

Veranstaltungen

LIMA Café

Montag, 28. September 2026 | 13:00 – 14:30

Lebensqualität im Alter. Gedächtnistraining und Bewegungstraining miteinander kombiniert!

LIMA Einheit

Montag, 28. September 2026 | 13:00 – 14:30

Lebensqualität im Alter. Gedächtnistraining und Bewegungstraining miteinander kombiniert!

Bewegungs Training

Montag, 28. September 2026 | 13:00 – 14:00

Fitness Übungen in der Gruppe

Deutsch (ab A1-Niveau)

Montag, 28. September 2026 | 13:00 – 14:00

Deutschlernen für Menschen mit einer anderen Muttersprache.

Rückenfit

Montag, 28. September 2026 | 13:00 – 13:50

Aktivierung des ganzen Körpers mit Schwerpunkt auf unserer Wirbelsäule

Latin-Tanz mit Freddy (Salsa, Merengue, Bachata)

Montag, 28. September 2026 | 13:00 – 15:00

Latin-Tanz

Gymnastik im Sitzen

Montag, 28. September 2026 | 13:00 – 13:30

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

Gesellschaftsspiele

Montag, 28. September 2026 | 13:00 – 17:00

Wir spielen zusammen verschiedene Spiele

Smovey. Anmeldung im Klub erforderlich!

Montag, 28. September 2026 | 13:30 – 14:00

Gymnastik mit Smoveys. Anmeldung im Klub erforderlich!

Gymnastik im Sitzen

Montag, 28. September 2026 | 13:30 – 14:00

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