

Aktives Begegnungszentrum Heiligkreuz (ABZ)

Maiprogramm 2026

wöchentlich wiederkehrend

Wochentag	Uhrzeit	Aktivität	Beschreibung	Kategorie	Ort
Montag	10:00	Gesundheits-Walk	Lauf deinem Schmerz davon	Bewegung	ABZ
Montag	13:00	Gymnastik MS-Gruppe		Bewegung	ABZ
Montag	17:45	Chor	für Menschen mit und ohne Demenz	Musik	ABZ
Dienstag	13:30	Sitztanz		Bewegung	ABZ
Dienstag	15:00	Tischtennis		Sport	ABZ
Mittwoch	10:00	Nordic Walking		Bewegung	ABZ
Donnerstag	08:15	Englisch		Bildung	ABZ
Donnerstag	13:00	Schafkopf		Gesellschaft	
Donnerstag	13:00-16:00	Behörden Coach	Unterstützt beim Ausfüllen und Schreiben von Anträgen, Formularen u.v.m	Beratung	ABZ
Donnerstag	15:00	Tischtennis		Sport	ABZ

zusätzliche Angebote

Datum	Uhrzeit	Wochentag	Aktivität	Hinweise	Kategorie	Ort
05.05.	13:30	Dienstag	CCK (Cocktails-Canapés-Kultur) Führung in der Don Bosco Berufsschule	anschl. Cocktails-Canapés im ABZ	Bildung und Gesellschaft	ABZ
07.05.	14:00	Donnerstag	Spielenachmittag		Gesellschaft	ABZ
11.05.	13:00	Montag	Treffen Egerländer G´moi		Gesellschaft	ABZ
11.05.	14:00	Montag	Meditativer Tanz		Bewegung	ABZ
12.05.	14:30	Dienstag	Genuss-Café	mit selbstgebackenen Kuchen auch Kuchen To go möglich	Gesellschaft	ABZ
20.05.	14:30	Mittwoch	Wirtshaussingen		Gesellschaft	ABZ
21.05.	10:00	Donnerstag	Ganzheitliches Gedächtnistraining		Bildung	ABZ

Aktives Begegnungszentrum Heiligkreuz (ABZ)

26.05.	14:30	Dienstag	Genuss-Café	mit selbst- gebackene n Kuchen auch Kuchen To go möglich	Gesellschaft	ABZ
28.05.	14:00	Donnerstag	Spielenachmittag		Gesellschaft	ABZ
28.05.	14:00	Donnerstag	Strickkreis		Handarbeit	ABZ