

TV21 Büchenbach

Angebote für Senioren und Seniorinnen



Radfahren in der Gruppe

Mittwoch 9:00 Uhr am Rathaus Büchenbach

Die Routen sind alle so gewählt, dass Naturerlebnis und Freude am Radfahren im Mittelpunkt stehen.

Brigitte & Herbert Grotzki: 0170 - 7208197

Spielenachmittag

jeden 2. Mittwoch im Monat im Gastraum des
Sportheims am TV21 Gelände

Zusammensitzen, reden, spielen und Aktivitäten planen

Klaus Beck 0152 - 33817661

Seniorengymnastik

Freitag 14:00 Uhr Turnhalle Büchenbach

Motto „Älter werden in Balance“ zielt darauf, ihre Gesundheit und ihr Wohlbefinden durch mehr körperlicher Aktivität möglichst lange zu erhalten

Elvira Wenig: 0151 - 50563618

Wandern auf IVV Wandertouren

Unsere Wanderabteilung fährt an Wochenenden zu Wandertagen in Bayern und Baden-Württemberg

Info: Betty Staudacher oder Büba Anzeiger

Vorbeischaun – Mitmachen – Freude erleben!

www.tv-buechenbach.de

Kontakt@tv-buechenbach.de

TV21 Büchenbach Angebote für Senioren und Seniorinnen



Wandern rund um Büchenbach

Montag 9:00 am Rathaus in Büchenbach

Ganz Büchenbach, mit Ortsteilen, erwandern

und die Natur je nach Jahreszeit zu erleben, ist eine Faszination

Petra Nägele: 0170 - 2373356

Ju-Jitsu Senioren Kurs

Montag 19:00 Uhr Sporthalle Büchenbach

Weiche, fließende Bewegungen aus fernöstlichen Traditionen-
verbunden mit einfachen Selbstverteidigungselementen

Regina Köster: 09178 - 5220

Fit im Alter durch Bewegung 50+ - Best Ager

Dienstag 20:00 Uhr Sporthalle Büchenbach

„Weniger ist mehr ...“ gemeinsames Erlebnis in Bewegung,
psychische und physische Stärkung

Harald Heubusch: 01578 - 6867827

Tischtennis

Dienstag/Freitag 19:00 Uhr Sporthalle Büchenbach

Unsere Tischtennis-Aktiven spielen leidenschaftlich - aber alters-
und fitnessgerecht

Bernd Hochreuther: 09171 - 850960

Vorbeischaun – Mitmachen – Freude erleben!

www.tv-buechenbach.de

Kontakt@tv-buechenbach.de