

Veranstaltungen

Spielenachmittag

Mittwoch, 30. September 2026 | 13:00 – 17:00

Es werden diverse Spiele gespielt wie z.B. Rummikub, Bauernschnapsen, Mensch ärgere dich nicht und vieles mehr.

Yoga im Sitzen

Mittwoch, 30. September 2026 | 13:00 – 14:00

Sanfte Yogaübungen im Sitzen fördern Beweglichkeit, Entspannung und Wohlbefinden. Atmung, leichte Dehnungen und Achtsamkeit bringen Körper und Geist in Balance.

Qigong

Mittwoch, 30. September 2026 | 13:00 – 14:00

Qigong -Ein Kombination aus Bewegung, Atmung und Konzentration für mehr Ruhe und Energie im Alltag.

Spielenachmittag

Mittwoch, 30. September 2026 | 13:00 – 16:30

Wir spielen verschiedene Kartenspiele

Yoga auf der Matte

Mittwoch, 30. September 2026 | 13:00 – 14:00

Förderung von Entspannung und Beweglichkeit

Tarock im Klub

Mittwoch, 30. September 2026 | 13:00 – 16:00

Tarockierer*Innen treffen sich zusammen zum gemeinsamen Kartenspielen.

Gemeinsam Essen

Mittwoch, 30. September 2026 | 13:00 – 14:00

Zusammen werden wir im Klub essen. Hauptspeise Kalt 4 Euro/Hauptspeise warm 5 Euro. Eine telefonische Anmeldung ist erforderlich.

Qi Gong

Mittwoch, 30. September 2026 | 13:00 – 14:00

Chinesische Meditations- Konzentrations- und Bewegungsform zur Kultivierung von Körper und Geist.

Jakkolo

Mittwoch, 30. September 2026 | 13:00 – 15:00

Einfaches und kostenloses Spiel

Miteinander Spazieren gehen

Mittwoch, 30. September 2026 | 13:00 – 14:30

Spüre die Frische der Natur bei "Miteinander Spazieren". Wir laden dich ein, dich uns anzuschließen und die Schönheit der Umgebung zu erleben. Gemeinsam macht es noch mehr Spaß!
