

Veranstaltungen

Frühstück

Mittwoch, 7. Oktober 2026 | 09:00 – 11:00

Frühstück klein € 2,50 Frühstück groß € 4,00

Bewegung im Freien: Nordic Walking

Mittwoch, 7. Oktober 2026 | 09:00 – 10:00

Lass uns die Natur erkunden! 'Bewegung im Freien' bietet dir die Gelegenheit, die Schönheit der Umgebung zu genießen. Auf geht's!

Kunst-Workshop

Mittwoch, 7. Oktober 2026 | 09:30 – 12:30

Malen im Klub

Salsa

Mittwoch, 7. Oktober 2026 | 10:00 – 11:00

Südamerikanische Tänze

Yoga im Sitzen

Mittwoch, 7. Oktober 2026 | 10:00 – 11:00

Um Anmeldung im Klub wird gebeten

Bewegung im Freien: Nordic Walking

Mittwoch, 7. Oktober 2026 | 10:00 – 11:00

Eine gelenksschonende Ausdauersportart, bei der schnelles Gehen durch den Einsatz von zwei speziell entwickelten Stöcken im diagonalen Rhythmus unterstützt wird.

Leben Bewegen

Mittwoch, 7. Oktober 2026 | 10:00 – 11:00

Smovey

Mittwoch, 7. Oktober 2026 | 10:30 – 11:30

Einfache Übungen mit Smovey-Ringen.

Cardio Stepaerobic

Mittwoch, 7. 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, 7. Oktober 2026 | 11:00 – 13:00

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