Beschäftigungsplan für die Woche vom **27.07 - 01.08.2026**

Senioren-Park carpe diem KW 31

Senioren-Park carpe diem®

	Vormittags	Nachmittags
Montag	**Schwungvoll in die Woche** **Sportliche Spiele**	**Anagramm** **Spaß mit Köpfchen**
Dienstag	**Wir backen " Muffins "** **Sportliche Aktivitäten aktiv und fit**	**Radio Hitparade** **Lieder erkennen,mitsingen und Wunschmusik**
Mittwoch	**Tanz mit Tüchern** **Musik,Rhytmus und farbenfrohe Bewegungen** **Tischball Spiele** **Spaß am Tisch**	**Gesprächkreis** **Themen die uns bewegen**
Donnerstag	**Gymnastik für Hände und Arme** **Beweglichkeit erhalten und stärken** **Bewegung mit dem Ball**	**Kaffeerunde** **"Mein schönster Sommer"**
Freitag	**Kraftbalance Training** **Kreativwerkstatt** **Wir gestalten mit Farbe und Fantasie**	**Karten und Brettspiele** **Klassiker in netter Runde**
Samstag	**Fit ins Wochenende** **Locker und aktiv in den Samstag starten**	**Erzähl doch mal...** **Geschichten aus unserem Leben**