

Veranstaltungen

Sitz-Yoga mit Anja

Donnerstag, 29. Oktober 2026 | 15:00 – 16:00

Bewegung für Körper und Geist

Gymnastik im Sitzen

Donnerstag, 29. Oktober 2026 | 15:00 – 16:00

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

Tanzgymnastik

Donnerstag, 29. Oktober 2026 | 15:00 – 16:00

Entdecke die Welt der Bewegung bei unserer 'Gymnastik mit Musik'. Sanfte Übungen für alle Altersgruppen, die Körper und Geist beleben!

Musiknachmittag

Donnerstag, 29. Oktober 2026 | 15:00 – 16:00

Schlager und Evergreens mit Sound of Joy.

Bowlingtraining

Donnerstag, 29. Oktober 2026 | 15:00 – 16:00

Nutzen Sie die Gelegenheit, Ihre Bowlingfähigkeiten bei unserem Training zu verbessern, neue Freundschaften zu schließen und sich fit zu halten!

Miteinander Spielen: Darts

Donnerstag, 29. Oktober 2026 | 15:00 – 16:00

Zielgenauigkeit und Präzision sind gefragt! Zeige dein Talent und treffe ins Schwarze!

Zumba

Donnerstag, 29. Oktober 2026 | 15:00 – 16:00

Zumba Gold ist ein lateinamerikanisches Tanz Fitness Workout aber nur ein bisschen langsamer, bei Interesse auf bisschen Sport kommen Sie in den Klub und schwitzen Sie mit uns.

Schwungvoller Nachmittag mit Schlager und Evergreens

Donnerstag, 29. Oktober 2026 | 15:00 – 16:00

Wir freuen uns auf einen musikalischen Nachmittag mit Elke Sanders

Bauchredner

Donnerstag, 29. Oktober 2026 | 15:00 – 16:00

Ein außergewöhnlicher Nachmittag mit Max Wully

Bingo

Donnerstag, 29. Oktober 2026 | 15:00 – 16:00

Spannung und Nervenkitzel bei 'Bingo'. Rufe 'Bingo!' und gewinne fantastische Preise. Komm und erlebe den aufregenden Spielspaß! Pro Schein 1€.
