

Veranstaltungen

Tai Chi

Mittwoch, 7. Oktober 2026 | 15:00 – 15:30

Tai Chi ist eine sanfte Bewegungsform aus der chinesischen Tradition, die Körper und Geist in Einklang bringt. Durch langsame, fließende Übungen werden Gleichgewicht, Beweglichkeit und Koordination gefördert. Gleichzeitig wirken die ruhigen Abläufe entspannend und können Stress reduzieren. Tai Chi eignet sich besonders gut für ältere Menschen, da die Übungen schonend sind und individuell angepasst werden können. Jede*r ist willkommen!

Vortrag: Sicher in den Öffis

Mittwoch, 7. Oktober 2026 | 15:00 – 16:00

Gemeinsam hören wir uns einen Vortrag über "Wohnungen Anliegen" im Klub an.

Dart

Mittwoch, 7. Oktober 2026 | 15:00 – 16:00

Es zählt zu den Kickback-Sportarten und trägt gut zur Verbesserung der Muskulatur bei.

Quiz

Mittwoch, 7. Oktober 2026 | 15:00 – 16:00

Kunterbunte Wissensfragen - Es werden rätselhafte Fragen gelöst.

Kreatives Handarbeiten(Stricken,Häkeln...)

Mittwoch, 7. Oktober 2026 | 15:00 – 17:00

Entdecke die Magie der Handarbeit bei "Kreatives Handarbeiten". Stricken, Häkeln und mehr - Lerne neue Techniken und finde Entspannung in der Kreativität!

Bodendart

Mittwoch, 7. Oktober 2026 | 15:00 – 16:00

Teste deine Geschicklichkeit bei diesem lustigen Spiel.

Bingo

Mittwoch, 7. Oktober 2026 | 15:00 – 16:00

Spannung und Nervenkitzel bei 'Bingo'. Rufe 'Bingo!' und gewinne fantastische Preise. Komm und erlebe den aufregenden Spielspaß!

Jazzdance

Mittwoch, 7. Oktober 2026 | 15:00 – 16:30

Eine Tanzstunde für alle - gemeinsam schwingen wir die Hüften!

Bingo

Mittwoch, 7. Oktober 2026 | 15:30 – 16:30

Heute wird wieder im Klub Bingo gespielt. Kommen Sie vorbei!

Yoga im Sitzen

Mittwoch, 7. Oktober 2026 | 15:30 – 16:30

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