

Beispielhafter Veranstaltungskalender

Montag



Freies Fitnessstraining

19:00 Uhr

Wo:
MTT-Raum

kostenfrei

Sie haben die Möglichkeit den MTT-Raum zu Trainings- und Fitnesszwecken zu nutzen. Bitte beachten Sie, dass dieses Angebot nur für bereits eingewiesene Patient:innen gelten kann!



Freies Bogenschießen

Wo:
Turnhalle

kostenfrei

In der Turnhalle, oder aber auch im Garten, können Sie nach vorheriger Einweisung am freien Bogenschießen teilnehmen.



Veranstaltungskalender

Dienstag



Bouldern

Wo:
Turnhalle
kostenfrei

In begrenzter Teilnehmerzahl können Sie in unserer Turnhalle bouldern.
Bitte beachten Sie unsere Aushänge am schwarzen Brett bzw. an unserer Infowand.



Yoga

Wo:
Turnhalle
kostenfrei

Entspannen Sie sich unter Anleitung und genießen Sie die innere Einkehr.



Wanderung in die Umgebung

Wo:
Haupteingang
kostenfrei

Dauer ca. 1,5 bis 2 Stunden.
Mittelschwere Wanderung
Bitte denken Sie an entsprechende Kleidung, Schuhwerk und bei Bedarf an ein Getränk oder Walkingstöcke!



Tischtennis unter Anleitung

Wo:
Turnhalle
kostenfrei

Sie haben die Möglichkeit, die Turnhalle zu Ballspielen oder Tischtennis zu nutzen.
Bitte beachten Sie unsere Aushänge am schwarzen Brett bzw. an unserer Infowand.

Veranstaltungskalender

Mittwoch



Gemütlicher Spaziergang

Wo:
Haupteingang

kostenfrei

Unser Wanderführer bietet Ihnen die Möglichkeit, Neues, Interessantes und Wissenswertes gemeinsam zu erwandern.
Dauer ca. 1,5 bis 2 Stunden.
Bitte beachten Sie unsere Aushänge am schwarzen Brett bzw. an unserer Infowand.



Filzarbeiten

Wo:
Kreativraum

8,- €

Unter verschiedenen Themen stehen unsere Kreativstunden.
Bitte bringen Sie ein kleines Handtuch mit.
Wir wünschen viel Spaß und gutes Gelingen.
Bitte melden Sie sich am schwarzen Brett an.



Spieletreff

Wo:
Rezeption

kostenfrei

Tun Sie sich zusammen und probieren alt bekannte oder auch neue Spiele aus. Oder Sie legen gerne eine Patience? In unserer gut sortierten Spielebibliothek werden Sie sicher fündig.

Veranstaltungskalender

Donnerstag



Aerobic

Wo:
Turnhalle
kostenfrei

Bringen Sie gemeinsam mit Gleichgesinnten Ihren Puls nach oben und povern Sie sich ordentlich aus. Je nach Wetterlage findet der Kurs auch mal im Garten statt.
Bitte melden Sie sich am schwarzen Brett an.



Rückenschule

Wo:
Turnhalle
kostenfrei

Unter Anleitung trainieren wir unsere Core-Muskulatur: Rücken und Bauch stehen hier im Vordergrund. Bitte bringen Sie ein Handtuch mit und melden sich vorab am schwarzen Brett an.



Nordic-Walking

Wo:
**vor dem
Haupteingang**
kostenfrei

Lernen Sie den Umgang mit den Nordic-Walking-Stöcken kennen. Bitte denken Sie an entsprechende Kleidung, Schuhwerk und bei Bedarf an ein Getränk. Bitte melden Sie am schwarzen Brett an.



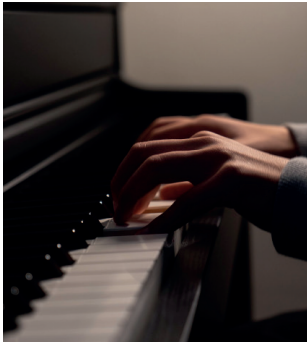
Leinwandmalerei

Wo:
Rezeption
*kleiner
Unkostenbeitrag*

Verlieren Sie sich in Farben und werden Sie kreativ. Wir zeigen Ihnen die Techniken, die Sie benötigen, um ein kleines Kunstwerk zu gestalten.
Bitte melden Sie sich am schwarzen Brett an.

Veranstaltungskalender

Freitag



Konzertabend

Wo:
Rezeption

kostenfrei

Wir laden regelmäßig Künstler ein, die uns in die Welt der Klassik verführen. Oder wir besuchen im Kurpark ein Konzert.

Interessierte melden sich am schwarzen Brett an.



Modeschmuckarbeiten

Wo:
Rezeption

5,- €

Wir fertigen Modeschmuck zu und hören dabei unsere Lieblingsmusik.

Wir wünschen viel Spaß und gutes Gelingen!



Pilates

Wo:
Turnhalle

kostenfrei

Wir bringen Ihnen dieses systematische Ganzkörpertraining zur Kräftigung Ihrer Muskulatur näher. Bitte bringen Sie Ihr Handtuch mit sowie - bei Bedarf - warme Socken.

Interessierte melden sich am schwarzen Brett an.

Veranstaltungskalender

Samstag



Geführte Wanderung

Wo:
Haupteingang
kostenfrei

Dauer ca. 1,5 bis 2 Stunden.
Mittelschwere bis schwere Wanderung in die Umgebung von Horn-Bad Meinberg.
Interessierte melden sich an der Rezeption an. Bitte denken Sie an entsprechende Kleidung und ggf. ein Getränk.



Busfahrt zum Hermannsdenkmal

9:00 Uhr

Wo:
Haupteingang
9,- €

Das wohl berühmteste Detmolder Ausflugsziel ist das Hermannsdenkmal auf der 386m hohen Grotenburg in Hiddesen, einem südwestlich gelegenen Ortsteil Detmolds. Weit überragt die Figur die Landschaft und prägt das Bild. Es wurde zur Erinnerung an die „Schlacht im Teutoburger Wald“ erbaut, mit der der Anführer der Germanen, Hermann der Cherusker, ein weiteres Vordringen der Römer für alle Zeiten verhinderte.

Interessierte melden sich am schwarzen Brett an.



Veranstaltungskalender

Sonntag



Freies Fitnessstraining

Wo:
MTT

kostenfrei

Sie haben die Möglichkeit unter Anleitung den MTT-Raum zu Trainings- und Fitnesszwecken zu nutzen. Bitte beachten Sie, dass dieses Angebot nur für bereits eingewiesene Patient:innen gelten kann! Interessierte melden sich vorab am schwarzen Brett an.



Spieletreff

Wo:
Rezeption

kostenfrei

Tun Sie sich zusammen und probieren alt bekannte oder auch neue Spiele aus. Oder Sie legen gerne eine Patience? In unserer gut sortierten Spielebibliothek werden Sie sicher fündig.

