

Veranstaltungen

Bingo (€ 2.00 Los)

Montag, 23. November 2026 | 15:00 – 16:00

Englisch Konversation

Montag, 23. November 2026 | 15:00 – 16:00

Für Anfänger

Bingo im Grätzl

Montag, 23. November 2026 | 15:00 – 16:00

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

Bingo

Montag, 23. November 2026 | 15:00 – 16:00

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

Yoga

Dienstag, 24. November 2026 | 09:00 – 10:30

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

Trommelbewegung

Dienstag, 24. November 2026 | 09:30 – 10:30

Wir Trommeln mit Djembetrommeln

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

Dienstag, 24. 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.

MUSIK-GYMNASTIK mit MANU

Dienstag, 24. 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

Kreatives Basteln

Dienstag, 24. November 2026 | 12:00 – 16:00

Um Anmeldung im Klub wird gebeten

LIMA

Dienstag, 24. November 2026 | 12:00 – 13:30

Lebensqualität im Alter - Gedächtnistraining
