

Abhängig von den jeweiligen Corona-Regelungen sind Einschränkungen und Änderungen möglich.

Aktuelle Informationen erhalten Sie hier: Geschäftsstelle Tel. 05551/1589 (Mo u. Fr 8:30 bis 11:00 Uhr),
seniorenheute.verein@googlemail.com, https://seniorenheute-northeim.de/aktuelles/und_Aushaengekaesten

| | Tag | Zeit | Ü=Übungsleiter, G=Gruppenleiter | Bemerkungen |
|--|---|-----------------|----------------------------------|-----------------------------|
| SPORTLICHE AKTIVITÄTEN | Fitness im Alter - Schuhwallhalle | | | |
| | Montag | 16:00-17:00 | R. Blumenberg(G)/E. Scholz(Ü) | |
| | Donnerstag | 16:00-17:00 | N.N.(G)/M. Berner(Ü) | |
| | Sitzgymnastik - Alte Wache | | | |
| | Montag | 10:00-11:00 | H. Wisse(G)/U. Erkel(Ü) | |
| | Freitag | 09:15-10:15 | R.Scholz(G)/D. Lindemann(Ü) | |
| | Freitag | 10:30-11:30 | K.Sander(G)/D. Lindemann(Ü) | |
| | Wassergymnastik - Hallenbad | | | |
| | Freitag | 13:15-13:45 | G. Glositzki(G)/G. Mickan(Ü) | Nur Damen |
| | Freitag | 14:00-14:30 | S.Helbig(G)/G. Mickan(Ü) | Damen und Herren |
| | Radwandern - Am Münster (April-Oktober) | | | |
| | Montag | 08:30 | A. Holzapfel/R. Golibrzuch(GG) | Lange Strecken |
| | Montag | 09:00-12:00 | E. Neuhaus/J. Huttanus (GG) | Geringe Anforderung |
| | Mittwoch | 08:30 | W. Mackowiak(G) | Lang/erhöhte Anforderung |
| | Wandern (ganzjährig) | | | |
| | Dienstag | 09:30-11:00 | R. Blumenberg(G) | Treff Alte Wache |
| | Mittwoch | 09:00-12:00 | E. Neuhaus/U. Brönnecke(GG) | Treff Alte Brauerei |
| | Mittwoch | 08:30 | (Apr - Okt) Tages-Wanderungen *) | E. Neuhaus/U. Brönnecke(GG) |
| | *) Treff: Am Mühlenanger (Parkplatz beim Kiosk). Termine: siehe Homepage, Aushang oder Presse | | | |
| | Nordic Walking - Rückingsallee LBS | | | |
| | Dienstag | 09:30-10:30 | P. Merkel(G) | Tel. 3638 |
| | Kegeln - Hotel Deutsche Eiche | | | |
| Dienstag | 15:00-17:00 | H. Storm(G) | 14-tägig | |
| GESELLIGE AKTIVITÄTEN | Boule - Adolph-Hueg-Wall (Park der Generationen) | | | |
| | Dienstag | 15:00-17:00 | N.N.(G) | April bis Oktober |
| | Bridge - Alte Wache | | | |
| | Mittwoch | 14:00-17:00 | T. Galland(G) | |
| | Freitag | 14:00-17:00 | T. Galland(G) | |
| | Canasta - Alte Wache | | | |
| | Montag | 14:00 - | U. Minde(G) | Tel. 988 47 33 |
| | Kreativ-Team (Stricken, Häkeln, Nähen, Basteln) - Alte Wache | | | |
| | Montag | 14:30-17:00 | H. Peter(G) | Tel. 3641 |
| | Literarische Runde - Breite Str. 49 (Geschäftsstelle) - 14-tg. | | | |
| | Freitag | 15:00 - | N.N.(G) | |
| | Skat - Breite Str. 49 (Geschäftsstelle) | | | |
| | Montag | 13:00-16:00 | N.N.(G) | |
| | Donnerstag | 13:00-16:00 | N.N.(G) | |
| Spiele zum Gedächtnistraining - Breite Str. 49 (Geschäftsstelle) - jeden 3. Montag i. Monat | | | | |
| Montag | 14:30 - | Ilse Müller (G) | Tel. 05551/1208 | |