

Veranstaltungen

Gesunde Jause

Freitag, 14. August 2026 | 14:30 – 15:30

Genieße mit uns eine gesunde Jause.

Eiskaffee

Freitag, 14. August 2026 | 14:30 – 15:30

Passend zum Sommer genießen eine köstlich kühle Erfrischung.

Yoga im Sitzen

Freitag, 14. August 2026 | 15:00 – 16:00

Wir machen Sitzyoga! Beim Sitzyoga wird die Flexibilität erhöht, verspannte Muskeln gelockert, das Gleichgewicht und die Bewegung verbessert. Jede*r ist willkommen!

Jakkolo

Freitag, 14. August 2026 | 15:00 – 16:00

Geschicklichkeitsspiel

Sitztanz

Freitag, 14. August 2026 | 15:00 – 15:30

Tanzen im Sitzen

Smovey

Freitag, 14. August 2026 | 15:00 – 16:00

Diese Übung sorgt für eine ausgewogene Wirkung auf die Muskulatur, hilft beim Fettabbau und löst gleichzeitig Verspannungen.

Kreativklub

Freitag, 14. August 2026 | 15:00 – 16:00

QUIZ mit Tania!

Freitag, 14. August 2026 | 15:00 – 16:30

QUIZ mit Tania! Wer die Millionenshow kennt, weiß, worum es geht. Mit viel Spaß und Lächeln spielen wir gemeinsam. Das Quiz findet im kleinen Saal im Erdgeschoss statt. Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

Kreativklub

Freitag, 14. August 2026 | 15:00 – 16:00

Es wird Zeit für etwas Kreativität, kommen Sie vorbei und gestalten Sie mit uns mit!

Wir lesen und Sprechen auf Deutsch mit Ernst

Freitag, 14. August 2026 | 15:00 – 16:00

für Menschen mit nicht-deutscher Muttersprache
