

Veranstaltungen

Sitzgymnastik

Freitag, 7. August 2026 | 14:00 – 14:30

Bewegung im sitzen in der Gruppe

Tischtennis für alle

Freitag, 7. August 2026 | 14:00 – 16:00

lockeres und entspanntes Tischtennisspiel - keine Vorkenntnisse notwendig

Sitzyoga

Freitag, 7. August 2026 | 14:00 – 15:00

Yoga im Sitzen

Bingo

Freitag, 7. August 2026 | 14:30 – 15:00

Spiele im Klub (2 Bingoscheine für 1€, Gewinnchance auf kleine Preise)

Miteinander Jausnen

Freitag, 7. August 2026 | 14:30 – 15:00

Lass uns gemeinsam jausnen. Sei dabei und genieße einen Nachmittag in netter Gesellschaft

Jakkolo

Freitag, 7. August 2026 | 14:30 – 16:00

Geschicklichkeitsspiel: Schiebe die Holzscheibe ins Ziel auf dem Sjoelbak!

Gesunde Jause

Freitag, 7. August 2026 | 14:30 – 15:30

Genieße mit uns eine gesunde Jause.

Eiskaffee

Freitag, 7. August 2026 | 14:30 – 15:30

Passend zum Sommer genießen eine köstlich kühle Erfrischung.

Yoga im Sitzen

Freitag, 7. 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!

Augentraining

Freitag, 7. August 2026 | 15:00 – 15:20

Wir machen gemeinsam Übungen zur Verbesserung der Sehkraft, Stärkung der Augenmuskulatur und Entspannung der Augen.
