

Veranstaltungen

Jazz-Swing Tanz

Dienstag, 4. August 2026 | 13:00 – 14:00

Tanzen für Anfänger

Hula-Hoop

Dienstag, 4. August 2026 | 13:00 – 14:00

Übungen mit dem Hula-Hoop

Yoga im Sitzen

Dienstag, 4. August 2026 | 13:30 – 14:30

Wir machen Sitzyoga! Beim Sitzyoga wird die Flexibilität erhöht, verspannte Muskeln gelockert, das Gleichgewicht und die Bewegung verbessert. Jede*r ist willkommen!

Gymanstik mit Theraband

Dienstag, 4. August 2026 | 13:30 – 14:30

Gymnastik mit Theraband mit Trainer Matthias

Lachyoga

Dienstag, 4. August 2026 | 14:00 – 14:45

kombiniert grundloses Lachen mit tiefen Atemübungen aus dem Yoga.

Tischfußball

Dienstag, 4. August 2026 | 14:00 – 16:00

Tischfußball – auch bekannt als Kickern, Wuzzeln (in Österreich) oder Töggelikasten (in der Schweiz) – ist ein rasantes Geschicklichkeitsspiel, das dem Fußball nachempfunden ist. Auf einem speziellen Tisch bewegen zwei bis vier Spieler kleine Figuren an rotierenden Stangen, um einen Ball in das gegnerische Tor zu befördern.

Gesellschaftsspiele und Kaffeekränzchen

Dienstag, 4. August 2026 | 14:00 – 17:00

Wir laden Sie herzlich zu einem fröhlichen und geselligen Nachmittag mit Brett- und Kartenspielen ein - in entspannter Runde und bei einer Tasse Kaffee.

Spielenachmittag

Dienstag, 4. August 2026 | 14:00 – 17:00

Gemeinsam spielen wir unsere Lieblingsspiele. Jede*r ist willkommen!

Eiskaffe

Dienstag, 4. August 2026 | 14:00 – 17:00

Unsere Klubmitarbeiterinnen freuen sich darauf, bei einem Eiskaffee in gemütlicher Runde mit Ihnen plaudern zu dürfen.

Kreatives Gestalten

Dienstag, 4. August 2026 | 14:00 – 17:00

Gestalten Sie mit unseren Klubbetreuerinnen Dekoration zu Themen im Jahreskreis.
