

Veranstaltungen

Nordic Walking

Montag, 12. Oktober 2026 | 10:00 – 12:00

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

Nordic Walking

Montag, 12. Oktober 2026 | 10:00 – 11:00

Bewegung für Körper und Geist, Treffpunkt im Klub

Latino Dance mit Freddy

Montag, 12. Oktober 2026 | 10:00 – 12:00

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

Gymnastik mit den Smovey-Ringen

Montag, 12. Oktober 2026 | 11:00 – 12:00

Um Anmeldung im Klub wird gebeten

Gymnastik mit Musik

Montag, 12. Oktober 2026 | 11:00 – 12:00

Kombinierte sanfte Bewegungen mit bekannten Melodien, um den Körper zu mobilisieren, die Koordination zu schulen und die Freude an der Bewegung zu wecken.

Gesellschaftsspiele

Montag, 12. Oktober 2026 | 12:00 – 17:00

Gemeinsames Spiel und Spass

Gespräche gegen Einsamkeit

Montag, 12. Oktober 2026 | 12:00 – 17:00

Plaudern und über den Tag reden

Gesellschaftsspiele spielen

Montag, 12. Oktober 2026 | 12:00 – 16:45

Ein Gesellschaftsspiel ist ein unterhaltendes Spiel für mehrere Personen ,das vor allem Brettspiele,Kartenspiele oder Würfelspiele umfasst

Stepptanz

Montag, 12. Oktober 2026 | 13:00 – 14:00

Um Anmeldung im Klub wird gebeten

Gedächtnistraining

Montag, 12. Oktober 2026 | 13:00 – 14:00

Gemeinsam trainieren wir unser Gedächtnis.
