



Landkreis
**Sankt
Wendel**

KURSE & ANGEBOTE für Ältere 2025

Gruppen | Freizeit
Kontakte | Bildung | Sport

SENIORENBÜRO

VOR WORT

**Liebe Mitbürgerinnen
und Mitbürger,**

Ich freue mich, Ihnen die neue Kursbroschüre für Seniorinnen und Senioren im Landkreis Sankt Wendel vorzustellen. Sie enthält wieder zahlreiche Angebote, die Sie dabei unterstützen können, Ihr Leben aktiv, abwechslungsreich und selbstbestimmt zu gestalten.

Ob Bewegung, Sprachkurse, Handarbeit oder Ausflüge – das Angebot im Landkreis Sankt Wendel ist vielfältig und bietet viele Gelegenheiten, mit Gleichgesinnten zusammenzukommen. Hier dürfen alte Hobbys gepflegt oder neue entdeckt werden.

Ich möchte Sie auch auf die Angebote in den Broschüren der Kreisvolkshochschule, der Katholischen Erwachsenenbildung und der Volkshochschule Sankt Wendel aufmerksam machen. Diese sind im Seniorenbüro und bei den jeweiligen Anbietern erhältlich.

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Stöbern und hoffe, dass Sie passende Kurse und Angebote finden, die Sie begeistern.



Udo Recktenwald

Landrat des Landkreises Sankt Wendel

INHALT

AUFGABEN DES SENIORENBÜROS 2

KURSE UND ANGEBOTE

Kreissenorenchor	3
Spiele-Treff	3
Senioren-sport- und Bewegungsgruppe	4
Englisch- & Französisch-Kurse »60 plus«	5
Computer und Internet »60 plus«	6
Literaturgesprächskreis	7
Handarbeitsgruppe für Seniorinnen	8
Senioren-sicherheitsberater:innen im Landkreis Sankt Wendel	9

FIT UND VITAL ÄLTER WERDEN

Kneipp Verein St. Wendel e.V.	10
Turnverein »Blies« Bliesen e.V.	11
Seniorenbüro Landkreis Sankt Wendel	12
Kneipp Verein »Oberes Bliestal« e.V.	12
Kneipp Verein Marpingen	13
TV Liebenburg 2004 e.V.	13
TuS Nohfelden e.V.	13
TuS 1905 Niederlinxweiler e.V.	14
TuS Fortuna Schwarzenbach e.V.	14
TV 1861 St. Wendel e.V.	15
Weitere Angebote	15

IMPRESSUM

Herausgeber: Landkreis Sankt Wendel,
Stabsstelle 3: Presse- und Öffentlichkeitsarbeit,
Mommstraße 21 - 31, 66606 St. Wendel
Redaktion: Liane Angel, Klaus Lauck, Stabsstelle
Integrierte Sozialplanung/Seniorenbüro
Ausgabe: 2025 (Nr. 37)

AUFGABEN DES SENIORENBÜROS

- **Aktiv-, Kultur- und Sportangebote für die Zielgruppe 60+**
 - Schaffung von Gruppenangeboten für Ältere
 - Organisation von Veranstaltungen für Ältere
 - Schaffung von Sport-, Bewegungs- und Gesundheitsangeboten für Ältere
- **Altenhilfeplanung auf Kreisebene in Verbindung mit der Landesplanung**
 - Förderung von Gemeinwesenprojekten zur Versorgung im Quartier
 - Förderung von Nachbarschaftsprojekten
 - Kooperation, Koordination und Vernetzung
 - Durchführung von Modellprojekten (EU, Bund, Land, Kreis)
 - Sozialplanung mit dem Schwerpunkt Gesundheitsförderung für Ältere
- **Geschäftsstelle der ehrenamtlichen Seniorensicherheitsberater:innen im Landkreis**
- **Möglichkeit des ehrenamtlichen Engagements Älterer innerhalb des Seniorenbüros**

SENIORENBÜRO LANDKREIS SANKT WENDEL

LEITER Klaus Lauck
Mommstraße 21-31
66606 St. Wendel
T 06851 801-5200
k.lauck@lkwund.de

SEKRETARIAT Liane Angel
Welvertstraße 2
66606 St. Wendel
T 06851 801-5201
F 06851 801-5290
l.angel@lkwund.de



KURSE UND ANGEBOTE

STÄNDIGE GRUPPE

KREISSENIORENCHOR

TERMINE fortlaufend

ZEIT donnerstags, 14 - 16 Uhr

ORT Pfarrsaal der Kath. Kirchengemeinde St. Anna, Ecke St. Annen- und Dechant-Gomm-Str., 66606 St. Wendel

ANGEBOTE Auftritte nach Vereinbarung

INFORMATION/ANMELDUNG

Seniorenbüro Landkreis
Sankt Wendel, T 06851 801-5201;
Edgar Backes, T 06853 5260

Neumitglieder sind jederzeit willkommen!

kostenfrei

STÄNDIGE GRUPPE

SPIELE-TREFF

TERMINE fortlaufend

ZEIT montags, 13:30 - 16:30 Uhr

ORT Pfarrsaal der Kath. Kirchengemeinde St. Anna, Ecke St. Annen- und Dechant-Gomm-Str., 66606 St. Wendel

INFORMATION/ANMELDUNG

Seniorenbüro Landkreis
Sankt Wendel, T 06851 801-5201;
Petra Wita, T 0157 88664753

kostenfrei



STÄNDIGE GRUPPE

SENIORENSPORT- UND BEWEGUNGSGRUPPE »FIT UND VITAL ÄLTER WERDEN«

Frauen und Männer, die sich entweder sportlich noch nicht betätigt haben oder lange Zeit keinen Sport betrieben haben, wird so Gelegenheit zu altersangepasster Bewegung gegeben. Ein gezielt zusammengestelltes Programm bietet auch ohne jegliche sportliche Vorerfahrung die Möglichkeit, etwas für Gesundheit und Wohlbefinden zu tun.

TERMINE fortlaufend

ZEIT freitags, 17 - 18:30 Uhr

ORT Sporthalle des
Cusanus-Gymnasiums,
Missionshausstr. 14,
66606 St. Wendel

LEITUNG Hildegard Mathias

INFORMATION/ANMELDUNG

Seniorenbüro Landkreis
Sankt Wendel, T 06851 801-5201

Weitere Sport- und Bewegungsange-
bote finden Sie ab Seite 10

ab **35,-€** pro Person

SPRACHKURS

ENGLISCH-KURSE »60 PLUS«

KURSE 1 - 2 SABINE GLÄSER

TERMINE 10 Termine à 90 Minuten; fortlaufend

ZEIT **Kurs 1** montags, 9 - 10:30 Uhr, **Kurs 2** montags, 10:45 - 12:15 Uhr

ORT Räumlichkeiten im UTZ, Werschweilerstr. 40, 66606 St. Wendel

LEITUNG Sabine Gläser

KURSE 1 - 3 REIMUND SCHMIDT

TERMINE 10 Termine à 90 Minuten fortlaufend

ZEITEN **Kurs 1** dienstags, 9 - 10:30 Uhr, **Kurs 2** dienstags, 10:45 - 12:15 Uhr

Kurs 3 mittwochs, 10:45 - 12:15 Uhr,

ORT Räumlichkeiten im UTZ, Werschweilerstr. 40, 66606 St. Wendel

LEITUNG Reimund Schmidt

KURSE 1 - 2 SABINE GLÄSER

TERMINE 10 Termine à 90 Minuten; fortlaufend

ZEIT **Kurs 1** freitags, 9 - 10:30 Uhr, **Kurs 2** freitags, 10:45 - 12:15 Uhr

ORT Räumlichkeiten im UTZ, Werschweilerstr. 40, 66606 St. Wendel

LEITUNG Sabine Gläser

INFORMATION/ANMELDUNG

Seniorenbüro Landkreis Sankt Wendel, T 06851 801-5201

ab **35,-€** pro Person

SPRACHKURS

FRANZÖSISCH-KURS »60 PLUS«

TERMINE 10 Termine à 90 Minuten; fortlaufend

ZEIT dienstags, 14:30 - 16 Uhr

ORT Kultur- und Bildungs-Institut (KuBI), Werschweilerstr. 14, 66606 St. Wendel

LEITUNG Beatrice Thiry

INFORMATION/ANMELDUNG

Seniorenbüro Landkreis Sankt Wendel, T 06851 801-5201

ab **35,-€** pro Person

ANFÄNGER:INNEN / FORTGESCHRITTENE

COMPUTERKURSE »60 PLUS«

TERMINE auf Anfrage,
fortlaufend neue Kurse

ZEIT 15 - 17:15 Uhr

ORT Kultur- und Bildungs-Institut
(KuBI), Werschweilerstr. 14,
66606 St. Wendel

LEITUNG Edgar Müller

INFORMATION/ANMELDUNG

Seniorenbüro Landkreis
Sankt Wendel, T 06851 801-5201

ab **58,80 €** pro Person

ANFÄNGER:INNEN

GRUNDLAGEN INTERNET »60 PLUS«

TERMINE auf Anfrage,
Wochenendkurse

ZEIT freitags und samstags

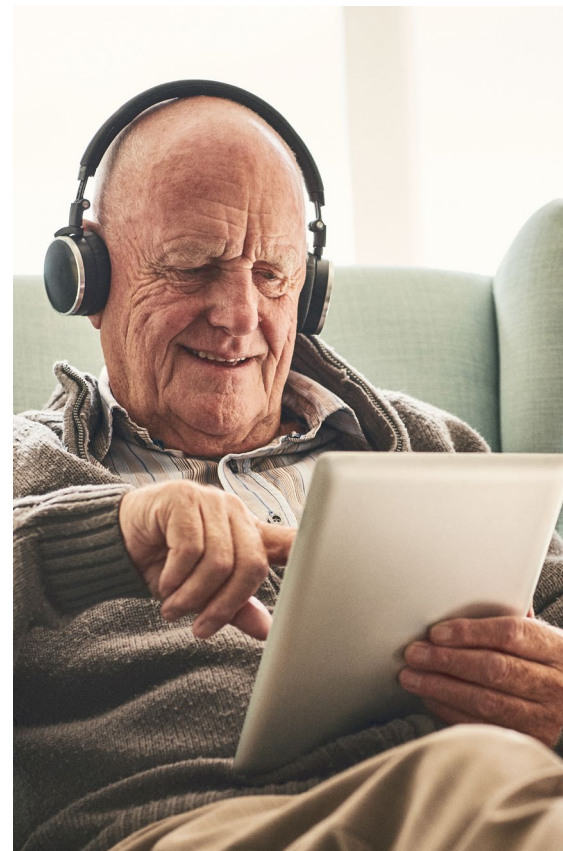
ORT Kultur- und Bildungs-Institut
(KuBI), Werschweilerstr. 14,
66606 St. Wendel

LEITUNG Holger Keller

INFORMATION/ANMELDUNG

Seniorenbüro Landkreis
Sankt Wendel, T 06851 801-5201

ab **30,40 €** pro Person



STÄNDIGE GRUPPE

LITERATURGESPRÄCHSKREIS

Seit September 1995 treffen sich Literaturfreunde 14-tägig, um sich über Leseerfahrungen auszutauschen. Spezielle literaturwissenschaftliche Kenntnisse sind nicht erforderlich. Die Buchauswahl wird gemeinschaftlich getroffen. Bis heute haben sich die Lesefreunde mit 268 Büchern aus Werken der deutschen und der Weltliteratur beschäftigt. Der Erfolg dieses Literaturgesprächskreises basiert darauf, dass sich jeder Einzelne immer auch mit seinen Lebenserfahrungen und Erkenntnissen bei der Bewertung eines Buches einbringen kann. In lockerer und unterhaltsamer Atmosphäre kann jeder seine Gedanken, die er beim Lesen entwickelt, vortragen und sich darüber in der Runde austauschen. Wer Lust hat mitzumachen und am Nachmittag Zeit hat, mit Gleichgesinnten bei Kaffee oder Tee über Literatur zu diskutieren, ist herzlich willkommen.

TERMINE ab 15. Januar 2025
fortlaufend 14-tägig, mittwochs
(immer in den ungeraden Wochen)

ZEIT 14 – 16 Uhr

ORT Pfarrsaal der Kath. Kirchengemeinde St. Anna, Ecke St. Annen- und Dechant-Gomm-Str., 66606 St. Wendel

MODERATION abwechselnd,
nach Absprache mit Teilnehmer:innen
aus der Gruppe

INFORMATION/ANMELDUNG
Seniorenbüro Landkreis Sankt Wendel,
T 06851 801-5201;
Josef Ohlmann, T 06857 5706

kostenfrei



STÄNDIGE GRUPPE

HANDARBEITSGRUPPE FÜR SENIOR:INNEN

Die Handarbeitsgruppe besteht seit April 1991. Mittlerweile treffen sich bis zu 20 Senioren und Seniorinnen verschiedener Altersstufen zum gemeinsamen Stricken und Häkeln bei Kaffee (und manchmal auch bei Kuchen). Wir fertigen Strümpfe, Handschuhe, Schals, Pullis und Tierfiguren zum Eigengebrauch oder für soziale Zwecke.



TERMINE dienstags, fortlaufend

ZEIT 14 – 16 Uhr

ORT Pfarrsaal der Kath.
Kirchengemeinde, St. Anna,
Ecke St. Annen- und Dechant-
Gomm-Str., 66606 St. Wendel

LEITUNG Anne Buchholz,
T 06851 8023885

INFORMATION/ANMELDUNG

Seniorenbüro Landkreis
Sankt Wendel, T 06851 801-5201

Interessierte sind jederzeit herzlich
willkommen!

kostenfrei

STÄNDIGES BERATUNGSANGEBOT

SENIORENSICHERHEITSBERATER:INNEN

im Landkreis Sankt Wendel

Kriminalprävention ist eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe. Jeder kann dazu seinen Beitrag leisten. Ein Beispiel für die Verbindung der Fachkompetenz der Polizei und des ehrenamtlichen Engagements von Seniorinnen und Senioren findet sich im Projekt »Seniorensicherheitsberater:innen«.

Das Projekt »Seniorensicherheitsberater:innen« basiert auf dem Gedanken, dass Seniorinnen und Senioren als Sicherheitsberater:innen durch ihren natürlichen Zugang zur eigenen Generation wichtiger Partner der Polizei bei der Information über Kriminalitätsformen und der zugehörigen Möglichkeiten der Vorbeugung sind. Die ehrenamtlichen Seniorensicherheitsberater:innen agieren somit als Bindeglied zwischen der Polizei und den älteren Menschen.

Die »Seniorensicherheitsberater:innen« verfügen über umfangreiches Wissen:

- Haustürgeschäfte (Wie verhalte ich mich, wenn Fremde unter einem Vorwand in die Wohnung wollen?)
- Sicherung von Haus und Wohnung
- Notrufnummern
- Einzeltrickbetrügereien
- Opferschutz, z. B.: Was ist zu tun, wenn man Opfer einer Straftat geworden ist?
- Sicherheit im Straßenverkehr
- allgemeine Verbraucherschutzfragen

TERMINE jeden 2. Mittwoch im Monat

ZEIT 14 – 16 Uhr; nach telefonischer Anmeldung beim Seniorenbüro

ORT Landratsamt Sankt Wendel, Mommstr. 25

INFORMATION

Geschäftsstelle Seniorensicherheitsberater*innen, c/o Seniorenbüro
Landkreis Sankt Wendel, T 06851 801-5201

FIT UND VITAL ÄLTER WERDEN

Hier finden Sie die Infos und Angebote einzelner Vereine.

KNEIPP VEREIN ST. WENDEL E.V.

INFORMATION/ANMELDUNG

Kneipp Verein St. Wendel
T 06851 70933

1 DRUMSALIVE-GOLDENBEATS

TERMINE 5 Termine à 60 Minuten
montags, 18 - 19 Uhr
ORT Leitersweiler, Dorfgemeinschaftshaus
KOSTEN für Vereinsmitglieder: 20 €,
für Nichtmitglieder: 25 €
LEITUNG Anne Stoll, Übungsleiterin,
T 06851 1811

2 OSTEOPOROSE AUFRECHT INS ALTER

TERMINE 10 Termine à 90 Minuten-
ZEIT mittwochs, 16:30 - 18 Uhr
ORT Turnhalle des
Cusanusgymnasiums, St. Wendel
KOSTEN für Vereinsmitglieder: 45 €
für Nichtmitglieder: 60 €
LEITUNG Barbara Sauerwald,
T 06851 81616

TERMINE 10 Termine à 60 Minuten
ZEIT mittwochs, 18 - 19 Uhr
ORT Turnhalle des
Cusanusgymnasiums, St. Wendel
KOSTEN für Vereinsmitglieder: 30 €
für Nichtmitglieder: 40 €
LEITUNG Barbara Sauerwald,
T 06851 81616

3 GYMNASTIK MIT UND AUF DEM STUHL

TERMINE 5 Termine à 60 Minuten
ZEIT freitags, 9:45 - 10:45 Uhr
ORT Kneipp Treff, Hauptstr. 66, St. Wendel
KOSTEN für Vereinsmitglieder: 15 €
für Nichtmitglieder: 20 €
LEITUNG Martha Vollmann,
T 06851 70933

TERMINE 5 Termine à 60 Minuten
ZEIT freitags, 11 - 12 Uhr
ORT Kneipp Treff, Hauptstr. 66, St. Wendel
KOSTEN für Vereinsmitglieder: 15 €
für Nichtmitglieder: 20 €
LEITUNG Martha Vollmann,
T 06851 70933

4 AQUA-FITNESS - FREUDE AN BEWEGUNG IM FLACHWASSER

TERMINE 10 Termine à 60 Minuten
ZEIT donnerstags, 14:15 - 15:15 Uhr
ORT Wendelinus-Bad, St. Wendel
KOSTEN für Vereinsmitglieder: 25 € plus
Eintritt; für Nichtmitglieder: 35 € plus Eintritt
LEITUNG Peter Samstag, T 06851 81064

5 BEWEGLICHKEIT UND VITALITÄT IN JEDEM ALTER

TERMINE 12 Termine à 60 Minuten

ZEIT freitags, 17 - 18 Uhr

ORT Turnhalle KBBZ, Jahnstr. 14, St. Wendel

KOSTEN für Vereinsmitglieder: 30 €, für Nichtmitglieder: 45 €

LEITUNG Christel Holzapfel, T 06856 89899

6 FIT UND GESUND

TERMINE 12 Termine à 60 Minuten

ZEIT mittwochs, 10:15 - 11:15 Uhr

ORT Nikolaus-Obertreis-Schule, St. Wendel

KOSTEN für Vereinsmitglieder: 30 €, für Nichtmitglieder: 45 €

LEITUNG Ruth Baumgartner, T 06857 6470

7 FITTE FASZIEN

TERMINE 6 Termine à 75 Minuten

ZEIT montags, 16.30-17.45 Uhr

ORT Kneipp Treff, Hauptstraße 66, St. Wendel

KOSTEN für Vereinsmitglieder: 24 €, für Nichtmitglieder: 36 €

LEITUNG Nanna Johann-Theobald, T 0151 58125634

TURNVEREIN »BLIES« BLIESEN E.V.

INFORMATION/ANMELDUNG

verschieden, siehe nachstehend

1 »FIT & VITAL ÄLTER WERDEN« FÜR FRAUEN AB 50

ZEIT montags, 19 - 20 Uhr

ORT Schulturnhalle Bliesen

KOSTEN Mitgliedsbeitrag 5 € im Monat

LEITUNG Lena Bäuml, T 0176 31000637

2 FITNESSGYMNASTIK FÜR MÄNNER

ZEIT montags, 19 - 20:30 Uhr

ORT Sport- und Kulturhalle Bliesen

KOSTEN Mitgliedsbeitrag 5 € im Monat

LEITUNG Kurt Scheid, T 06854 8346

3 GESUNDHEITSSPORT FÜR FRAUEN UND MÄNNER

ZEIT dienstags, 18 - 19:30 Uhr

ORT Sport- und Kulturhalle Bliesen

KOSTEN Mitgliedsbeitrag 5 € im Monat

LEITUNG Hermann Ha&denteufel (B-Lizenz STB), T 06854 7578

4 GYMNASTIK FÜR GEIST, LEIB UND SEELE

ZEIT mittwochs, 8:45 - 9:45 Uhr

ORT Sport- und Kulturhalle Bliesen

KOSTEN Mitgliedsbeitrag 5 € im Monat

LEITUNG Hildegard Mathias, T 06854 1358





SENIORENBÜRO DES LANDKREISES SANKT WENDEL

INFORMATION/ANMELDUNG

Seniorenbüro, T 06851 801-5201

1 TAGESFAHRTEN

TERMINE ganzjährig verschiedene

Angebote (bitte anfragen)

KOSTEN von Reiseziel und
Leistungsumfang abhängig

LEITUNG verschiedene

2 WANDERUNGEN

TERMINE ganzjährig verschiedene

Angebote (bitte anfragen)

KOSTEN von Wanderziel und
Leistungsumfang abhängig

LEITUNG verschiedene



KNEIPP VEREIN »OBERES BLIESTAL« E. V.

INFORMATION/ANMELDUNG

Alice Maurer (2. Vorsitzende),
T 06854 1241

1 GYMNASTIK FÜR FRAUEN

TERMINE fortlaufend

ZEIT mittwochs, 16–17 Uhr

ORT Dorfgemeinschaftshaus Gronig

KOSTEN für Vereinsmitglieder: 5 € im
Monat; für Nichtmitglieder: 7 € im Monat

LEITUNG Bärbel Ost, Übungsleiterin

2 QI-GONG KURS

TERMINE 2 Kurse im Jahr (jeweils bis
Ferienbeginn)

ZEIT mittwochs, 17:15–18:15 Uhr

ORT Dorfgemeinschaftshaus Gronig

KOSTEN je nach Kursdauer,
ab 10 Std. für Vereinsmitglieder: 45 €
ab 10 Std. für Nichtmitglieder: 56 €

LEITUNG Steffi Recktenwald,
Qi-Gong Lehrerin SKA

KNEIPP VEREIN MARPINGEN E. V.

INFORMATION/ANMELDUNG

Inge Plaas (1. Vorsitzende),
T 06853 9225747

1 SENIORENGYMNASTIK AUF DEM STUHL

TERMINE 15 Termine à 60 Minuten

ZEIT donnerstags, 17:30 - 18:30 Uhr

ORT Schulturnhalle Marpingen, Marien-
straße

KOSTEN 30 €

LEITUNG Marga Schneider, T 06853 3671

2 LEICHTE WANDERUNG MIT AN- SCHLIESSENDEN GEMÜTLICHEN BEI- SAMMEN SEIN

TERMINE ganzjährig

ZEIT mittwochs, 15 Uhr

KOSTEN keine

LEITUNG Ute Blatt, T 06853 4445

TV LIEBENBURG 2004 E. V., NAMBORN

INFORMATION/ANMELDUNG

Rolf Schreier, T 06857 5475

1 GYMNASTIK FÜR ÄLTERE (AB 50 JAHRE)

TERMINE fortlaufend

ZEIT montags, Sommerzeit 20 - 21 Uhr

Winterzeit, 19 - 20 Uhr

ORT Liebenburghalle, Namborn-Eisweiler

KOSTEN für Vereinsmitglieder: 4 € im

Monat; für Nichtmitglieder: 8 € im Monat

LEITUNG Gerlinde und Rolf Schreier,
Übungsleiter*in

2 GYMNASTIK FÜR HERZKRANKE, DIABETIKER, ÜBERGEWICHTIGE

TERMINE fortlaufend

ZEIT montags, 19 - 20 Uhr

ORT Liebenburghalle, Namborn-Eisweiler
je nach Witterung auch auf dem Parkplatz
der Liebenburghalle

KOSTEN für Vereinsmitglieder ohne
ärztliche Verordnung: 8 €/Monat

für Nichtmitglieder nur mit ärztlicher
Verordnung

LEITUNG Ute Jacobs, Übungsleiterin

3 GYMNASTIK FÜR HERZKRANKE, DIABETIKER, ÜBERGEWICHTIGE

TERMINE fortlaufend

ZEIT mittwochs, 18 - 19 Uhr

ORT Liebenburghalle, Namborn-Eisweiler

KOSTEN für Vereinsmitglieder ohne
ärztliche Verordnung: 8 €/Monat

für Nichtmitglieder nur mit ärztlicher
Verordnung

LEITUNG Ute Jacobs, Übungsleiterin

*Willkommen sind alle Patient:innen mit
Diabetes mellitus, diabetischer
Polyneuropathie, Patient:innen mit
Bluthochdruck, Verschlusskrankheiten
der Beine (PAVK) und weiteren Folgen.*

TUS NOHFELDEN E. V.

INFORMATION/ANMELDUNG

TuS Nohfelden e.V., info@tusnohfelden.de

1 GYMNASTIK FÜR FRAUEN

TERMINE fortlaufend

ZEIT mittwochs, 19 - 20 Uhr;

Schnupperstunden möglich

ORT Turnhalle, Nohfelden

LEITUNG Monika Decker, T 06852 6441

TUS 1905 NIEDERLINXWEILER E. V.

INFORMATION/ANMELDUNG
verschieden, siehe nachstehend
tus-niederlinxweiler.de

1 SENIORINNENTURNEN/ GYMNASTIK/TANZ

ZEIT dienstags, 15 - 16 Uhr
ORT Breitwieshalle, St. Wendel-
Niederlinxweiler
KOSTEN 3 € im Monat
LEITUNG Christel Keller,
T 06851 70793

2 SENIORENGYMNASTIK/ SENIORENVOLLEYBALL

TERMINE fortlaufend (jedoch nicht
in den Sommerferien)
ZEIT dienstags, 13:30 - 15 Uhr
ORT Breitwieshalle, St. Wendel-
Niederlinxweiler
KOSTEN Erwachsenenbeitrag: 3 € im
Monat; Familienbeitrag: 6 € im Monat
LEITUNG Klaus Bill, T 06851 1265

3 VOLLEYBALL FÜR „ALT & JUNG“

ZEIT freitags, 20 - 22 Uhr
ORT Breitwieshalle, St. Wendel-
Niederlinxweiler
KOSTEN Erwachsenenbeitrag: 3 € im
Monat; Familienbeitrag: 6 € im Monat
LEITUNG Klaus Bill, T 06851 1265

4 VOLKSTANZ

ZEIT dienstags (14-tägig), 20 - 22 Uhr
ORT Breitwieshalle, St. Wendel-
Niederlinxweiler
KOSTEN 3 € im Monat
LEITUNG Anita Schmidt, T 06851 81972

TUS FORTUNA SCHWARZENBACH E. V.

INFORMATION/ANMELDUNG
Marita Rauber, T 0175 6823122

1 GYMNASTIK FÜR FRAUEN

TERMINE 6 Termine
ZEIT dienstags, 20 - 21 Uhr
ORT Hunnenringhalle, Nonnweiler-
Otzenhausen
KOSTEN 18 €*





2 WALKING FÜR JUNG & ALT

TERMINE 6 Termine
ZEIT montags, 8:30 – 10 Uhr
ORT Ziegelhütte, Nonnweiler-Schwarzenbach,
KOSTEN 15 €*

*für Mitglieder kostenlos; die Preise gelten nur für Nichtmitglieder

TV 1861 ST. WENDEL E. V.

INFORMATION/ANMELDUNG

TV St. Wendel e.V., T 06851 70726

1 AMBULANTE HERZSPORTGRUPPE

ZEIT montags 20 – 21:30 Uhr, St. Annenschule, Pestalozzistr. 7, St. Wendel
 dienstags 16:30 – 18 & 18 – 19.30 Uhr, Nikolaus-Obertreis-Schule, St. Wendel
 donnerstags 18 – 19:30 Uhr, Turnhalle Gymnasium Wendalinum, St. Wendel
KOSTEN Mitgliedsbeitrag TV St. Wendel 13 € im Monat
LEITUNG Beate Haßdenteufel, T 06851 81617 oder 0157 32791293

2 FRAUENGYMNASTIK

ZEIT donnerstags, 19:30 – 21 Uhr
ORT Turnhalle Gymnasium Wendalinum, St. Wendel
KOSTEN Mitgliedsbeitrag TV St. Wendel 13 € im Monat
LEITUNG Christel Keller, T 06851 70793

3 TÄNZERISCHE GYMNASTIK

ZEIT mittwochs, 16 – 18 Uhr
ORT Turnerheim Wingertstraße 26, St. Wendel
KOSTEN Mitgliedsbeitrag TV St. Wendel 13 € im Monat
LEITUNG Hella Klomen, T 06851 4901
 Die Übungsstunden finden das ganze Jahr über statt, außer in den Ferien.

WEITERE ANGEBOTE

1 SENIORENFahrTEN (AUCH MEHRTAGESFAHRTEN)

ANBIETER/INFO CDU Senioren-Union Kreisverband St. Wendel, T 06851 93240
TERMINE ganzjährig
ZIELE auf Anfrage

2 ERLEBNISTANZ IM BUNDESVERBAND SENIORENTANZ

ANBIETER Kneipp Verein Marpingen

TERMINE 18 Termine

ZEIT dienstags, 16:30 – 17:45 Uhr

ORT Kleine Schulturnhalle der Gesamtschule Marpingen

KOSTEN für Vereinsmitglieder: 30 €, für Nichtmitglieder: 45 €

LEITUNG Ingeborg Schweitzer

INFO Inge Blas, T 06853 5751

3 ERLEBNISTANZ IM BUNDESVERBAND SENIORENTANZ

ZEIT montags, 15:00 – 16:00 Uhr

ANBIETER/ORT

Mehrgenerationenhaus Nonnweiler

KOSTEN 25 € für 10 Termine

LEITUNG & INFO Ingeborg Schweitzer, T 06875 385

4 ERLEBNISTANZ IM BUNDESVERBAND - TANZEN IM SITZEN

ZEIT bitte anfragen

ANBIETER/ORT

Mehrgenerationenhaus Nonnweiler

KOSTEN bitte anfragen

LEITUNG & INFO Ingeborg Schweitzer, T 06875 385

5 AKTIVITÄTEN MIT BESONDEREM HÖRGENUSS - SPAZIERGANG 2025

TERMINE werden separat veröffentlicht

ZEIT 1,5 – 2 Stunden

ORT Bostalsee, Schaumberg, Imsbach, Wendalinushof, Momberg und viele weitere interessante Strecken

KOSTEN 8 €

LEITUNG & INFO Jutta Schneider, T 0178 2852238; Monika Wolf, T 0177 7888129

6 AKTIVITÄTEN MIT BESONDEREM HÖRGENUSS - AUTOGENES TRAINING IN DER NATUR

TERMINE werden separat veröffentlicht

ZEIT 1 Stunde

ORT Parkplatz Straße der Skulpturen

KOSTEN 8 €

LEITUNG & INFO Jutta Schneider, T 0178 2852238; Monika Wolf, T 0177 7888129



7 KLANGENTSPANNUNG

ANBIETER Gesundheitspraktikerin BfG Karin Bill

TERMINE dienstags in geraden Kalenderwochen

ZEIT 16 – 17 Uhr

ORT Mühlenstraße 7, 66606 Niederlinxweiler

KOSTEN 8 €/Termin

LEITUNG & INFO Karin Bill, T 0176 83357886;

8 AUTOGENES TRAINING AUF DEM STUHL

ANBIETER Gesundheitspraktikerin BfG Karin Bill

TERMINE dienstags in ungeraden Kalenderwochen

ZEIT 16 – 17 Uhr

ORT Mühlenstraße 7, 66606 Niederlinxweiler

KOSTEN 8 €/Termin

LEITUNG & INFO Karin Bill, T 0176 83357886



**Flexibel
erreichbar –
Ihre
Sparkasse.**

In der Filiale, der SB-Zone oder online.

Regeln Sie Ihre Finanzen, wie es für Sie am besten passt. Besuchen Sie uns in der Filiale. Außerhalb der Öffnungszeiten nutzen Sie gerne die SB-Zone. Ganz bequem geht es auch online unter www.kskwnd.de

Unsere Öffnungszeiten Beratungcenter St. Wendel:

**Montag / Dienstag / Mittwoch / Freitag
9.00 bis 16.00 Uhr**

**Donnerstag
9.00 bis 18.00 Uhr**

Wenn's um Geld geht – Sparkasse.



**Kreissparkasse
St. Wendel**



Landkreis
**Sankt
Wendel**

**SENIORENBÜRO
LANDKREIS SANKT WENDEL**

LEITER Klaus Lauck
Mommstraße 21-31
66606 St. Wendel
T 06851 801-5200
k.lauck@lkwnd.de

SEKRETARIAT Liane Angel
Welvertstraße 2
66606 St. Wendel
T 06851 801-5201
F 06851 801-5290
l.angel@lkwnd.de