

Veranstaltungen

Tischtennis

Samstag, 31. Oktober 2026 | 17:00 – 20:00

Tischtennis bietet Bewegung, Spaß und Geselligkeit. Ganz gleich ob Anfänger oder geübter Spieler – alle können mitmachen. Die lockeren Runden fördern die Fitness, halten den Kopf wach und machen in netter Gesellschaft besonders viel Freude. Jede*r ist willkommen.

Nordic Walking

Montag, 2. November 2026 | 10:00 – 12:00

Wir gehen mit Nordic Walking Stöcken eine Runde durch den Zentralfriedhof, Treffpunkt 1.Tor bei der Strassenbahnstation

Latino Dance mit Freddy

Montag, 2. November 2026 | 10:00 – 12:00

Lateinamerikanische Musik und verschiedene Tanzstile unter Anleitung von unserem Trainer Freddy.

Gesellschaftsspiele

Montag, 2. November 2026 | 12:00 – 17:00

Gemeinsames Spiel und Spass

Lima

Montag, 2. November 2026 | 12:00 – 13:00

Gedächtnis und Bewegungstraining miteinander kombiniert

Deutsches Sprachcafe

Montag, 2. November 2026 | 12:00 – 13:30

Deutsch üben in gemütlicher Atmosphäre - für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Tischtennis

Montag, 2. November 2026 | 12:00 – 17:00

Tischtennis bietet Bewegung, Spaß und Geselligkeit. Ganz gleich ob Anfänger oder geübter Spieler – alle können mitmachen. Die lockeren Runden fördern die Fitness, halten den Kopf wach und machen in netter Gesellschaft besonders viel Freude. Jede*r ist willkommen.

Spielenachmittag

Montag, 2. November 2026 | 12:00 – 17:00

Gemeinsames Spiel

Gedächtnistraining

Montag, 2. November 2026 | 13:00 – 14:00

Gemeinsam trainieren wir unser Gedächtnis.

Regenbogentreff: Plauderstammtisch und Besuch vom IKF

Montag, 2. November 2026 | 13:00 – 15:00

Bei Kaffee und Mehlspeisen wollen wir entspannt miteinander plaudern, lachen und neue Kontakte knüpfen. Komm vorbei, macht es euch gemütlich und verbringt eine bunte Zeit mit uns. Außerdem besucht uns Brigitte vom IKF (Institut für Konfliktforschung) und stellt uns das Projekt „Gemeinsam altern unter dem Regenbogen“ vor. ALLE Lebens- und Lebensweisen sind willkommen!
