



Wochenprogramm Seniorentreff

Vom 10.11. – 15.11.2025

Telefon: 08821 60 35 480

Montag 10.11.

09:30- 10:30 Uhr **aktiv & beweglich 60+**

- Leichte Gymnastik im Sitzen und Stehen, mit Barbara Salfner

10:45- 12:00 Uhr **Internationaler Seniorentanz**

- Mit Elsbeth Melcher

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

- Für Teilnehmer mit einfachen Vorkenntnissen, mit Hr. und Fr. Müller

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

- Mit Katharina Rappensberger, Unkostenbeitrag 5,- Euro

Dienstag 11.11.

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

- Mit Iris Asenstorfer, “Read- Translate- Speak- Repeat”

10:30- 12:00 Uhr **Gleichgewicht, Geschicklichkeit, Bewegung und Entspannung**

- Mit Monika Johannsen, Unkostenbeitrag 5,- Euro

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

- Mit Peter Huggins

13:00- 16:00 Uhr **Handarbeitscafé**

- Gemütliches Beisammensitzen mit Stricknadel und Kaffee/Kuchen

14:00- 15:30 Uhr **Gleichgewicht, Geschicklichkeit, Bewegung und Entspannung**

- Mit Monika Johannsen, Unkostenbeitrag 5,- Euro

Mittwoch 12.11.

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

- Mit Helga Meier-Kuhfs, Unkostenbeitrag 5,- Euro

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“

16:30- 18:00 Uhr **KegelTreff (14-tägig)** Nur mit Voranmeldung im Seniorentreff

Donnerstag 13.11.

09:30- 10:45 Uhr **Sprachcafé Italienisch**, Für Fortgeschrittene, mit Anleitung

11:00- 12:00 Uhr **Sprachcafé Französisch**, Für Fortgeschrittene, mit Anleitung

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

- Malen und basteln in gemütlicher Runde

17:15- 19:00 Uhr **meditativer Ausdruckstanz mit Priya**

Freitags ist der Seniorentreff immer geschlossen!

Samstag 15.11.

10:00- 16:00 Uhr **Kunst-/ und Kreativmarkt**

- Heute verwandelt sich der Seniorentreff in eine kleine Galerie! Unsere Senior:innen präsentieren ihre selbst gemalten Bilder, handgefertigten Kunstwerke und Bastelarbeiten – zum Anschauen, Staunen und Kaufen!

