



Information über die Veranstaltungen in der Gemeinde Obertraubling – Kurz und Knapp

Nachfolgende Veranstaltungen für ältere Mitbürgerinnen/Mitbürger finden 2025 in der Gemeinde Obertraubling in den nächsten Monaten statt. Nähere Informationen finden Sie stets als Handzettel im Eingangsbereich vom Bürgerbüro, als Aushang und im Internet.

November - Dezember 2025					
Angebot	Datum	Uhrzeit	Ort	Sonst. Informationen	Kosten
Nordic Walking	Jeden Donnerstag	10.00 Uhr bis ca. 11. 00 Uhr	Treffpunkt: vorm Bürgerbüro	Anmeldung nicht erforderlich.	keine
Seniorenstammtisch im Phönix-Lebenszentrum	Mittwoch, 12. November & 10. Dezember	14.00 Uhr	Cafeteria, Josef-Wieland-Straße 1	Anmeldung nicht erforderlich.	Verzehr auf eigene Kosten
Gemeinsam statt einsam – Gemeinsam essen ist schöner als allein	Dienstag, 4. November	11.30 Uhr	Gaststätte Löffler	Verbindliche Anmeldung unter 09401 6353	Verzehr auf eigene Kosten
Senioren-gottesdienst	Mittwoch, 5. November & 5. Dezember	14.30 Uhr	Pfarrsaal Obertraubling	Anschl. Kaffee und Kuchen. Evtl. Terminänderung im Pfarrbrief/MZ beachten. Anmeldung nicht nötig.	keine
Betriebsbesichtigung bei Alliance Healthcare	Donnerstag, 6. November	13.30 Uhr	Treffpunkt: Eingang Verwaltungsgebäude, Einsteinstraße 11, 93055 Regensburg	Anmeldung bis 3. November: bei I. Mergels unter 09401 5629 oder 0171 5589 061.	keine
MuT-Partner - Antwort auf Fragen zum Umgang mit Tablet, Mobiltelefone, Software.	Donnerstag, 6. November & 4. Dezember	16.00 Uhr bis 17.30 Uhr	EDEKA-Markt Dirnberger Obertraubling	Anmeldung nicht erforderlich. Nähere Informationen siehe Aushang und Internet.	keine
Kostenlose Kickboxeinheit mit Fokus auf Selbstverteidigung in Obertraubling	Samstag, 8. November	10.00 Uhr bis 13.00 Uhr	TOP TEN Leistungszentrum Herzog-Albrecht-Straße 14 A	Schnupperkurs mit kurzer Theorie und anschl. Sporteinheit für Anfänger. Anmeldung ab 21. Oktober bis 6. November unter 09401 9601-36	keine
Wanderausstellung „Daheim wohnen bleiben – sicher und selbstbestimmt“	13. 11.:15.00 Uhr - 16.00 Uhr		Mehrzweckraum im Bürgerbüro, Landshuter Str. 8	Die Wanderausstellung kann während der genannten Öffnungszeiten besichtigt werden.	keine
	14.11.: 11.00 Uhr – 12.00 Uhr				
	17.11.: 10.00 Uhr – 12.00 Uhr				
	18.11.: 15.00 Uhr – 16.00 Uhr				
	19.11.: 9.00 Uhr - 12.00 Uhr				
Schnupperkurs: Nordic Walking	Donnerstag, 13. November	10.00 Uhr bis ca. 11.00 Uhr	Treffpunkt: vorm Bürgerbüro	Anmeldung nicht erforderlich.	keine
Schnupperkurs: Bewegung und Kräftigung für den Alltag	Donnerstag, 13. November	13.00 Uhr bis ca. 13.45 Uhr	Mehrzweckraum im Bürgerbüro	Anmeldung nicht erforderlich.	keine
Schnupperkurs: Kleine Auszeit mit Qi Gong	Donnerstag, 13. November	14.00 Uhr bis 14.45 Uhr	Mehrzweckraum im Bürgerbüro	Anmeldung nicht erforderlich.	keine
Vortrag: Das eigene Wohlbefinden steigern – mit Yoga	Donnerstag, 13. November	16.30 Uhr bis 17.30 Uhr	Mehrzweckraum im Bürgerbüro, Landshuter Str. 8	Anzahl der Plätze begrenzt. Anmeldung ab sofort bis 12. November unter 09401 9601-36.	keine
Vortrag: Solange wie möglich zu Hause bleiben	Freitag, 14. November	9.00 Uhr bis 10.30 Uhr	Mehrzweckraum im Bürgerbüro, Landshuter Str. 8	Anzahl der Plätze begrenzt. Anmeldung ab sofort bis 12. November unter 09401 9601-36.	keine
Kino – Kino (nur für Generation 60plus)	Samstag, 15. November	Filmbeginn: 14.30 Uhr	Mehrzweckraum im Bürgerbüro, Landshuter Str. 8	Einlass: 14.00 Uhr. Anzahl der Plätze begrenzt. Anmeldung ab sofort bis 12. November unter 09401 9601-36.	keine
Sonntags-Café (nur für Generation 60plus)	Sonntag, 16. November	14.00 Uhr bis 16.00 Uhr	Mehrzweckraum im Bürgerbüro, Landshuter Str. 8	Anzahl der Plätze begrenzt. Anmeldung ab sofort bis 12. November unter 09401 9601-36.	keine
Vortrag: Den Garten altersgerecht gestalten und pflegen	Dienstag, 18. November	13.30 Uhr bis 14.30 Uhr	Mehrzweckraum im Bürgerbüro, Landshuter Str. 8	Anzahl der Plätze begrenzt. Anmeldung ab sofort bis 12. November unter 09401 9601-36.	keine
Vortrag: Altersgerechtes Wohnen – Chancen und Grenzen	Dienstag, 18. November	17.00 Uhr bis 18.30 Uhr	Mehrzweckraum im Bürgerbüro, Landshuter Str. 8	Anzahl der Plätze begrenzt. Anmeldung ab sofort bis 12. November unter 09401 9601-36.	keine
Ausstellung und Beratung über Hilfsmittel im Alltag	Mittwoch 19. November	9.00 Uhr bis 12.00 Uhr	Mehrzweckraum im Bürgerbüro, Landshuter Str. 8	Anmeldung nicht erforderlich.	keine
Seniorinnen-/Senioren-Cafe´ im Pfarrheim Obertraubling	Montag, 1. Dezember	14.30 Uhr bis 17 Uhr	im Pfarrsaal Obertraubling	Gespräche, Karten- und Brettspiele bei Kaffee und Kuchen.	kostenlos
Vorweihnachtlicher Seniorennachmittag am 2. Advent	Sonntag, 7. Dezember	14 Uhr bis 16.30 Uhr	Gasthof Weitzer, Oberhinkofen	Anmeldung nicht erforderlich. Nähere Informationen und Busfahrplan siehe Aushang und Internet.	Kostenloser Zubringerbus
Terminvorschau 2026					
Faschingsmuffel mit Musik	Freitag, 6. Februar 2026	Einlass: 18.00 Uhr	Mehrzweckraum im Bürgerbüro	Begrenzte Plätze. Anmeldung nötig. Nähere Informationen 2026	Eintritt:

Gerne nehmen wir auch weitere Angebote für Seniorinnen und Senioren in der Gemeinde Obertraubling in unsere Übersicht auf.

Ansprechpartnerin:

Ursula Schmid

Durchwahl: 09401 9601-36

E-Mail: ursula.schmid@obertraubling.de

Quartiers- und Generationenmanagement

Bayerisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales



Dieses Projekt wird aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Familie, Arbeit und Soziales gefördert.

X	Aushang:	angeheftet am: 28.10.2025
		abgenommen am: 09.12.2025.
X	Presse:	MZ, via Post/Mail am:
X	Internet:	an SG 10.6 am: 06.10.2025
		eingestellt von 10.6/8 am: 20.10.2025