Beschäftigungsplan für die Woche vom **24.8.- 28.8.26**

Senioren-Park carpe diem Koslar

	Vormittags	Nachmittags
Montag	10:00- 11:00 Uhr gemeinsame Zeitungsrunde und Kreuzworträtsel 11:00- 11:45 Uhr Hantelsport/ Spazieren	15:00- 16:00 Uhr Würfelspiel
Dienstag	10:00- 11:00 Uhr gemeinsame Zeitungsrunde und Kreuzworträtsel 11:00- 11:45 Uhr Gymnastik mit Terrabändern	15:00- 16:00 Uhr kreatives Gestalten
Mittwoch	10:00- 11:00 Uhr gemeinsame Zeitungsrunde und Kreuzworträtsel 11:00- 11:45 Uhr Bewegungsrunde	15:00- 16:00 Uhr Bingo
Donnerstag	10:00- 11:00 Uhr gemeinsame Zeitungsrunde und Kreuzworträtsel 11:00- 11:45 Uhr Ballgymnastik	15:00- 16:00 Uhr Spazieren/ Gesellschaftsspiele
Freitag	10:00- 11:00 Uhr gemeinsame Zeitungsrunde und Kreuzworträtsel 11:00- 11:45 Uhr Fit ins Wochenende	15:00- 16:00 Uhr Gedächtnistraining