

Veranstaltungen

Gymnastik mit Musik

Freitag, 6. November 2026 | 12:00 – 13:00

Wir halten uns fit durch eine Stunde Gymnastik mit Musik und guter Laune. Abwechselnd mit Theraband, Smovy, Matte oder Sessel

Sitzyoga

Freitag, 6. November 2026 | 12:00 – 13:00

Leichte geistige und körperliche Übungen auf und mit dem Sessel

Schach + Spielenachmittag

Freitag, 6. November 2026 | 12:00 – 17:00

Gemeinsames Spiel

Workshop: Tarockspiel - Königrufen

Freitag, 6. November 2026 | 12:00 – 17:00

In unserem Workshop erfährst du alles über Tarockkarten und das spannende Kartenspiel "Königrufen". Komm vorbei und lass dich von dem Workshop begeistern!

Kochen

Freitag, 6. November 2026 | 12:00 – 13:30

Wir kochen und essen zusammen

Gemeinsam statt einsam - Zeit zum Reden & Zuhören

Freitag, 6. November 2026 | 12:00 – 16:30

In gemütlicher Atmosphäre bietet diese Gesprächsrunde Raum zum Plaudern, Zuhören und Austauschen. Gemeinsame Gespräche helfen, Einsamkeit vorzubeugen, stärken das Gemeinschaftsgefühl und schaffen neue soziale Kontakte. Hier zählt das Miteinander und die Freude an gemeinsam verbrachter Zeit. Jede*r ist willkommen!

Tarock

Freitag, 6. November 2026 | 13:00 – 16:30

Tarock

Gymnastik: Smovey Ringe

Freitag, 6. November 2026 | 13:00 – 14:00

Bewegung mit den Smovey Ringen. Übungen, die die Muskeln stärken und die Koordination verbessern!

Miteinander Kochen

Freitag, 6. November 2026 | 13:00 – 14:00

Gemeinsam kochen wir etwas Köstliches im Klub!

Tischtennis mit Corona/Trainer*in-Nachbarschatz

Freitag, 6. November 2026 | 13:00 – 17:00

Bewegung für Körper und Geist
