

Veranstaltungen

Smartphonekurs

Donnerstag, 8. Oktober 2026 | 12:00 – 14:00

Individuelle Unterstützung beim Smartphone.

Gymnastik mit den Smovey-Ringen

Donnerstag, 8. Oktober 2026 | 12:30 – 13:30

Bewegung mit Ringen - Übungen, die die Muskeln stärken und die Koordination verbessern!

Fit&Vital:Energie,Kraft und Balance

Donnerstag, 8. Oktober 2026 | 12:30 – 13:30

Verbesserung von Koordination und Gleichgewicht

LIMA

Donnerstag, 8. Oktober 2026 | 13:00 – 14:30

Lebensqualität im Alter, eine Mischung von Gedächtnistraining, Bewegungseinheiten und Rückblicke an damalige Zeiten

Kreatives Malen

Donnerstag, 8. Oktober 2026 | 13:00 – 16:00

Schaffe Farben und Formen bei 'Kreatives Malen'. Entfalte deine künstlerische Ader und lasse deiner Kreativität freien Lauf!

Softbowling

Donnerstag, 8. Oktober 2026 | 13:00 – 14:00

Um Anmeldung im Klub wird gebeten

Schreibwerkstatt

Donnerstag, 8. Oktober 2026 | 13:00 – 15:00

Um zu schreiben braucht es nicht Talent, sondern Stift und Papier; Schreiben bringt das Erinnern in Gang und bedeutet, fühlend zu denken. Mittels diverser Schreibübungen leitet der Dichter & bildende Künstler Tobias Mach schöpferische Prozesse an.

Tanznachmittag

Donnerstag, 8. Oktober 2026 | 13:00 – 16:00

Tanznachmittag mit Live Musiker Gerdtschi

Latino Dance mit Yuri

Donnerstag, 8. Oktober 2026 | 13:00 – 14:00

Latino Dance für alle mit Yuri.

Yoga auf der Matte

Donnerstag, 8. Oktober 2026 | 13:00 – 14:00

Yoga wird durch bestimmte Bewegungen oder Positionen und durch achtsames Atmen die Verbindung von Körper, Geist und Seele möglich.
