

Veranstaltungen

Yoga auf der Matte

Freitag, 18. September 2026 | 11:30 – 13:00

Namaste! Yoga auf der Matte. Übungen (Ashtanga, Pranayama, Kundalini) für Körper und Geist!
Bitte leichtes Gewand mitbringen. Jede*r ist willkommen.

Gymnastik mit Musik

Freitag, 18. September 2026 | 12:00 – 13:00

Wir halten uns fit durch eine Stunde Gymnastik mit Musik und guter Laune. Abwechselnd mit
Theraband, Smovy, Matte oder Sessel

Workshop: Tarockspiel und Bauernschnapsen

Freitag, 18. September 2026 | 12:00 – 17:00

In unserem Workshop erfährst du alles über Tarockkarten, Zwanzigerruf, Bauernschnapsen und das
spannende Kartenspiel "Königrufen". Komm vorbei und lass dich von dem Workshop begeistern!

Sitzyoga

Freitag, 18. September 2026 | 12:00 – 13:00

Leichte geistige und körperliche Übungen auf und mit dem Sessel

Spielenachmittag

Freitag, 18. September 2026 | 12:00 – 17:00

Jede Art von Gesellschaftsspiel

Spielenachmittag

Freitag, 18. September 2026 | 12:00 – 17:00

Verschiedene Gesellschaftsspiele

Schach + Spielenachmittag

Freitag, 18. September 2026 | 12:00 – 17:00

Gemeinsames Spiel

Kochen

Freitag, 18. September 2026 | 12:00 – 13:30

Wir kochen und essen zusammen

Miteinander Spaziergehen

Freitag, 18. September 2026 | 12:00 – 13:00

Gemeinsam erkunden wir bei einem gemütlichen Spaziergang die Umgebung unseres Klubs.

Dart

Freitag, 18. September 2026 | 12:00 – 15:00

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