

Veranstaltungen

Tischtennis

Montag, 16. November 2026 | 12:00 – 17:00

Tischtennis bietet Bewegung, Spaß und Geselligkeit. Ganz gleich ob Anfänger oder geübter Spieler – alle können mitmachen. Die lockeren Runden fördern die Fitness, halten den Kopf wach und machen in netter Gesellschaft besonders viel Freude. Jede*r ist willkommen.

Gymnastik mit den Smovey-Ringen

Montag, 16. November 2026 | 12:00 – 12:30

Smovey ist ein sanftes Ganzkörpertraining mit schwingenden Ringen, das Bewegung und Entspannung kombiniert. Durch rhythmische Übungen werden Muskeln aktiviert, die Durchblutung gefördert und die Koordination verbessert. Das Training ist leicht erlernbar, gelenkschonend und eignet sich besonders gut für ältere Menschen, um fit und mobil zu bleiben.

Spielenachmittag

Montag, 16. November 2026 | 12:00 – 17:00

Gemeinsames Spiel

Tarock im Klub

Montag, 16. November 2026 | 12:00 – 16:30

Tarockierer*Innen treffen sich zusammen zum gemeinsamen Kartenspiel.

Wine & Art Event

Montag, 16. November 2026 | 13:00 – 16:00

Lassen Sie sich von unserem künstlerischen Event begeistern! Um telefonische Anmeldung wird gebeten.

Regenbogentreff: Gemeinsam backen: Apfelkuchen

Montag, 16. November 2026 | 13:00 – 15:00

Gemeinsam rühren, schneiden, backen und lachen! Beim RegenbogenTreff backen wir einen duftenden Apfelkuchen und genießen die gemütliche Zeit miteinander. Schritt für Schritt, ganz entspannt und mit viel Freude am gemeinsamen Tun. Komm vorbei, lerne neue Menschen kennen und genieße, was wir gemeinsam schaffen. Alle Lebens- und Lebensweisen sind herzlich willkommen!

Gesellschaftsspiele

Montag, 16. November 2026 | 13:00 – 17:00

Wir spielen zusammen verschiedene Spiele

Tanzgymnastik

Montag, 16. November 2026 | 13:30 – 14:30

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

Spieelnachmittag

Montag, 16. November 2026 | 13:30 – 16:00

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

Sitzgymnastik

Montag, 16. November 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!
