

Reguläres Angebot im Veranstaltungssaal



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
13:00 - 14:00 Uhr Sturzprävention / Rheumaliga	10.00 - 11.00 Uhr Qigong / Tai Chi	11.00 - 12.00 Uhr Betriebsport Stadt Nauen		9.30 - 11.00 Uhr Yoga sanft	Schachtraining oder Geburts- vorbereitung nach Absprache	Schachtraining oder Geburts- vorbereitung nach Absprache
15.45 - 16.30 Uhr Kindertanz für Anfänger	14.00 - 15.30 Uhr Seniorenachmittag	13.30 - 14.30 Uhr Senioren-sport / Sturzprävention	14.30 - 15.30 Uhr Senioren-sport / Sturzprävention	13.00 - 14.00 Uhr Senioren-sport / Sturzprävention		
	15:30 - 16:30 Uhr Funktionstraining / Rheumaliga	15:00 - 16:00 Uhr Qigong / Rheumaliga				
16.30 - 17.15 Uhr Kindertanz für Fortgeschrittene		16.00 - 18.00 Uhr Angehörigengruppe psychisch Kranker/ jeden 4 .Mi	16.30 - 18.00 Uhr Kinderschach			
18:00 - 19:00 Uhr Qigong / Tai Chi	18.15 - 20.30 Uhr Line Dance	18:00 - 19:30 Uhr Yoga	18.00 - 22.00 Uhr Schach für Erwachsene			

Stand: April 2026

Zusätzliche Einzelvermietungen nicht inklusive.

Für vorbereitende Maßnahmen ist der Zugang in der Regel 15 Minuten vor Kursbeginn möglich. Änderungen durch die Hausleitung sind möglich.