

Veranstaltungen

Ismakogie

Donnerstag, 15. Oktober 2026 | 15:30 – 16:00

Gelenkschonende, sanfte Gymnastik

Kubanischer Tanz mit Victor

Donnerstag, 15. Oktober 2026 | 15:30 – 16:30

Tanzen mit Victor

Frühstück

Freitag, 16. Oktober 2026 | 09:00 – 11:00

Frühstück klein € 2,50 Frühstück groß € 4,00

Grätzlcafé

Freitag, 16. Oktober 2026 | 09:30 – 11:00

Ein beliebter Treffpunkt im Klub, oft geprägt von einer gemütlichen Atmosphäre.

Yoga im Sitzen

Freitag, 16. Oktober 2026 | 09:30 – 10:30

Sitz Yoga kann helfen die Flexibilität zu verbessern, Nackensretch, Schulter rollen, ect.

Line-Dance

Freitag, 16. Oktober 2026 | 10:00 – 11:00

Um Anmeldung im Klub wird gebeten

Latino Dance mit Freddy

Freitag, 16. Oktober 2026 | 10:00 – 12:00

Lateinamerikanische Musik bringt jeden in Schwung - Kommen Sie vorbei und lassen Sie sich von der Tanz-Einheit begeistern!

Englisch Konversation

Freitag, 16. Oktober 2026 | 10:00 – 11:30

Frischen Sie Ihre Englischkenntnisse auf! Es erwarten Sie Wortschatz- und Grammatikübungen, Texte und Konversation in feiner, kleiner Runde. Level: leicht Fortgeschrittene u. Fortgeschrittene. Beitrag für Kopien: 2 €; Bitte um Anmeldung im Klub!

Kreative Handarbeit

Freitag, 16. Oktober 2026 | 10:00 – 12:00

Kreatives Gestalten mit Papier, Textil u.v.m

Yoga

Freitag, 16. Oktober 2026 | 10:00 – 11:00

Yoga auf der Matte! Übungen für Körper und Geist (Bitte Matte selbst mit nehmen)
