

Feste Termine

DRK-Seniorenbegegnungszentrum Dammstraße

KURSE MIT VORANMELDUNG!

Montags:

09:30 Uhr: Gymnastik zur Sturzprophylaxe*
10:30 Uhr: Fit in die Woche

Dienstags:

09:30 Uhr: Training für die grauen Zellen (ab 11.01.)
10:30 Uhr: Training für die grauen Zellen (ab 11.01.)
09:30 Uhr: Seniorensport
10:30 Uhr: Seniorensport
17:00 Uhr: Tai- Chi*

Mittwochs:

10:00 Uhr: Tanzkreis

Donnerstags:

13:30 Uhr: Betreuungsgruppe für Menschen mit Demenz*

Freitags:

08:00 Uhr: Französisch (ZOOM- Unterricht)

*Das Angebot ist gesetzlich anerkannt, eine Kostenerstattung über die Kranken- bzw. Pflegekasse ist möglich.