

Regelmäßige Angebote:



Tag	Regelmäßigkeit	Uhrzeit	Veranstaltungstitel	Anmeldung
Mo	wöchentlich	16-17:30 Uhr	Faschingsgilde (Gymnastikraum)	OHNE
	ab 26.10.26 während der Schulzeit	18–19 Uhr	AROHA (Gymnastikraum)	vhs Kempten
	ab 26.10.26 während der Schulzeit	19–20 Uhr	KAHA (Gymnastikraum)	vhs Kempten
Di	Jeder 1. Di im Monat	11-12:30 Uhr	Mamas auf Langstrecke (Gymnastikraum)	Challenge Accepted e.V.
	wöchentlich	13-14:30 Uhr	Ge(h)meinschaft - Spaziergehen mit Impulsen (Outdoor)	OHNE
	wöchentlich	16-18 Uhr	Line-Dance Anfängerkurs mit Mary (Gymnastikraum)	OHNE
	wöchentlich während der Schulzeit	18:30-20 Uhr	Offener Akrobatik und Jongliertreff (Turnhalle)	OHNE
	wöchentlich	19:15-20:15 Uhr	Fit & Gesund für Anfänger (Gymnastikraum)	TSV Kottern
Mi	wöchentlich	9-11 Uhr	Frauenfrühstück „Klatschmohn“	OHNE
	wöchentlich	16:30-18 Uhr	Yoga mit Nadiia (Gymnastikraum)	SmF
	zweiwöchentlich ab 14.10.26	17-20 Uhr	Canasta-Spieletreff	OHNE
	zweiwöchentlich ab 14.10.26	17-20 Uhr	Schafkopf-Spieletreff	MGH
	zweiwöchentlich ab 07.10.26	15-18 Uhr	Rummikub-Spieletreff	OHNE
	Wöchentlich ab 07.10.26	19-20 Uhr	Bodyworkout-Basic (Gymnastikraum)	TSV Kottern
Do	wöchentlich	14:30-16 Uhr	Offener Seniorentanztreff für Paare (Gymnastikraum)	OHNE
	wöchentlich ab 01.10.26	16:45-17:30 Uhr	3-G-Stunde, Gehirn, Gymnastik, Gut Fühlen (Gymnastikraum)	Siehe Aushang
	wöchentlich	17:30-18:30 Uhr	Rückenfit – Kurs für Frauen ab 50 (Gymnastikraum)	Siehe Aushang
	wöchentlich	18:40-19:40 Uhr	Basic Pilates (Gymnastikraum)	TSV Kottern
Fr	wöchentlich	9-10 Uhr	Bauch, Beine, Po (Gymnastikraum)	OHNE
	Jeder 3. Fr im Monat	10-12 Uhr	Wolliger Vormittag – Stick- und Häkelgruppe	OHNE
	wöchentlich	15:30-17 Uhr	Workout für Frauen	SmF
	1. & 3. Freitag	14:30–16:30 Uhr	Horizon Teen	Challenge Accepted e.V.
	2. & 4. Freitag	15-18 Uhr	Craftmasters	Challenge Accepted e.V.
	Jeden 2. und 4. Freitag	Ab 18:30 Uhr	Elternwerkstatt	Challenge Accepted e.V.
So	Wöchentlich ab 04.10.26	17-19 Uhr	Offener Schachtreff für Jung & Alt	MGH



Unregelmäßige Angebote:

Tag	Datum	Uhrzeit	Veranstaltungstitel	Anmeldung
Di	06./13./20. & 27.10.26	08:30-12 Uhr	Digital Fit	MGH
Di	06.10.26	14-16 Uhr	Grundschulbasteln „Windrad basteln“	Grundschule Kottern/MGH
Di	13.10.26	14-16 Uhr	Vorschulbasteln „Halloweenparty“	Flohkiste/MGH
Sa	17.10.26	18-21:30 Uhr	Weinfest	MGH
Di	20.10.26	14-16 Uhr	Grundschulbasteln „Wollkürbisse und Klorollenmumien“	Grundschule Kottern/MGH
Sa	24.10.26	17-20:30 Uhr	Jahreshauptversammlung Faschingsverein	Faschingsverein
Di	30.10.26	15:30-17 Uhr	Von Frauen für Frauen	MGH

Unsere nächsten „Highlights“ im Oktober

NEU: 3-G-Stunde

jeden Donnerstag von 16:45-17:30 Uhr

Gehirn: Gehirnjogging ist das Training für unser Gehirn, das wichtige Bereiche wie Gedächtnis, Konzentration und kognitive Leistung fördern soll. Gymnastik: Es werden Übungen mit kleinen Bewegungsmustern verbunden, so wird unser Gehirn besser trainiert. Gut fühlen: Wenn wir was für uns getan haben, so fühlen wir uns gut.

Weinfest

17.10.26 von 18:00-21:30 Uhr

Wir laden ein zum Winzerfest Rot-Weiß im Mehrgenerationenhaus.

Zur Unterhaltung spielt Sepp Grimm. Kommt vorbei und genießt zusammen erlesene Tropfen, tolle Gesellschaft und Musik. Für Essen ist auch gesorgt.

Keine Anmeldung nötig. Wir freuen uns auf Euch!

Unser Bücherschrank ist zu den Schulzeiten täglich zugänglich.

Dieses Programm ist bis zum **31.10.2026** gültig.

