

Veranstaltungen

Miteinander Kochen

Mittwoch, 28. Oktober 2026 | 12:00 – 13:00

Gemeinsam kochen wir etwas Köstliches im Klub!

Spielenachmittag

Mittwoch, 28. Oktober 2026 | 12:00 – 16:00

Gemeinsam spielen wir unsere Lieblingsspiele. Jede*r ist willkommen!

Dart

Mittwoch, 28. Oktober 2026 | 12:00 – 15:00

Es zählt zu den Kickback-Sportarten und trägt gut zur Verbesserung der Muskulatur bei.

Mal Workshop

Mittwoch, 28. Oktober 2026 | 12:30 – 17:00

Wir malen mit Acryl auf Leinwand, es ist immer ein Thema angegeben, das wir schritt für schritt bearbeiten, damit ein tolles Ergebnis entsteht, interessant für Anfänger und Fortgeschrittene, mitzubringen ist ein Gewand was schmutzig werden darf und eine Leinwand ihrer Wahl

Dehn & Mobilitätsübungen

Mittwoch, 28. Oktober 2026 | 12:30 – 13:30

Dehn- & Mobilitätsübungen fördern Beweglichkeit und Wohlbefinden. Durch sanfte Übungen werden Muskeln gedehnt und Gelenke mobilisiert. Die Übungen sind schonend, individuell anpassbar und für alle geeignet. Jede*r ist willkommen!

Qi Gong

Mittwoch, 28. Oktober 2026 | 12:30 – 13:30

Qi Gong ist eine traditionelle chinesische Bewegungs- und Entspannungsmethode, die Atmung, sanfte Bewegungen und Konzentration miteinander verbindet. Die langsamen, achtsamen Übungen fördern die Beweglichkeit, stärken die Lebensenergie und unterstützen das allgemeine Wohlbefinden. Qi Gong ist leicht erlernbar, schonend für den Körper und daher besonders gut für

Halloweenfest

Mittwoch, 28. Oktober 2026 | 12:30 – 16:30

Wir feiern gemeinsam Halloweenfest mit Musik, Spaß und guter Stimmung. Kommt gerne verkleidet und verbringt mit uns einen schönen Nachmittag.

Spielenachmittag

Mittwoch, 28. Oktober 2026 | 13:00 – 17:00

Es werden verschiedene Spiele im Klub gespielt wie z.B. Rummikub, Bauernschnapsen, Mensch ärgere dich nicht und vieles mehr.

Mittagessen

Mittwoch, 28. Oktober 2026 | 13:00 – 13:30

Frisch gekochte Speisen, Preis: € 5.-, nur mit Voranmeldung

Line Dance

Mittwoch, 28. Oktober 2026 | 13:00 – 15:00

Unsere Lindancegruppe besucht uns heute im Klub
