

Veranstaltungen

Line Dance für Anfänger*innen

Mittwoch, 28. Oktober 2026 | 12:00 – 14:00

Lernen Sie die ersten Line-Dance-Schritte bei uns im Klub. Bewegung, Spaß und Gemeinschaft stehen dabei im Mittelpunkt.

Tarock im Klub

Mittwoch, 28. Oktober 2026 | 12:00 – 17:00

Tarockierer*Innen treffen sich zusammen zum gemeinsamen Kartenspiel.

Miteinander Kochen

Mittwoch, 28. Oktober 2026 | 12:00 – 13:00

Gemeinsam kochen wir etwas Köstliches im Klub!

Spielenachmittag

Mittwoch, 28. Oktober 2026 | 12:00 – 16:00

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

Dart

Mittwoch, 28. Oktober 2026 | 12:00 – 15:00

Es zählt zu den Kickback-Sportarten und trägt gut zur Verbesserung der Muskulatur bei.

Mal Workshop

Mittwoch, 28. Oktober 2026 | 12:30 – 17:00

Wir malen mit Acryl auf Leinwand, es ist immer ein Thema 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

Dehn & Mobilitätsübungen

Mittwoch, 28. Oktober 2026 | 12:30 – 13:30

Dehn- & Mobilitätsübungen fördern Beweglichkeit und Wohlbefinden. Durch sanfte Übungen werden Muskeln gedehnt und Gelenke mobilisiert. Die Übungen sind schonend, individuell anpassbar und für alle geeignet. Jede*r ist willkommen!

Qi Gong

Mittwoch, 28. Oktober 2026 | 12:30 – 13:30

Qi Gong ist eine traditionelle chinesische Bewegungs- und Entspannungsmethode, die Atmung, sanfte Bewegungen und Konzentration miteinander verbindet. Die langsamen, achtsamen Übungen fördern die Beweglichkeit, stärken die Lebensenergie und unterstützen das allgemeine Wohlbefinden. Qi Gong ist leicht erlernbar, schonend für den Körper und daher besonders gut für ältere Menschen geeignet. Jede*r ist willkommen!

Halloweenfest

Mittwoch, 28. Oktober 2026 | 12:30 – 16:30

Wir feiern gemeinsam Halloweenfest mit Musik, Spaß und guter Stimmung. Kommt gerne verkleidet und verbringt mit uns einen schönen Nachmittag.

Spielenachmittag

Mittwoch, 28. Oktober 2026 | 13:00 – 17:00

Es werden verschiedene Spiele im Klub gespielt wie z.B. Rummikub, Bauernschnapsen, Mensch ärgere dich nicht und vieles mehr.
