

Fit & Aktiv | Angebote für Bewohner

Montag		
08.30 – 09.00	Aktivtreff im EG	Frühsport Gruppe 1
09.10 – 09.40	Aktivtreff im EG	Frühsport Gruppe 2
09.50 – 10.20	Aktivtreff im EG	Frühsport Gruppe 3
09.30 – 11.30	Besprechungsraum	Denksport (2 Gruppen)
10.30 – 11.00	Aktivtreff im EG	Fit mit dem Rollator
17.00 – 18.00	Clubraum	Residenzchorprobe (1. und 3. Montag im Monat)
Dienstag		
08.30 – 09.00	Aktivtreff im EG	Koordination & Balance Gruppe 1
09.10 – 09.40	Aktivtreff im EG	Koordination & Balance Gruppe 2
09.30 – 09.45	Hinterer Eingang	Eifeler Frischdienst
09.50 – 10.20	Aktivtreff im EG	Koordination & Balance Gruppe 3
10.30 – 11.00	Aktivtreff im EG	Mentales Bewegungstraining
10.30 – 11.30	Besprechungsraum	Sehbehinderten-Gruppe
15.30 – 17.00	Bocciabahn	Boccia Gruppe 1 (Mai bis September)
Mittwoch		
08.30 – 09.00	Aktivtreff im EG	Frühsport Gruppe 1
09.10 – 09.40	Aktivtreff im EG	Frühsport Gruppe 2
09.50 – 10.20	Aktivtreff im EG	Frühsport Gruppe 3
09.15 + 10.00	Rezeption	Einkaufsfahrt (Bitte melden Sie sich an.)
10.30 – 11.00	Aktivtreff im EG	Fit mit dem Rollator
15.30 – 17.00	Bocciabahn	Boccia Gruppe 2 (Mai bis September)
Donnerstag		
08.30 – 09.00	Aktivtreff im EG	Koordination & Balance Gruppe 1
09.10 – 09.40	Aktivtreff im EG	Koordination & Balance Gruppe 2
09.50 – 10.30	Schwimmbad	Wassergymnastik
10.40 – 11.10	Schwimmbad	Aquavelo Gruppe 1
11.20 – 11.50	Schwimmbad	Aquavelo Gruppe 2
Freitag		
08.30 – 09.10	Aktivtreff im EG	Kraft- und Balancetraining mit Frau Guth Gruppe 1
09.20 – 10.00	Aktivtreff im EG	Kraft- und Balancetraining mit Frau Guth Gruppe 2
10.15 – 11.15	Besprechungsraum	Bingo

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

