

# Fit & Aktiv | Angebote für Bewohner

Montag		
08.30 – 09.00	Aktivtreff im EG	<b>Frühsport Gruppe 1</b>
09.10 – 09.40	Aktivtreff im EG	<b>Frühsport Gruppe 2</b>
09.50 – 10.20	Aktivtreff im EG	<b>Frühsport Gruppe 3</b>
09.30 – 11.30	Besprechungsraum	<b>Denksport (2 Gruppen)</b>
10.30 – 11.00	Aktivtreff im EG	<b>Fit mit dem Rollator</b>
14.45 – 16.45	Aktivtreff im EG	<b>Yoga</b>
Dienstag		
08.30 – 09.00	Aktivtreff im EG	<b>Koordination &amp; Balance Gruppe 1</b>
09.10 – 09.40	Aktivtreff im EG	<b>Koordination &amp; Balance Gruppe 2</b>
09.30 – 10.00	Hinterer Eingang	<b>Eifeler Frischdienst</b>
09.50 – 10.20	Aktivtreff im EG	<b>Koordination &amp; Balance Gruppe 3</b>
10.30 – 11.00	Aktivtreff im EG	<b>Mentales Bewegungstraining</b>
10.30 – 11.30	Besprechungsraum	<b>Sehbehinderten-Gruppe</b>
15.30 – 17.00	Bocciabahn	<b>Boccia Gruppe 1 (Mai bis September)</b>
Mittwoch		
08.30 – 09.00	Aktivtreff im EG	<b>Frühsport Gruppe 1</b>
09.10 – 09.40	Aktivtreff im EG	<b>Frühsport Gruppe 2</b>
09.50 – 10.20	Aktivtreff im EG	<b>Frühsport Gruppe 3</b>
10.00 + 10.30	Rezeption	<b>Einkaufsfahrt (Bitte melden Sie sich an.)</b>
10.30 – 11.00	Aktivtreff im EG	<b>Fit mit dem Rollator</b>
15.30 – 17.00	Bocciabahn	<b>Boccia Gruppe 2 (Mai bis September)</b>
Donnerstag		
08.30 – 09.00	Aktivtreff im EG	<b>Koordination &amp; Balance Gruppe 1</b>
09.10 – 09.40	Aktivtreff im EG	<b>Koordination &amp; Balance Gruppe 2</b>
09.50 – 10.30	Schwimmbad	<b>Wassergymnastik</b>
10.40 – 11.10	Schwimmbad	<b>Aquavelo Gruppe 1</b>
11.20 – 11.50	Schwimmbad	<b>Aquavelo Gruppe 2</b>
Freitag		
08.30 – 09.10	Aktivtreff im EG	<b>Kraft- und Balancetraining mit Frau Guth   Gruppe 1</b>
09.20 – 10.00	Aktivtreff im EG	<b>Kraft- und Balancetraining mit Frau Guth   Gruppe 2</b>
10.15 – 11.15	Besprechungsraum	<b>Bingo</b>

WohnGut Parkresidenz Bad Honnef  
Am Spitzenbach 2  
53604 Bad Honnef  
Telefon: +49 2224 183-0  
Telefax: +49 2224 183-110  
parkresidenz@wohngut.de  
www.wohngut.de



**WOHNGUT**  
Parkresidenz  
Bad Honnef