

Im Überblick

[ZURÜCK](#) | ... | [4](#) | [5](#) | [6](#) | ... [WEITER](#)

29.05.2024

Gymnastik



Einfache Bewegungsabläufe werden unter Einsatz von Musik eingeübt. Im Rahmen der Ganzkörpergymnastik werden Lockerungs- und Entspannungsübungen, Übungen [...]

[MEHR](#)

29.05.2024

KISS-Gruppe zum kontrollierten Konsum

Bist Du motiviert, Deinen Drogenkonsum, egal ob von illegalisierten Drogen oder von Alkohol, zu reduzieren oder auch ganz zu beenden? Dann bist Du bei [...]

[MEHR](#)

29.05.2024

Wunschkonzert



Wir singen, weil's uns Freude macht! Altbekannte Volks- und Wanderlieder sowie aktuelle Stimmungs- und Unterhaltungslieder überwiegend auf Deutsch. [...]

[MEHR](#)

29.05.2024

Selbsthilfegruppe Schnarchen und Schlaf-Apnoe

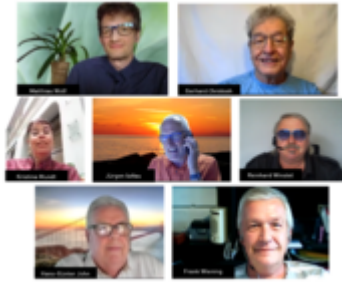
Schnarchen und Schlaf-Apnoe. Vortrag und Maskensprechstunde im Vital-Zentrum. Ansprechpersonen: Robert Hammerstein, Telefon 65 17 66 und Willi Rich, Mail: [...]

[MEHR](#)



30.05.2024

Ein neues Gerät einrichten



Sie haben ein neues Smartphone, ein neues Tablet, einen neuen Laptop oder einen neuen Computer? Wenn Sie Fragen zu den neuen Geräten haben - oder [...]

[MEHR](#)

30.05.2024

Literatur und Begegnung



Literaturcafé im LU kompakt Wir laden Sie ein, literarische Texte kennenzulernen und darüber zu diskutieren sowie Eindrücke und Gedanken auszutauschen. [...]

[MEHR](#)

30.05.2024

Qi-Gong



Qi Gong bedeutet: Übungen zur Steigerung des allgemeinen Wohlbefindens und zum Abbau von Stress, Stabilisierung des Kreislaufs und Blockaden lösend. Qi [...]

[MEHR](#)

30.05.2024

Atemübungen und Energiearbeit

Wer hat Lust, innezuhalten vom Alltag? Sich positiv aufzuladen mit neuer Energie? Durch gemeinsame Atemübungen und die Bewegung unseres Körpers kommen wir [...]

[MEHR](#)



31.05.2024

Rücken-Fitness



Der Rücken hat ständig den Belastungen der modernen Gesellschaft entgegenzuwirken. Das Erlernen von rücken-gerechtem Verhalten im Alltag ist daher für [...]

[MEHR](#)

31.05.2024

Spielenachmittag im Vital-Zentrum



Spielenachmittag in ungezwungener Atmosphäre bei Kaffee und Kuchen in der Cafeteria des Vital-Zentrums - immer freitags ab 14 Uhr. Brett- und Kartenspiele [...]

[MEHR](#)
