

Veranstaltungen

Vortrag

Dienstag, 17. November 2026 | 13:00 – 15:00

Das Rote Kreuz besucht uns und hält einen Vortrag

Gedächtnistraining

Dienstag, 17. November 2026 | 13:30 – 14:00

Gemeinsam trainieren wir unser Gedächtnis.

Sitzgymnastik

Dienstag, 17. November 2026 | 13:30 – 14:00

Entdecke die Welt der Bewegung im Sitzen bei unserer 'Gymnastik im Sitzen'. Sanfte Übungen für alle Altersgruppen, die Körper und Geist beleben!

LIMA

Dienstag, 17. November 2026 | 13:30 – 15:00

Lebensqualität im Alter - Eine Form von Gedächtnistraining. Jede*r ist willkommen!

Gymnastik Smovey

Dienstag, 17. November 2026 | 14:00 – 15:00

Gymnastik mit den Smovey-Ringen: Bewegung mit Ringen

Tai Chi, Qi Gong & verschiedene Tänze mit Li

Dienstag, 17. November 2026 | 14:00 – 15:00

Im ersten Teil erwarten Sie chinesische Konzentrations- und Bewegungsformen zur Kultivierung von Körper und Geist, im zweiten Teil verschiedene Tänze. Anfänger*innen und (Wieder-)Einsteiger*innen sind herzlich willkommen!

LIMA

Dienstag, 17. November 2026 | 14:00 – 15:00

Lebensqualität im Alter - Gedächtnis- und Bewegungstraining miteinander kombiniert.

Gesellschaftsspiele und Kaffeekränzchen

Dienstag, 17. November 2026 | 14:00 – 17:00

Wir laden Sie herzlich zu einem fröhlichen und geselligen Nachmittag mit Brett- und Kartenspielen ein - in entspannter Runde und bei einer Tasse Kaffee.

Miteinander gesund Jausnen

Dienstag, 17. November 2026 | 14:00 – 15:00

Miteinander jausnen

Handy und Computerfit

Dienstag, 17. November 2026 | 14:30 – 16:00

Haben Sie Fragen zur Handy - oder Computernutzung? Nehmen Sie das Gerät mit in den Klub und lernen Sie dazu! Ob Handy-Hintergrundbild ändern oder E-Mail Adresse erstellen - wir finden gemeinsam die Lösung. (Bitte um telefonische anmeldung im Klub.)
