

DRK-Zentrum Verl

Österwieher Straße 22 | 33415 Verl

Bürozeiten: Dienstag 09.00 – 12.00 Uhr | Tel. 5621

Programm für die Monate Juli bis Dezember 2025

Veranstaltungsorte:	*	DRK-Zentrum
	**	Turnhalle der Marienschule
	***	Hallenbad Schulzentrum

Juli

Dienstag	01.07.	16.00-18.00 Uhr	Gehirnjogging*	
Mittwoch	02.07.	14.00-15.00 Uhr	Sitzgymnastik/Mobilität im Alter**	
Mittwoch	02.07.	14.30-17.00 Uhr	Genießen-Klönen-Spielen*	Waffeln
Mittwoch	09.07.	14.00-15.00 Uhr	Sitzgymnastik/ Mobilität im Alter	
Mittwoch	09.07.	14.30-17.00 Uhr	Genießen-Klönen-Spielen	Brötchen
Freitag	11.07.	14.30-16.00 Uhr	Rollator-Club*	
Donnerstag	17.07.	14.00-16.00 Uhr	Gehirnjogging	
Freitag	25.07.	14.30-16.00 Uhr	Rollator-Club	

August

Dienstag	05.08.	16.00-18.00 Uhr	Gehirnjogging	
Freitag	08.08.	14.30-16.00 Uhr	Rollator Club	
Mittwoch	13.08.	14.30-17.00 Uhr	Genießen-Klönen-Spielen	Brötchen
Mittwoch	20.08.	14.30-17.00 Uhr	Genießen-Klönen-Spielen	Kuchen
Donnerstag	21.08.	14.00-16.00 Uhr	Gehirnjogging	
Freitag	22.08.	14.30-16.00 Uhr	Rollator-Club	
Mittwoch	27.08.	14.00-15.00 Uhr	Sitzgymnastik/Mobilität im Alter	
Mittwoch	27.08.	14.30-17.00 Uhr	Genießen-Klönen-Spielen	Grillen

September

Dienstag	02.09.	16.00-18.00 Uhr	Gehirnjogging	
Mittwoch	03.09.	14.00-15.00 Uhr	Sitzgymnastik/Mobilität im Alter	
Mittwoch	03.09.	14.30-17.00 Uhr	Genießen-Klönen-Spielen	Waffeln
Mittwoch	10.09.	14.00-15.00 Uhr	Sitzgymnastik/ Mobilität im Alter	

Mittwoch	10.09.	14.30-17.00 Uhr	Genießen-Klönen-Spielen	Brötchen
Freitag	12.09.	14.30-16.00 Uhr	Rollator-Club	
Mittwoch	17.09.	14.00-15.00 Uhr	Sitzgymnastik/Mobilität im Alter	
Mittwoch	17.09.	14.30-17.00 Uhr	Genießen-Klönen-Spielen	Kuchen
Donnerstag	18.09.	14.00-16.00 Uhr	Gehirnjogging	
Mittwoch	24.09.	14.00-15.00 Uhr	Sitzgymnastik/Mobilität im Alter	
Mittwoch	24.09.	14.30-17.00 Uhr	Genießen-Klönen-Spielen	Grillen
Freitag	26.09.	14.30-16.00 Uhr	Rollator Club	

Oktober

Mittwoch	01.10.	14.00-15.00 Uhr	Sitzgymnastik / Mobilität im Alter	
Mittwoch	01.10.	14.30-17.00 Uhr	Genießen-Klönen-Spielen	Waffeln
Dienstag	07.10.	16.00-18.00 Uhr	Gehirnjogging	
Mittwoch	08.10.	14.00-15.00 Uhr	Sitzgymnastik/ Mobilität im Alter	
Mittwoch	08.10.	14.30-17.00 Uhr	Genießen-Klönen-Spielen	Brötchen
Freitag	10.10.	14.30-16.00 Uhr	Rollator-Club	
Mittwoch	15.10.	14.30-17.00 Uhr	Genießen-Klönen-Spielen	Kuchen
Donnerstag	16.10.	14.00-16.00 Uhr	Gehirnjogging	
Mittwoch	22.10.	14.30-17.00 Uhr	Genießen-Klönen-Spielen	Brötchen
Freitag	24.10.	14.30-16.00 Uhr	Rollator-Club	
Mittwoch	29.10.	14.00-15.00 Uhr	Sitzgymnastik/ Mobilität im Alter	
Mittwoch	29.10.	14.30-17.00 Uhr	Genießen-Klönen-Spielen	Grillen

November

Dienstag	04.11.	16.00-18.00 Uhr	Gehirnjogging	
Mittwoch	05.11.	14.00-15.00 Uhr	Sitzgymnastik/Mobilität im Alter	
Mittwoch	05.11.	14.30-17.00 Uhr	Genießen-Klönen-Spielen	Waffeln
Mittwoch	12.11.	14.00-15.00 Uhr	Sitzgymnastik/Mobilität im Alter	
Mittwoch	12.11.	14.30-17.00 Uhr	Genießen-Klönen-Spielen	Brötchen
Freitag	14.11.	14.30-16.00 Uhr	Rollator-Club	
Mittwoch	19.11.	14.00-15.00 Uhr	Sitzgymnastik/Mobilität im Alter	
Mittwoch	19.11.	14.30-17.00 Uhr	Genießen-Klönen-Spielen	Kuchen
Donnerstag	20.11.	14.00-16.00 Uhr	Gehirnjogging	
Mittwoch	26.11.	14.00-15.00 Uhr	Sitzgymnastik/Mobilität im Alter	
Mittwoch	26.11.	14.30-17.00 Uhr	Genießen-Klönen-Spielen	Grillen
Freitag	28.11.	14.30-16.00 Uhr	Rollator-Club	

Dezember

Dienstag	02.12.	16.00-18.00 Uhr	Gehirnjogging	
Mittwoch	03.12.	14.00-15.00 Uhr	Sitzgymnastik/Mobilität im Alter	
Mittwoch	03.12.	14.30-17.00 Uhr	Genießen-Klönen-Spielen	Waffeln
Mittwoch	10.12.	14.00-15.00 Uhr	Sitzgymnastik/Mobilität im Alter	
Mittwoch	10.12.	14.30-17.00 Uhr	Genießen-Klönen-Spielen	Brötchen
Freitag	12.12.	14.30-16.00 Uhr	Rollator-Club	
Mittwoch	17.12.	14.00-15.00 Uhr	Sitzgymnastik/Mobilität im Alter	
Mittwoch	17.12.	14.30-17.00 Uhr	Genießen-Klönen-Spielen	Kuchen
Donnerstag	18.12.	14.00-16.00 Uhr	Gehirnjogging	

Wassergymnastik*** (nur mit Jahreskarte)

Jeden Donnerstag (außer in den Ferien) 15.30-16.30 Uhr

Voranmeldung Wassergymnastik/Jahreskarten: Sandra Pape Tel. 5621