

Veranstaltungen

Tanznachmittag mit Gerhard Weninger

Montag, 5. Oktober 2026 | 13:00 – 16:00

Musik und Tanz

Dehn & Mobilitätsübungen

Montag, 5. Oktober 2026 | 13:00 – 14:00

Dehn- & Mobilitätsübungen fördern Beweglichkeit und Wohlbefinden. Durch sanfte Übungen werden Muskeln gedehnt und Gelenke mobilisiert. Die Übungen sind schonend, individuell anpassbar und für alle geeignet. Jede*r ist willkommen!

Miteinander Puzzeln

Montag, 5. Oktober 2026 | 13:00 – 16:00

Gemeisames Puzzeln!

LIMA-Café

Montag, 5. Oktober 2026 | 13:00 – 13:30

Lebensqualität im Alter. Vorab werden bei Kaffee und Kuchen die letzten HÜ besprochen.

Sitzturnen

Montag, 5. Oktober 2026 | 13:00 – 14:00

Turnen im Sitzen

Deutsch als Fremdsprache (Ab A1 Niveau)

Montag, 5. Oktober 2026 | 13:00 – 14:00

Deutschlernen für Menschen mit einer anderen Muttersprache.

Klangschalenmeditation

Montag, 5. Oktober 2026 | 13:00 – 14:00

Mit ein wenig Übung ,führt die Meditationmit Klangschalen zu tiefer Entspannung für Körper ung Geist.

Kolumbien-Fest der Kulturen

Montag, 5. Oktober 2026 | 13:00 – 17:00

In 80 Tagen um die Klubs: Herzlich willkommen zu einer Reise nach Kolumbien.

Gesellschaftsspiele

Montag, 5. Oktober 2026 | 13:00 – 17:00

Wir spielen zusammen verschiedene Spiele

Bewegung für Körper und Geist

Montag, 5. Oktober 2026 | 13:00 – 14:00

Bewegungs Training.
