

# Angebote für Senioren auf einen Blick

## Sport und Fitness

### Garching:

- **Bleib fit-mach-mit** (Cordula Wastlhuber), Montag 20:00 – 21:15 Uhr in der Schulturnhalle
- **Jeder Schritt hält den Senior fit** (Cordula Wastlhuber), Mittwoch 17:00 – 18:30 Uhr in der Schulturnhalle
- **Yoga** (während der Wintermonate ab 9.11) Monika Pallauf, Montag 19:00 – 20:30 Uhr in der Dreifachturnhalle
- **Kegeln** im Gasthof Raspl Dienstag ab 17:00 Uhr
- **Nordic Walking** (Anni Barth), Mai bis Oktober Dienstag 18:00 – 19:30 Uhr Reiterbrücke
- **Nordic Walking** ganzjährig Donnerstag 9:00 Uhr (Cordula Wastlhuber) in der Schulturnhalle
- **Wandergruppe** jeden Donnerstag um 13 Uhr, Ziel und Ausgangspunkt jeweils aus der Tageszeitung ersichtlich, ca 1 Std. wandern mit anschließender Einkehr (Hilde Schmidtner)
- **Herzsportgruppe** Montag 18:30 – 20:00 Uhr in der Schulturnhalle
- **Sportabzeichen** Anfang Mai-Ende September 18-20Uhr am Sportplatz
- **Stockschützen** Herren/Damen jeden Montag und Donnerstag um 17:00 Uhr in der Stocksporthalle beim Eisplatz

### Hart:

- **Bogenschützen** Donnerstag, 17:00 Uhr FSC Hart
- **Hufeisensport** Montag, 17:00 Uhr FSC Hart
- **Männerturnen** Dienstag (Werner Goll, Georg Lamprecht), Dienstag 18:30 – 21:00 Uhr in der Schulturnhalle
- **Vereinsabend der Adler** 19:00 Uhr Schützenheim Gasthaus Leidmann Unterneukirchen

### Wald:

- **Fit bis ins hohe Alter** (Elke Harringer) vierzehntägig am Montag 19:15 – 20:15 Uhr in der Schulturnhalle
- **Schießabend** der Eintrachtschützen jeden Freitag 18:00Uhr Gasthaus z. Bräu

### Mauerberg:

- **Falkenschützen** Schießabende in der Saison jeden Freitag 18:00 beim Wirtssepperl

# Stammtische und Kaffeenachmittage:

## Garching:

- **Evangelischer Frauenkreis Garching** Mittwoch vierzehntägig 14:30 Uhr im Gemeindesaal der Evangelischen Versöhnungskirche
- **Garchinger Frauen** Spielenachmittag ab September (siehe Zeitung) erste Dienstag im Monat 14:30 Uhr im Pfarrheim St.Nikolaus
- **AWO-Treffen** jeden Donnerstag 15:00 Uhr im AWO-Heim in der Janischschule
- **Freiwillige Feuerwehr** jeden 4.Dienstag im Monat 18:30 Uhr im Feuerwehrhaus
- **Gartlertreffen** jeden 1.Mittwoch im Monat (April-Okt) 19:30 Uhr im Vereinsheim an der Alten Turnhalle
- **Alpenverein** jeden 2. Freitag im Monat 20:00 Uhr beim Wirtsseperl
- **Braunauer Heimatgruppe** jeden 1. Donnerstag im Monat 14:00 Uhr beim Wirtsseperl

## Wald:

- **Seniorenachmittag** Sieglinde Huber einmal im Monat (siehe Zeitung) Mittwoch 15:00 Uhr Pfarrsaal in Wald

## Hart:

- **Seniorenkaffee** startet ab Oktober jeden letzten Donnerstag im Monat 15:00 Uhr im Pfarrsaal in Hart

## Mauerberg

- **Ü 60 Nachmittag** jährlich der 3. Samstag im September 14:00 Uhr

## Info:

- **Regionaler Lebensmitteleinkauf.....**[karina@buergernetz.biz](mailto:karina@buergernetz.biz)
- **Veranstaltungen.....**[www.garching-alz.de](http://www.garching-alz.de)
- **Heimatbund.....**[info@heimatbund-garching.de](mailto:info@heimatbund-garching.de)
- **Künstlergruppe.....**[info@kunsttage-garching.de](mailto:info@kunsttage-garching.de)

## Sonstiges:

- **Bayrischer Blinden- u. Sehbehindertenverein** Lindmeier Brigitte Nikolausstr. 6
- **BRK Sozialstation** Ambulanter Pflegedienst Nikolausstr. 44a
- **Tagesheim der AWO** Janischplatz 1

**Anregungen und neue dauerhafte Termine anmelden bei [elke.niehage63@gmail.com](mailto:elke.niehage63@gmail.com)**