

Veranstaltungen

Yoga auf der Matte

Montag, 21. September 2026 | 12:00 – 12:50

Sanfte Bewegungsabläufe kombiniert mit tiefer Atmung

Spielenachmittag

Montag, 21. September 2026 | 12:00 – 17:00

Spiel, Spaß und Spannung erwarten dich bei 'Miteinander Spielen'. Komm und erlebe unterhaltsame Stunden mit uns!

Line Dance für Anfänger !Neuer Grundkurs!

Montag, 21. September 2026 | 12:15 – 13:15

Line Dance für Anfänger- Wir starten mit einem neuen Grundkurs

Gemütliches Spaziergehen

Montag, 21. September 2026 | 12:30 – 13:30

Gemeinsam die Natur erleben und apzieren gehen. Bitte um Anmeldung im Klub. Die Aktivität findet nur bei Schönwetter statt.

Yoga

Montag, 21. September 2026 | 12:30 – 13:30

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

Gemütliches Spazieren gehen

Montag, 21. September 2026 | 12:30 – 13:30

Gemeinsam die Natur erleben und Gemeinsam Sapzieren gehen (Bitte um Anmeldung im Klub nur bei schön wetter)

Lachyoga

Montag, 21. September 2026 | 12:30 – 13:30

Lachyoga kombiniert bewusstes Lachen mit Atemübungen, um Stress abzubauen, die Stimmung zu heben und das Wohlbefinden zu steigern.

Gymnastik

Montag, 21. September 2026 | 12:30 – 13:30

Sitzgymnastik, Koordinationsspiele u. Meditation

Miteinander Chor singen

Montag, 21. September 2026 | 12:30 – 13:30

CHORgesang im Klub

Spanisch Gedächtnistraining

Montag, 21. September 2026 | 12:30 – 13:30

Um Anmeldung wird gebeten
