

Seniorenkurse

Fit mit den neuen Medien/Vom Bleistift zum Personalcomputer

- 0304 Einführung in die Datenverarbeitung für Senioren
- 0305 Einführung in das Internet für Senioren
- 0307 Einführung in Word für Senioren
- 0308 Workshop für Senioren

Sprachen

- 0411 Englisch für Senioren

Gesundheit

- 0600/0601 Osteoporose Vorbeugungsgymnastik
- 0602-0610 Wirbelsäulengerechte Seniorengymnastik
- 0611 Koronargruppensport
- 0637-0639 Aquagymnastik für Senioren
- Kegeln: fortlaufend jeden Dienstag und Mittwoch

Fahrten

- 0959 „Der Neue Tag“ Weiden
- 0960 Schlachtschüsseessen in Erlheim
- 0961 „Amberger Nachrichten“ Regensburg
- 0962 Besichtigung mit Führung der Kirche in Kastl
- 0963 Ausflug auf die Burg Abensberg
- 0964 Gartenschau in Waldkirchen/Bayer. Wald
- 0965 Der Nepal Himalaya Pavillon in Wiesent

Sonstiges

- Senioren spielen Canasta und Rummy: fortlaufend jeden Montag