

Montag, 9. November 2026 | 13:00 – 16:30

Gemeinsam spielen wir unsere Lieblingsspiele. Jede\*r ist willkommen!

---

## **Gesellschaftsspiele**

Montag, 9. November 2026 | 13:00 – 17:00

Wir spielen zusammen verschiedene Spiele

---