

# Veranstaltungen

## **Sprachcafé**

Dienstag, 27. Oktober 2026 | 16:00 – 17:00

Gemeinsames Vernetzen im multikulturellen Sprachcafé! Jede\*r ist willkommen - alle Personen, die sich für ein ungezwungenes Sprachtraining interessieren.

---

## **Wassergymnastik**

Dienstag, 27. Oktober 2026 | 17:00 – 18:30

Gymnastik im Wasser, Preis: € 12,60

---

## **Nordic Walking**

Mittwoch, 28. Oktober 2026 | 08:45 – 10:00

Sehr schnelles gehen mit Stöcken

---

## **Frühstück**

Mittwoch, 28. Oktober 2026 | 09:00 – 11:00

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

---

## **Bewegung im Freien: Nordic Walking**

Mittwoch, 28. 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!

---

## **"Rede mit uns"**

Mittwoch, 28. Oktober 2026 | 09:00 – 11:00

Der Volkshilfe Workshop für alle Generationen. Ob Fragen zu Arbeit, Gesundheit oder einfach mal reden: Hier wirst du gehört.

---

## **Tai Chi**

Mittwoch, 28. Oktober 2026 | 09:00 – 10:00

Tai Chi ist eine sanfte Bewegungsform aus der chinesischen Tradition, die Körper und Geist in Einklang bringt. Durch langsame, fließende Übungen werden Gleichgewicht, Beweglichkeit und Koordination gefördert. Gleichzeitig wirken die ruhigen Abläufe entspannend und können Stress reduzieren. Tai Chi eignet sich besonders gut für ältere Menschen, da die Übungen schonend sind und individuell angepasst werden können. Jede\*r ist willkommen! Treffpunkt: 09:00 im Burggarten, Veranstalter: Verein für Gesundheit und Tai Chi Kultur.

---

## **Kunst-Workshop**

Mittwoch, 28. Oktober 2026 | 09:30 – 12:30

Malen im Klub

---

## **Sprachcafe**

Mittwoch, 28. Oktober 2026 | 09:30 – 11:00

Vernetzt euch im multikulturellen Sprachcafé! Alle, die sich für ein ungezwungenes Sprachtraining in guter Gesellschaft interessieren, sind herzlich willkommen.

---

## **Chinesisch für Anfänger\*innen**

Mittwoch, 28. Oktober 2026 | 09:30 – 10:30

Ein spielerisch Einstieg in die chinesische Sprache! Wir lernen gemeinsam einfache Wörter und Redewendungen für den Alltag, üben die Aussprache und werfen einen Blick auf die chinesische Schrift und Kultur. Keine Vorkenntnisse nötig - nur Neugier ist gefragt!

---