

Veranstaltungen

Diverse Spiele

Dienstag, 8. September 2026 | 11:00 – 16:30

Rummikub, Kartenspiele

Gymnastik mit Theraband

Dienstag, 8. September 2026 | 11:00 – 12:00

Um Anmeldung im Klub wird gebeten

Gesellschaftsspiele

Dienstag, 8. September 2026 | 11:00 – 16:30

Rummikub, Schnapsen, Tarockieren

Tischtennis

Dienstag, 8. September 2026 | 11:00 – 13:00

Es zählt zu den Kickback-Sportarten und trägt gut zur Verbesserung der Muskulatur bei.

Kreatives Handarbeiten

Dienstag, 8. September 2026 | 11:00 – 12:00

Entdecke die Magie der Handarbeit bei "Kreatives Handarbeiten". Stricken, Häkeln und mehr - Lerne neue Techniken und finde Entspannung in der Kreativität!

Koordinationsübungen und Reihentänze für Anfänger

Dienstag, 8. September 2026 | 11:00 – 12:00

Bei dieser Aktivität führen die Teilnehmenden verschiedene Koordinationsübungen aus, die Bewegungsabläufe, Gleichgewicht und Rhythmus schulen. Anschließend wird gemeinsam verschiedene Reihentänze (wie z.B. Line Dance) eingeübt - dadurch werden Körpergefühl, Synchronisation und das Miteinander in der Gruppe gefördert.

Gedächtnistraining

Dienstag, 8. September 2026 | 11:00 – 12:00

Übungen zur Verbesserung der Gehirnleistung und Durchblutung

Yoga im Sitzen

Dienstag, 8. September 2026 | 11:30 – 13:00

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

Kartenspielen

Dienstag, 8. September 2026 | 12:00 – 16:30

Wir spielen gemeinsam verschiedene Spiele.

Kreatives Basteln

Dienstag, 8. September 2026 | 12:00 – 16:00

Um Anmeldung im Klub wird gebeten
