

# Veranstaltungen

## Yoga im Sitzen

Dienstag, 25. August 2026 | 13:30 – 14:30

Wir machen Sitzyoga! Beim Sitzyoga wird die Flexibilität erhöht, verspannte Muskeln gelockert, das Gleichgewicht und die Bewegung verbessert. Jede\*r ist willkommen!

---

## Gymanstik mit Theraband

Dienstag, 25. August 2026 | 13:30 – 14:30

Gymnastik mit Theraband mit Trainer Matthias

---

## Vortrag Stolperfalle Mensch

Dienstag, 25. August 2026 | 13:30 – 15:00

Kuratorium Verkehrssicherheit

---

## (ABGESAGT) Tauschboutique-Party „Très chic“

Dienstag, 25. August 2026 | 13:30 – 17:00

Willkommen zur Tauschboutique-Party - ein stilvoller Rahmen für nachhaltige Mode. In angenehmer Atmosphäre, begleitet von Musik und einem Sektempfang, wird Tauschen zum besonderen Erlebnis.

---

## Eisparty

Dienstag, 25. August 2026 | 14:00 – 15:00

Sommergenuss für Alle

---

## Lachyoga

Dienstag, 25. August 2026 | 14:00 – 14:45

kombiniert grundloses Lachen mit tiefen Atemübungen aus dem Yoga.

---

## **Tai Chi, Qi Gong & verschiedene Tänze**

Dienstag, 25. August 2026 | 14:00 – 16:00

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!

---

## **Gesellschaftsspiele und Kaffeekränzchen**

Dienstag, 25. August 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.

---

## **Spielesachmittag**

Dienstag, 25. August 2026 | 14:00 – 17:00

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

---

## **Eiskaffe**

Dienstag, 25. August 2026 | 14:00 – 17:00

Unsere Klubmitarbeiterinnen freuen sich darauf, bei einem Eiskaffee in gemütlicher Runde mit Ihnen plaudern zu dürfen.

---