

Veranstaltungen

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

Spielenachmittag

Dienstag, 24. November 2026 | 12:00 – 17:00

Gemeinsames Spiel

Yoga im Sitzen

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

Sanfte Yogaübungen im Sitzen fördern Beweglichkeit, Entspannung und Wohlbefinden. Atmung, leichte Dehnungen und Achtsamkeit bringen Körper und Geist in Balance.

Gedächtnistraining

Dienstag, 24. November 2026 | 13:00 – 14:00

Gemeinsam trainieren wir unser Gedächtnis.

Adventkranzbinden

Dienstag, 24. November 2026 | 13:00 – 17:00

Wir basteln/binden gemeinsam Adventkränze für die Weihnachtszeit.

Klub-Exkursion: "Weihnachtsmarkt"

Dienstag, 24. November 2026 | 13:00 – 16:00

Gemeinsam machen wir eine Exkursion zum "Weihnachtsmarkt". Um telefonische Anmeldung wird

Schlaf - wie gutr Schlaf die Gesundheit beeinflusst

Dienstag, 24. November 2026 | 14:00 – 16:00

Workshop des FSW - Community Nurses

Gymnastik Smovey

Dienstag, 24. November 2026 | 14:00 – 15:00

Gymnastik mit den Smovey-Ringen: Bewegung mit Ringen

Tai Chi, Qi Gong & verschiedene Tänze mit Yongli Liu

Dienstag, 24. November 2026 | 14:00 – 16:00

Im ersten Teil erwarten Sie chinesische Konzentrations- und Bewegungsformen zur Kultivierung von Körper und Geist, im zweiten Teil verschiedene Tänze. Anfänger*innen und (Wieder-)Einsteiger*innen sind herzlich willkommen!
