Senioren *aktiv*

DAS GELBE BLATT

Seniorenprogramm für November 2026
Regelmäßige Veranstaltungen

Montag

Wassergymnastik

Gedächtnistraining

Kegeln

Bewegung und Gedächtnis

Offener iPhone und iPad-Treff in der VHS

Dienstag

Qi Gong

Mal-Treff

Kegeln

Nordic Walking

Senioren-Info-Telefon

Englisch im Alltag und für unterwegs

Hauptsach` Bewegung

Mittwoch

PC-Stammtisch – Offener Computer-Treff

Sturzprophylaxe

Gymnastik

Mittagstisch

Spiele-Nachmittag

Kegeln

Senioren-Info-Telefon

Donnerstag

Wassergymnastik

Yoga für Anfänger

Senioren-Info-Telefon

Freitag

Yoga für Fortgeschrittene

Yoga im Sitzen

Gedächtnistraining

Termine unter Vorbehalt!

Bitte melden Sie sich für die Kurse an.
Es werden immer wieder Plätze frei.
Wir informieren Sie gerne.

Seniorenbegegnungsstätte Feringahaus
St.-Florian-Straße 2
Telefon 089 950 81 – 725
seniorenbegegnung@unterfoehring.de

Bürozeiten
Montag: 9 – 12 Uhr und 13 – 16 Uhr
Dienstag bis Freitag: 9 – 12 Uhr

Gemeinde
UNTERFÖHRING
Seniorenbegegnungsstätte
Feringahaus

Sonderveranstaltungen im November 2026		
Dienstag,	03.11.	Leichte Wanderung von Kirchseeon nach Ebersberg mit Uschi Porth und Heide Nachreiner (10 km)
Dienstag,	03.11.	Therme Bad Aibling
Mittwoch,	04.11.	Handarbeitszirkel
Donnerstag,	05.11.	**Tiroler Abend im Feringasaal**
Montag,	09.11.	Film-Café im Cineplex
Mittwoch,	11.11.	Radltour nach Grafing (ca. 80 km)
Donnerstag,	12.11.	Tanz-Café im Café Valentin
Freitag,	13.11.	Besuch des Multum in Parvo Papiertheaters in Mering. Privataufführung der Oper Hänsel und Gretel mit Kaffee und Kuchen
Freitag,	13.11.	Chorprobe der Feringa-Kehlchen
Dienstag,	17.11.	Weihnachtliches Basteln
Dienstag,	17.11.	Führung durch das Augustiner Stiftungsgut-Freiham inkl. Abendessen
Mittwoch,	18.11.	Nistkästen selber bauen mit Peter Hochholzer
Mittwoch,	18.11.	Handarbeitszirkel
Donnerstag,	19.11.	Wanderung von Landshut zur Burg Trausnitz mit Margarete Merkel (10 km, 220Hm)
Donnerstag,	19.11.	Führung im neuen Kallmann Museum Ismaning & Besuch des Museum-Cafés
Freitag,	20.11.	Weißwurstfrühstück
Freitag,	20.11.	Therme Bad Gögging
Dienstag,	24.11.	Adventskranz basteln
Dienstag,	24.11.	Führung in der Antikensammlung mit Jessica Krämer
Mittwoch,	25.11.	Nistkästen selber bauen mit Peter Hochholzer
Donnerstag,	26.11.	Fahrt ins Blaue
Donnerstag,	26.11.	**Besuch des Salzburger Christkindlmarktes & adventliche Altstadtführung**
Freitag,	27.11.	FC Bayern Museum + Arena Tour (ca. 300 Stufen, 1km)
Freitag,	27.11.	Chorprobe der Feringa-Kehlchen
Montag,	30.11.	Gedichtenachmittag mit Helga Lustig

Weitere Informationen zu den Veranstaltungen entnehmen Sie bitte dem Wochenprogramm, das in der Woche vor der Veranstaltung im Gemeindeblatt sowie in den Schaukästen veröffentlicht wird.
Änderungen und Aktuelles finden Sie auch auf der Website der Gemeinde unter www.unterfoehring.de.
Das Team der Seniorenbegegnung informiert Sie während der Öffnungszeiten im Feringahaus auch gerne persönlich.
Bitte melden Sie sich zu den Veranstaltungen, Ausflügen und Sportgruppen an:
Telefon 089 950 81 - 725 oder per E-Mail unter seniorenbegegnung@unterfoehring.de

Ihre Anmeldung ist verbindlich. Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, wenn Sie einen Fahrdienst benötigen. Sofern Sie nach der Anmeldung feststellen, dass Sie an einer Veranstaltung doch nicht teilnehmen können, bitten wir Sie rechtzeitig um Rückmeldung. So haben auch Personen auf der Warteliste die Möglichkeit, an unseren Veranstaltungen teilzunehmen. Die Teilnahme erfolgt selbstständig und auf eigene Verantwortung.