

DRK-Zentrum Verl

Österwieher Straße 22 | 33415 Verl

Bürozeiten: Dienstag 09.15 – 11.45 Uhr | Tel. 5621

Programm für die Monate Juli bis Dezember 2026

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

Juli

Mittwoch	01.07.	14.00-15.00 Uhr	Sitzgymnastik/Mobilität im Alter**	
Mittwoch	01.07.	14.30-17.00 Uhr	Genießen-Klönen-Spielen*	Waffeln
Dienstag	07.07.	16.00-18.00 Uhr	Gehirnjogging	
Mittwoch	08.07.	14.00-15.00 Uhr	Sitzgymnastik/ Mobilität im Alter	
Mittwoch	08.07.	14.30-17.00 Uhr	Genießen-Klönen-Spielen	Brötchen
Freitag	10.07.	14.30-16.00 Uhr	Rollator-Club*	
Mittwoch	15.07.	14.00-15.00 Uhr	Sitzgymnastik/Mobilität im Alter**	
Mittwoch	15.07.	14.30-17.00 Uhr	Genießen-Klönen-Spielen	Kuchen
Donnerstag	16.07.	14.00-16.00 Uhr	Gehirnjogging	
Mittwoch	22.07.	14.30-17.00 Uhr	Genießen-Klönen-Spielen	Brötchen
Freitag	24.07.	14.30-16.00 Uhr	Rollator-Club	
Mittwoch	29.07.	14.30-17.00 Uhr	Genießen-Klönen-Spielen	Grillen

August

Dienstag	04.08.	16.00-18.00 Uhr	Gehirnjogging	
Freitag	14.08.	14.30-16.00 Uhr	Rollator Club	
Donnerstag	20.08.	14.00-16.00 Uhr	Gehirnjogging	
Freitag	28.08.	14.30-16.00 Uhr	Rollator-Club	

September

Dienstag	01.09.	16.00-18.00 Uhr	Gehirnjogging	
Mittwoch	02.09.	14.00-15.00 Uhr	Sitzgymnastik/Mobilität im Alter	
Mittwoch	02.09.	14.30-17.00 Uhr	Genießen-Klönen-Spielen	Waffeln
Freitag	04.09.	14.30-16.00 Uhr	Rollator-Club	
Mittwoch	09.09.	14.00-15.00 Uhr	Sitzgymnastik/ Mobilität im Alter	
Mittwoch	09.09.	14.30-17.00 Uhr	Genießen-Klönen-Spielen	Brötchen
Mittwoch	16.09.	14.00-15.00 Uhr	Sitzgymnastik/Mobilität im Alter	
Mittwoch	16.09.	14.30-17.00 Uhr	Genießen-Klönen-Spielen	Kuchen
Donnerstag	17.09.	14.00-16.00 Uhr	Gehirnjogging	
Mittwoch	23.09.	14.00-15.00 Uhr	Sitzgymnastik/Mobilität im Alter	
Mittwoch	23.09.	14.30-17.00 Uhr	Genießen-Klönen-Spielen	Brötchen
Freitag	25.09.	14.30-16.00 Uhr	Rollator Club	
Mittwoch	30.09.	14.00-15.00 Uhr	Sitzgymnastik/Mobilität im Alter	
Mittwoch	30.09.	14.30-17.00 Uhr	Genießen-Klönen-Spielen	Grillen

Oktober

Dienstag	06.10.	16.00-18.00 Uhr	Gehirnjogging	
Mittwoch	07.10.	14.00-15.00 Uhr	Sitzgymnastik/ Mobilität im Alter	
Mittwoch	07.10.	14.30-17.00 Uhr	Genießen-Klönen-Spielen	Waffeln
Freitag	09.10.	14.30-16.00 Uhr	Rollator-Club	
Mittwoch	14.10.	14.00-15.00 Uhr	Sitzgymnastik/ Mobilität im Alter	
Mittwoch	14.10.	14.30-17.00 Uhr	Genießen-Klönen-Spielen	Kuchen
Donnerstag	15.10.	14.00-16.00 Uhr	Gehirnjogging	
Mittwoch	21.10.	14.30-17.00 Uhr	Genießen-Klönen-Spielen	Brötchen
Freitag	23.10.	14.30-16.00 Uhr	Rollator-Club	
Mittwoch	28.10.	14.30-17.00 Uhr	Genießen-Klönen-Spielen	Grillen

November

Dienstag	03.11.	16.00-18.00 Uhr	Gehirnjogging	
Mittwoch	04.11.	14.00-15.00 Uhr	Sitzgymnastik/Mobilität im Alter	
Mittwoch	04.11.	14.30-17.00 Uhr	Genießen-Klönen-Spielen	Waffeln
Mittwoch	11.11.	14.00-15.00 Uhr	Sitzgymnastik/Mobilität im Alter	
Mittwoch	11.11.	14.30-17.00 Uhr	Genießen-Klönen-Spielen	Brötchen
Freitag	13.11.	14.30-16.00 Uhr	Rollator-Club	
Mittwoch	18.11.	14.00-15.00 Uhr	Sitzgymnastik/Mobilität im Alter	
Mittwoch	18.11.	14.30-17.00 Uhr	Genießen-Klönen-Spielen	Kuchen
Donnerstag	19.11.	14.00-16.00 Uhr	Gehirnjogging	
Mittwoch	25.11.	14.00-15.00 Uhr	Sitzgymnastik/Mobilität im Alter	
Mittwoch	25.11.	14.30-17.00 Uhr	Genießen-Klönen-Spielen	Grillen
Freitag	27.11.	14.30-16.00 Uhr	Rollator-Club	

Dezember

Dienstag	01.12.	16.00-18.00 Uhr	Gehirnjogging	
Mittwoch	02.12.	14.00-15.00 Uhr	Sitzgymnastik/Mobilität im Alter	
Mittwoch	02.12.	14.30-17.00 Uhr	Genießen-Klönen-Spielen	Waffeln
Mittwoch	09.12.	14.00-15.00 Uhr	Sitzgymnastik/Mobilität im Alter	
Mittwoch	09.12.	14.30-17.00 Uhr	Genießen-Klönen-Spielen	Brötchen
Mittwoch	16.12.	14.00-15.00 Uhr	Sitzgymnastik/Mobilität im Alter	
Mittwoch	16.12.	14.30-17.00 Uhr	Genießen-Klönen-Spielen	Kuchen
Donnerstag	17.12.	14.00-16.00 Uhr	Gehirnjogging	
Freitag	18.12.	14.30-16.00 Uhr	Rollator-Club	

Wassergymnastik*** (nur mit Jahreskarte)

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

Voranmeldung Wassergymnastik/Jahreskarten: Sandra Pape Tel. 5621