

Veranstaltungen

MitEinander Frühstück

Montag, 21. September 2026 | 09:30 – 10:30

gemeinsames Frühstück-mit vorheriger Anmeldung verbunden

Line Tanz (für Fortgeschrittene)

Montag, 21. September 2026 | 09:30 – 11:00

Tanz zu Country-Musik

Nordic Walking

Montag, 21. September 2026 | 10:00 – 12:00

Wir gehen mit Nordic Walking Stöcken eine Runde durch den Zentralfriedhof, Treffpunkt 1.Tor bei der Strassenbahnstation

Gymnastik mit den Smovey-Ringen

Montag, 21. September 2026 | 10:00 – 11:00

Um Anmeldung im Klub wird gebeten

Nordic Walking

Montag, 21. September 2026 | 10:00 – 11:00

Bewegung für Körper und Geist, Treffpunkt im Klub

Qigong

Montag, 21. September 2026 | 10:00 – 11:00

Qi Gong oder Yoga – hier kann jede*r mitmachen. Unsere Klubtrainer*innen passen ihr Programm stets an das individuelle Können der einzelnen Teilnehmer*innen an und bieten gegebenenfalls Alternativübungen oder Übungen im Sitzen an.

Thai Chi, Qi Gong und Verschiedene Tänze

Montag, 21. September 2026 | 10:00 – 12:00

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.

Latino Dance am Pius-Parsch-Platz

Montag, 21. September 2026 | 10:00 – 11:30

Karibische Rhythmen bei Schlechtwetter im Klub Karl-Lothringerstrasse

Radfahren

Montag, 21. September 2026 | 10:00 – 11:00

Um unsere Körper Muskulatur zu trainieren, werden wir Fahrrad fahren.

Crochet "Häkeln"

Montag, 21. September 2026 | 10:00 – 12:00

Mit Häkeln kann man verschiedene Dinge herstellen, von Spitze und Kordeln bis hin zu Decken, Kleidung und Schmuck.
