

Veranstaltungen

Gymnastik für die Finger

Mittwoch, 28. Oktober 2026 | 10:30 – 11:00

Fingergymnastik

Smovey

Mittwoch, 28. Oktober 2026 | 10:30 – 11:30

Einfache Übungen mit Smovey-Ringen.

Qi Gong

Mittwoch, 28. Oktober 2026 | 11:00 – 12:00

Chinesische Meditations-Konzentrations- und Bewegungsform zur Kultivierung von Körper und Geist

Cardio Stepaerobic

Mittwoch, 28. Oktober 2026 | 11:00 – 12:00

Ein dynamisches Workout auf einer Step-Plattform, das Ausdauer, Koordination und Fitness trainiert - ideal für mehr Energie und Spaß an Bewegung!

Spiel und Spass

Mittwoch, 28. Oktober 2026 | 12:00 – 17:00

Gemeinsam Kartenspiele und Brettspiele

Line Dance für Fortgeschrittene

Mittwoch, 28. Oktober 2026 | 12:00 – 13:00

Gemeinsam tanzen wir zu Musik. Level: Fortgeschrittene

Sprachcafé

Mittwoch, 28. Oktober 2026 | 12:00 – 14:00

Sprachen verbinden Menschen. Trete unserem 'Sprachcafé' bei und tausche dich in entspannter Atmosphäre mit anderen aus. Kommunikation ohne Grenzen!

Kleiderbörse

Mittwoch, 28. Oktober 2026 | 12:00 – 16:00

Textil Schätze suchen einen neuen Besitzer*innen

Mal Workshop

Mittwoch, 28. Oktober 2026 | 12:30 – 17:00

Wir malen mit Acryl auf Leinwand, es ist immer ein Thema angegeben, das wir schritt für schritt bearbeiten, damit ein tolles Ergebnis entsteht, interessant für Anfänger und Fortgeschrittene, mitzubringen ist ein Gewand was schmutzig werden darf und eine Leinwand ihrer Wahl

Spielenachmittag

Mittwoch, 28. Oktober 2026 | 13:00 – 17:00

Es werden verschiedene Spiele im Klub gespielt wie z.B. Rummikub, Bauernschnapsen, Mensch ärgere dich nicht und vieles mehr.
