

# Veranstaltungen

## **Smovey**

Mittwoch, 21. Oktober 2026 | 10:30 – 11:30

Einfache Übungen mit Smovey-Ringen.

---

## **Cardio Stepaerobic**

Mittwoch, 21. Oktober 2026 | 11:00 – 12:00

Ein dynamisches Workout auf einer Step-Plattform, das Ausdauer, Koordination und Fitness trainiert - ideal für mehr Energie und Spaß an Bewegung!

---

## **Miteinander Spielen**

Mittwoch, 21. Oktober 2026 | 11:00 – 13:00

Im Klub stehen verschiedene Karten-, Brett- und Quizspiele zur Auswahl!

---

## **Sitzgymnastik**

Mittwoch, 21. Oktober 2026 | 12:00 – 13:00

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

---

## **Line Dance für Fortgeschrittene**

Mittwoch, 21. Oktober 2026 | 12:00 – 13:00

Gemeinsam tanzen wir zu Musik. Level: Fortgeschrittene

---

## **Line Dance**

Mittwoch, 21. Oktober 2026 | 12:00 – 13:00

Tanzen zu verschiedenen Musikrichtungen

---

## **Nordic Walking**

Mittwoch, 21. Oktober 2026 | 12:00 – 13:00

## **Miteinander Gespräche führen**

Mittwoch, 21. Oktober 2026 | 12:00 – 16:00

Plaudern bedeutet ,sich ungezwungen und gemütlich zu unterhalten oder unbedacht ein Geheimnis ausplaudern

---

## **Gesellschaftsspiele**

Mittwoch, 21. Oktober 2026 | 12:00 – 16:30

Ein Gessellschaftsspiel ist ein unterhaltendes Spiel für mehrere Personen ,das vor allem Brettspiele,Kartenspiele oder Würfelspiele umfasst.Es dient dem gemeinsamen Vergnügen,dem Zeitvertreib und dem sozialen Miteinander

---

## **Mal Workshop**

Mittwoch, 21. Oktober 2026 | 12:30 – 17:00

Wir malen mit Acryl auf Leinwand, es ist immer ein Tehma angegeben, das wir schritt für schritt bearbeiten, damit ein tolles Ergebnis entsteht, interessant für Anfänger und Fortgeschrittene, mitzubringen ist ein Gewand was schmutzig werden darf und eine Leinwand ihrer Wahl

---