

Entspannungstechniken für Anfänger*innen

Ort: BBZ Am Nürnberger Ei

Donnerstag, 5. Juni, 10 - 11 Uhr

und **Montag, 7. Juli, 16:30 - 17:30 Uhr, kostenlos,**

jeweils offen für alle Senior*innen und für pflegende Angehörige,
leichtere Einstiegsübungen für den Alltag. **Wir bitten um Anmeldung.**

Tagesausflug nach Moritzburg rund ums Schloss mit Herrn Dutschmann

Donnerstag, 26. Juni 2025

Treff 9:45 Uhr

Bhf. Neustadt Busbahnhof

Wanderung ca. 6km, Strecke variabel,
benötigt wird z.B. Deutschlandticket o. Tagesticket, UKB 2 €,
Eintritte sind selbst zu zahlen, für Ermäßigung
z.B. Schwerbehindertenausweis mitnehmen.



Bild: charlemagne bei pixabay

Diamond Painting und Gedächtnisspiele Donnerstag, 5. + 19. Juni, 10 - 11:30 Uhr Donnerstag 3. Juli, 11 - 12:30 Uhr



Spazieren mit und ohne Stöcke

Mittwoch, 25. Juni, 10 - 11 Uhr

Mittwoch, 23. Juli, 10 - 11 Uhr

Bitte eigene Stöcke mitbringen. UKB 2 €.



Bild: @sviatlanah
bei Canva

**Kontakt: Begegnungs- und Beratungszentrum Am Nürnberger Ei,
Nürnberger Str. 45, 01187 Dresden, Tel. 0351 471 93 66**