

## **Regelmäßige Aktivitäten des Seniorenbeirat Weilrod ab 2025**

### **Montag**

#### **Erzähl-Kaffee:**

Am **1. Montag im Monat** findet von **15:00 - 17.00 Uhr** das **Erzähl-Kaffee** statt.

Die Senioren aus Weilrod werden von einem Bus in ihrem Wohnort abgeholt und zurückgebracht. Die Senioren sind zunächst, bei Kaffee und Kuchen, zu Gesprächen eingeladen. Danach gibt es ein wechselndes Programm, mit unterschiedlichen Gästen, bevor am Ende, alle gemeinsam, den Geburtstagskindern des vergangenen Monats gratulieren.

Das Erzähl-Kaffee findet an wechselnden Orten in der Gastronomie statt. Informationen zum Treffpunkt erhalten Sie in der Tagespresse und bei den Mitgliedern des Seniorenbeirates.

**Anmeldung bei Ursula Brück (an den in der Tagespresse genannten Terminen), Tel.: 06083 2624 oder per Mail: [uschi.brueck@web.de](mailto:uschi.brueck@web.de)**



### **Dienstag**

#### **Senioren-gymnastik in Gemüinden**

**Jeden Dienstag** findet von **10:00 - 11:00 Uhr** im **Gemeindezentrum „Alte Schule“ Gemüinden**, Laubacher Straße 8, die Seniorengymnastik, unter Leitung von Frau Rudewig statt.

**Eine Anmeldung bei Frau Rudewig, Tel.:06083 2521, ist erforderlich.**



#### **Seniorentanz in Emmershausen**

(keine Anmeldung erforderlich)

**Jeden 2. und 4. Dienstag im Monat** findet von **14:45 - 15:45 Uhr** im **Bürgerhaus Emmershausen**, Schulstraße 4c, der Seniorentanz, unter Leitung von Wolfgang Redlich statt. Der Seniorentanz ist ein **kostenloses Angebot** des Seniorenbeirates für Weilroder Senioren (ab 60).

Für weitere Informationen steht Ihnen gerne Frau Erika Schmitt, Telefon 06083 959092 oder ein anderes Mitglied des Seniorenbeirates zur Verfügung.



## **Dienstag**

### **Senioren-Wanderungen** (keine Anmeldung erforderlich)

#### **10 km plus**

Am **1. Dienstag im Monat** findet ab **13:30 Uhr**, unter Leitung von Ulrich Klingen, eine Wanderung über 10 km plus statt. Start ist an unterschiedlichen Treffpunkten. Informationen zum Treffpunkt erhalten Sie in der Tagespresse oder bei Ulrich Klingen, Tel.: 0178 8239826.



#### **Ca. 6 km**

Von **März bis November** findet am **3. Dienstag im Monat** ab **13:30 Uhr**, unter Leitung von Horst Kaunzner, eine Wanderung über ca. 6 km, in gut gängigem Gelände, statt. Informationen zum Treffpunkt erhalten Sie in der Tagespresse oder bei Herrn Kaunzner Tel.: 06083 2553.



## **Mittwoch**

### **Senioren-Nordic-Walking**

**Jeden Mittwoch** findet ganzjährig und bei jedem Wetter das **Senioren-Nordic-Walking** (ca. 2 Stunden), unter Leitung von Rudi Mohr, statt. Start ist an unterschiedlichen Treffpunkten, Der nächste Treffpunkt wird am Ende der Tour festgelegt und über die bestehende WhatsApp-Gruppe weitergegeben.

**Startzeiten:**     **Mai - September 09:00 Uhr**  
                          **Oktober - April 10:00 Uhr.**

Neue Teilnehmer sind herzlich willkommen und erhalten von der Vorsitzenden des Seniorenbeirates, Frau Erika Schmitt, Tel.: 06083 959092 Informationen zum Treffpunkt.



## **Donnerstag**

### **Senioren-gymnastik in Rod an der Weil**

**Jeden Donnerstag** findet die **Senioren-gymnastik** mit Gleichgewichtstraining und Sturzprophylaxe von **09:30 - 10:30 Uhr** in der **Pfarrscheune** an der Kirche in **Rod an der Weil**, unter Leitung von Frau Heinisch und Frau Hill statt.

**Anmeldung und Information unter Tel.: 06083 959938.**



## **Weitere, nicht regelmäßig stattfindende, Veranstaltungen**

des Seniorenbeirates, Kurse, Ausflüge, Theaterfahrten entnehmen Sie bitte der Tagespresse und dem Veranstaltungskalender der Gemeinde.

<https://www.weilrod.de/rathaus-politik/aktuelles/veranstaltungen/>

**Anmeldungen für Ausflüge und Theaterfahrten bei Siegfried Dreyer (an den in der Tagespresse genannten Terminen), Telefon 06083 1099 oder per Mail an: [siggi-dreyer@web.de](mailto:siggi-dreyer@web.de)**



*Der Seniorenbeirat Weilrod freut sich über neue Teilnehmer bei allen Aktivitäten! Kommen Sie doch einfach mal vorbei und schauen, ob etwas für Sie dabei ist.*

*Für Anmeldungen, Fragen zu Terminen, Startorten oder auch anderen Themen, steht Ihnen der Seniorenbeirat gerne zur Verfügung.*

*Bedenken Sie dabei bitte, dass Ihre Ansprechpartner alle ehrenamtlich arbeiten und nicht jederzeit zur Verfügung stehen können. Schreiben Sie uns gerne eine Nachricht per Mail (siehe Flyer des Seniorenbeirates <https://www.weilrod.de/leben-wohnen/familie/senioren/>) oder nutzen Anrufbeantworter/Mailboxen.*

*Wir freuen uns auf Sie!*

*Ihr Seniorenbeirat Weilrod*

