

Jahresplan für "Aktive Senioren Odenthal"

Leitung: Friederike Simon-Sander

Stellvertreterin: Heike Steinberger

Techn. Unterstützung: Wolfgang Roth

Termine 2026

- | | | |
|---------------|------------------|--|
| 26.01. | 14:00 Uhr | Muntermacher für das neue Jahr
Traumtänzer mit Prinzenpaar |
| 23.02. | 14:00 Uhr | Stuhl-Yoga (Heike Steinberger) |
| 23.03. | 14:00 Uhr | Einkehr-Nachmittag (Udo Casel)
Thema: Fastenzeit in der Moderne |
| 27.04. | 15:00 Uhr | Stuhl-Gymnastik mit Musik (Ursula Reermann) |
| 18.05. | 15:00 Uhr | Wunschprogramm |
| 22.06. | 15:00 Uhr | Meditativer Tanz (Bärbel Berger) |
| 27.07. | 15:00 Uhr | Stuhl-Yoga (Heike Steinberger) |
| 24.08. | 15:00 Uhr | Stuhl-Gymnastik mit Musik (Ursula Reermann) |
| 28.09. | 14:00 Uhr | Jin Shin Jyutzu (Elisabeth Wirth) |
| 26.10. | 14:00 Uhr | Erntedank-Feier |
| 23.11. | 14:00 Uhr | Herstellen von Weihnachtsdekoration |
| 21.12. | 14:00 Uhr | Weihnachtsfeier |