

Unsere Sprechzeiten:

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



Wöchentliche Veranstaltungen im Oktober

Für unsere Sportangebote fällt ein kleiner monatlicher Beitrag an. Sprechen Sie uns gern an.

Montag

09:00 Uhr bis 15:00 Uhr	Freies Training	Fitnessraum LR 47
09:00 Uhr bis 09:45 Uhr	Sitz -Yoga zuschussfähig durch Krankenkasse	Fitnessraum LR 47 neuer Kurs
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	Fitnessraum LR 47
12:15 Uhr bis 13:00 Uhr	Senioren gymnastik	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
09:00 Uhr bis 09:45 Uhr	Sport auf der Matte	Fitnessraum LR 47 zusätzlicher Kurs
10:00 Uhr bis 10:45 Uhr	Senioren gymnastik	Fitnessraum LR 47
11:00 Uhr bis 11:45 Uhr	Sport auf der Matte	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 €
16:00 Uhr bis 17:15 Uhr	Qigong zuschussfähig durch Krankenkasse	Fitnessraum LR 47

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 für jedes Alter	LR 47 UKB 1,00 € Gäste 2,00 €

Freitag

09:00 Uhr bis 12:00 Uhr	Freies Training	Fitnessraum LR 47
10:00 Uhr bis 11:15 Uhr	Qigong zuschussfähig durch Krankenkasse	Fitnessraum LR 47 UKB 14,00 € zuschussfähig durch Krankenkasse

Unsere monatlichen Angebote

Mittwoch

08:00 Uhr bis 15:00 Uhr	Fußpflege – 07.10.26	LR 47 Anmeldung erforderlich!
14:00 Uhr bis 16:00 Uhr	Handarbeitsgruppe – 28.10.26	UKB 1,50 € Gäste 2,50

Unsere Veranstaltungen im Oktober 2026

Donnerstag 10:00 – 15:00 Uhr	01.10.26	Seniorentag im Sachsenforum mit Infomeile, Mitmachaktionen, Livemusik	
Dienstag 14:00 – 16:30 Uhr	05.10.26 im Verein	große Geburtstagsparty gemeinsam feiern wir die Geburtstagskinder der Monate Juli, August & September	UKB 3,50 € <i>Gäste 4,50 €</i>
Dienstag 15:00 – 17:00 Uhr	13.10.26 in der EWG	Mitgliederversammlung	
Mittwoch	14.10.26	lange Wanderung mit Matthias zum Augustusberg und der Gottleuba Talsperre ca.15 Km	UKB 1,00 € <i>Gäste 4,00 €</i>
Donnerstag 13:00 – 15:00 Uhr	15.10.26 Elias Friedhof	Führung über den Elias Friedhof mit Blick auf bedeutende Bestattungen Dresdner Persönlichkeiten wie dem Maler Johann Dahl und dem Arzt Friedrich August von Ammon	UKB 8,00 € <i>event. Gruppenkarte möglich</i>
Dienstag 14:00 – 16:30 Uhr	20.10.26 im Verein	Musikalischer Nachmittag mit Hr. Lahmann & Hr. Rönsch „Der Herbst steht auf der Leiter“	UKB 4,50 € <i>Gäste 5,50 €</i>
Dienstag 13:45 – 17:00 Uhr	20.10.26 im Hains	Bowling bei Kaffee und Kuchen	UKB 11,90 €
Mittwoch	21.10.26	Kurze Wanderung mit Matthias durch die Dresdner Heide nach Radeberg ca.9 Km	UKB 1,00 € <i>Gäste 4,00 €</i>
Mittwoch	21.10.26	Koch AG Spitzkohlpfanne mit Hackfleisch & Schnippel Arbeiten	UKB 2,50 € <i>Gäste 3,50 €</i>
Donnerstag 12:00 – 15:30 Uhr	22.10.26 im Verein	Herbstfest mit Musik, Essen, Spiel und Spaß	UKB 10,50 € <i>Gäste 12,50 €</i>
Dienstag 14:00 – 16:30 Uhr	27.10.26 im Verein	Kreativer Nachmittag Lasst uns gemeinsam kleine herbstliche Dekorationen basteln	UKB 4,50 € <i>Gäste 5,50 €</i>
Donnerstag 14:00 – 16:00 Uhr	29.10.26 im Verein	Bingo Nachmittag	UKB 1,50 € <i>Gäste 2,50 €</i>
Freitag 09:00 – 11:00 Uhr	30.10.26 im Verein	Gemeinsames Frühstück in gemütlicher Runde	UKB 6,50 € <i>Gäste 7,50 €</i>

Für alle Veranstaltungen ist die vorherige Anmeldung erforderlich!

Informationen zu unseren Wanderungen erfahren Sie in unseren Aushängen oder unter

nhv-dresden.de/wanderung



Soziale
Orte