

Unsere Sprechzeiten:

Montag – Donnerstag	09:00 - 12:00 Uhr 14:00 - 17:00 Uhr
Freitag	09:00 - 12:00 Uhr

Wöchentliche Veranstaltungen im Mai

Montag,

09:00 Uhr bis 15:00 Uhr	Freies Training	Fitnessraum LR 47
09:30 Uhr bis 10:45 Uhr	Singekreis	UKB 1,00 €/Gäste 2,00 €
10:00 Uhr bis 12:00 Uhr	Computerkurs für Senioren	Anmeldung erforderlich
10:00 Uhr bis 12:00 Uhr	Handysprechstunde	Anmeldung erforderlich
11:15 Uhr bis 12:00 Uhr	Sport auf der Matte – anspruchsvoll	Fitnessraum LR 47
12:15 Uhr bis 13:00 Uhr	Bewegen & Stärken unserer Gelenke	Fitnessraum LR 47
14:00 Uhr bis 16:00 Uhr	Rommé & Skat	UKB 1,50 €/Gäste 2,50 €

Dienstag

09:00 Uhr bis 15:00 Uhr	Freies Training	Fitnessraum LR 47
10:00 Uhr bis 10:45 Uhr	Herz - Kreislaufttraining	Fitnessraum LR 47
11:15 Uhr bis 12:00 Uhr	Streck und Dehnungsübungen	Fitnessraum LR 47

Mittwoch

09:00 Uhr bis 15:00 Uhr	Freies Training	Fitnessraum LR 47
14:00 Uhr bis 16:00 Uhr	Bewegungstanz	UKB 2,00 €/Gäste 3,00 € LR 45

Donnerstag

09:00 Uhr bis 15:00 Uhr	Freies Training	Fitnessraum LR 47
10:00 Uhr bis 10:45 Uhr	Gedächtnistraining	Fitnessraum LR 47
11:00 Uhr bis 11:45 Uhr	Sitzgymnastik	Fitnessraum LR 47
15:30 Uhr bis 18:30 Uhr	Schach AG	UKB 1,00 €/Gäste 2,00 € LR 47

Freitag

09:00 Uhr bis 12:00 Uhr	Freies Training	Fitnessraum LR 47
-------------------------	------------------------	-------------------

Unsere monatlichen Angebote

Montag

08:00 Uhr bis 17:00 Uhr	Fußpflege - 05.05.25 26.05.25	Anmeldung erforderlich!
-------------------------	--	-------------------------

Mittwoch

14:00 Uhr bis 16:00 Uhr	Handarbeitsgruppe - 28.05.25	UKB 1,50 €/Gäste 2,50
-------------------------	-------------------------------------	-----------------------

Unsere Veranstaltungen im Mai 2025

Donnerstag	01.05.25	FEIERTAG geschlossen	
Freitag	02.05.25	Verein geschlossen	
Dienstag 14:00 - 16:00 Uhr	06.05.25 im Verein	Bíngo Nachmittag	UKB 2,00 € Gäste 3,00 €
Mittwoch	07.05.25	Lange Wanderung (13 km) mit Matthias	Gäste 3,00 €
Donnerstag 14:00 - 16:00 Uhr	08.05.25 im Verein	Wir Singen und Lachen gemeinsam bei Kaffee & Kuchen	UKB 3,50 € Gäste 4,50 €
Donnerstag	08.05.25	Kurze Wanderung (4km) mit Rosalinde	Gäste 3,00 €
Mittwoch 9:30 - 12:00 Uhr	14.05.25 im Verein	Koch AG - Spargelgerichte Zu Gast: Die Sächsische Zeitung zum Thema: „Das haben wir früher gegessen“	UKB 6,00 € Gäste 7,00 €
Donnerstag 12:00 - 15:00 Uhr	15.05.25 im Verein	Spargelessen Anmeldung erforderlich!	UKB 14,90 € Gäste 16,90 €
Freitag	16.05.25	Mittellange Wanderung (7km) mit Rosalinde	Gäste 3,00 €
Dienstag 14:00 - 16:00 Uhr	20.05.25 im Verein	Musik macht Froh mit Herrn Lahmann	UKB 5,00 € Gäste 6,50 €
Mittwoch	21.05.25	Lange Wanderung (14 km) mit Matthias	Gäste 3,00 €
Donnerstag 14:00 - 16:00 Uhr	22.05.25 im Verein	Gemeinsamer Spaziergang durch Gorbitz mit anschließender Einkehr in den Verein	UKB 2,00 € Gäste 2,50 €
Freitag	23.05.25	Stadtrundgang: Eine Brunnentour (2km) mit Rosalinde	Gäste 3,00 €
Dienstag 13:45 - 17:00 Uhr	27.05.25 im Hains	Seniorenbowling mit Kaffee und Kuchen Anmeldung erforderlich!	UKB 9,90 €
Dienstag 14:00 - 16:00 Uhr	27.05.25 im Verein	Wir spielen alte Brettspiele	UKB 1,50 € Gäste 2,50 €
Donnerstag	29.05.25	FEIERTAG geschlossen	
Freitag	30.05.25	Verein geschlossen	
Freitag	30.05.25	Kräuterwanderung mit Verkostung mit Rosalinde	Gäste 3,00 €

Für alle Veranstaltungen ist die vorherige Anmeldung erforderlich!

Alle Preise gelten für Mitglieder, Nicht Mitglieder zahlen einen Aufpreis.

Informationen zu unseren Wanderungen erfahren Sie in unseren Aushängen p oder unter: nhv-dresden.de/wanderung



Ostsächsische Sparkasse Dresden

gefördert durch
den Stadtbezirksbeirat
Cotta



Dresden.
DIE STADT

Soziale
Orte

EWG
Räume werden
Wirklichkeit

In Zusammenarbeit und mit
freundlicher Unterstützung der
Eisenbahner-
Wohnungsbaugenossenschaft