

Veranstaltungen

Yoga auf der Matte

Donnerstag, 8. Oktober 2026 | 13:00 – 14:00

Yoga wird durch bestimmte Bewegungen oder Positionen und durch achtsames Atmen die Verbindung von Körper, Geist und Seele möglich.

DieKlubs App

Donnerstag, 8. Oktober 2026 | 13:00 – 13:30

Wir helfen bei der Installation der Klub App

Mixed-Café für alle!

Donnerstag, 8. Oktober 2026 | 13:00 – 15:00

Gemeinsames Austauschformat/Vortrag

MitEinander töpfern

Donnerstag, 8. Oktober 2026 | 13:00 – 14:00

Gestalte in der Gruppe kleine Figuren, Tiere oder sonstige Mini-Figuren

Yoga

Donnerstag, 8. Oktober 2026 | 13:00 – 14:00

Entdecke innere Ruhe und körperliche Ausgeglichenheit bei 'Yoga'. Eine Reise zu dir selbst, Namaste!

Tai Chi

Donnerstag, 8. Oktober 2026 | 13:00 – 14:00

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!

Kegeln im Haus Rudolfsheim

Donnerstag, 8. Oktober 2026 | 13:00 – 17:00

Wir gehen Kegeln ins Haus Rudolfsheim! Zuerst Jause im Gasthaus.

Fit mach mit

Donnerstag, 8. Oktober 2026 | 13:00 – 14:00

Gymnastik

Tarock im Klub

Donnerstag, 8. Oktober 2026 | 13:00 – 16:00

Tarockierer*Innen treffen sich zusammen zum gemeinsamen Kartenspiel.

Miteinander Kochen

Donnerstag, 8. Oktober 2026 | 13:00 – 14:00

Gemeinsam kochen wir etwas Köstliches im Klub!
