Wochenprogramm Seniorentreff

Vom 30.11. – 05.12.2026

Telefon: 08821 60 35 480

Montag 30.11.

09:30- 10:30 Uhr **Gedächtnistraining mit Christiane Frahm**

- Training für die grauen Zellen – Heute im Wohncafé!!!!

10:30- 12:00 Uhr **Internationaler Seniorentanz** mit Elsbeth Melcher

11:00- 12:00 Uhr **Spanisch für Anfänger**

- Für Teilnehmer mit einfachen Vorkenntnissen, mit Anleitung

Zur INFO: Heute findet keine Handy-/Tablet- und Computer-Sprechstunde statt!

14:30- 15:30 Uhr **Yoga auf dem Stuhl**

- Mit Katharina Rappensberger, Spende 5 €

Dienstag 01.12.

09:30- 10:30 Uhr **Sprachcafé Englisch Gruppe 1**

- Mit Iris Asenstorfer, "Read- Translate- Speak- Repeat"

10:45- 12:00 Uhr **English Conversation**

- Mit Peter Huggins

13:00- 16:00 Uhr **Trau-dich-Café**

In gemütlicher Atmosphäre bei Kaffee und Gesprächen neue Kontakte knüpfen.

Mittwoch 02.12.

09:00- 10:00 Uhr **Gesundheitsgymnastik und Yoga im Sitzen und Stehen**

- Mit Helga Meier-Kuhfs, Spende 5 €

10:00- 11:00 Uhr **Sprachcafé Englisch Gruppe 2**

- Mit Iris Asenstorfer, "Read- Translate- Speak- Repeat"

12:00- 13:30 Uhr **SpieleTreff** „Rummikub“

13:30- 16:00 Uhr **SpieleTreff** „Stadt, Land, Fluss“ und „Bingo“ mit Beate Hübner

Donnerstag 03.12.

09:30- 10:45 Uhr **Sprachcafé Italienisch**

- Für Fortgeschrittene, mit Anleitung

10:45- 12:00 Uhr **Sprachcafé Französisch**

- Für Fortgeschrittene, mit Anleitung

13:00- 16:00 Uhr **KreativTreff**

- Malen und Basteln in gemütlicher Runde

15:00- 16:00 Uhr **Dancing Queens**

- Gemeinsames freies Tanzen in netter Runde, ohne Voranmeldung

16:15- 18:00 Uhr **Meditativer Ausdruckstanz mit Priya**

Freitag 04.12.

10:00- 11:00 Uhr **aktiv & beweglich 60+**

- Leichte Gymnastik im Sitzen und Stehen, mit Barbara Salfner

15:30- 16.15 Uhr **Line Dance Fortgeschrittene**

16:30- 17.15 Uhr **Line Dance Fortgeschrittene PLUS**

Mit Christine Dill, Spende 3,- Euro

Samstag 05.12.

10:15- 11:45 Uhr **Politikforum**

