

# Frühjahr 2022 Mai – Juni

## Xund im Alter



LANGKAMPFEN  
My DAHOAM



Sozial- & Gesundheitssprengel  
Kirchbichl · Bad Häring · Langkampfen

**Liebe GemeindebürgerInnen von Kirchbichl, Bad Häring und Langkampfen!**

Mit Unterstützung der Gemeinden Kirchbichl, Bad Häring und Langkampfen hat der Sozial- und Gesundheitssprengel in Zusammenarbeit mit einzelnen Pensionisten-Gruppierungen aus den Gemeinden die Möglichkeit geschaffen das Projekt „Xund im Alter“ durchzuführen. Ziel des Projektes ist es, Menschen ab der zweiten Lebenshälfte sowie deren familiäres und soziales Umfeld durch verschiedene Aktivitäten (Bewegung, Sport, Vorträge, Ausflüge usw.) dabei zu unterstützen, gemeinsam einen aktiven Beitrag für die eigene Gesundheit zu leisten. Im Folgenden stellen wir Euch das „Xund im Alter“- Programm vor.

**Wir freuen uns über Eure Teilnahme und bitten Euch um vorherige Anmeldung.**

### Bad Häring

#### Bewegter Vormittag

Eine gesellige Seniorenwanderung zum aktiven Start in den Tag. Lasst euch von unserem Hansjörg überraschen. Wir schließen die Bewegungseinheit bei einem geselligen Mittagessen beim Gasthaus Schermer ab.

**Treffpunkt:** Vor dem Gemeindeamt Bad Häring, Obere Dorfstraße 7, 6323 Bad Häring  
**Termine:** Do 21.04., Do 19.05. und Do 09.06., Start jeweils um 10:00 Uhr  
**Übungsleiter:** Hans Georg Hotter, Bergwanderführer  
**Anmeldung bei:** Herrn Hans Georg Hotter (+43 676 3662792, [hotters@aon.at](mailto:hotters@aon.at)) oder Hanspeter Ager (+43 660 2106605, [agerpeter@hotmail.com](mailto:agerpeter@hotmail.com))

### Langkampfen

#### Bewegtes Frühstück

Ein geselliges Seniorenfrühstück mit einer kleinen Wanderung in Langkampfen und Umgebung zum aktiven Start in den Tag. Dauer der Bewegungseinheit ca. 45-60 Minuten.

**Treffpunkt:** Kegelbahn Langkampfen, Bürgerstraße 6, 6336 Unterlangkampfen  
**Termine:** Di 12.04., Di 03.05. und Di 07.06., Start jeweils um 08:30 Uhr  
**Übungsleiterin:** Luzia Fischer  
**Anmeldung bei:** Frau Luzia Fischer (+43 660 4621814, [fischer.luzia@kufnet.at](mailto:fischer.luzia@kufnet.at))

#### Information & Anmeldung:

Sozial- und Gesundheitssprengel Kirchbichl, Bad Häring und Langkampfen,  
Ulricusstrasse 1, 6322 Kirchbichl,  
[www.sozialsprengel.at](http://www.sozialsprengel.at), 0533288483, [kontakt@sozialsprengel.at](mailto:kontakt@sozialsprengel.at)

### Kirchbichl

#### Bewegtes Frühstück

Ein geselliges und Seniorenfrühstück mit einer kurzen Bewegungseinheit zum aktiven Start in den Tag. Dauer der Bewegungseinheit ca. 45 Minuten

**Treffpunkt:** Stocksportanlage Bruckhäusl, Bodenstraße 8, 6322 Bruckhäusl  
**Termine:** April: Fr. 08.04. und Fr. 22.04., Start jeweils um 09:00  
Mai: Fr. 13.05. und Fr. 27.05., Start jeweils um 10:00 Uhr  
**Übungsleiterin:** Sylvia Ganser  
**Anmeldung bei:** Hannes Lanner (+43 650 7601681, [johannes.lanner@a1.net](mailto:johannes.lanner@a1.net))

#### Kegeln

Mit allen 9nen in's Wochenende möchten wir euch mit einer geselligen Kegelrunde ermöglichen.

**Treffpunkt:** Kegelbahn Mitterhofweg (Keller Kindergarten), Peter Mitterhof-Weg 20, 6330 Wörgl  
**Termine:** jeden Freitag., Start jeweils um 14:00 Uhr  
**Übungsleiterin:** Hannes Lanner  
**Anmeldung bei:** Hannes Lanner (+43 650 7601681, [johannes.lanner@a1.net](mailto:johannes.lanner@a1.net))



Fotos © Seniorenbund Langkampfen; Satz- und Druckfehlervorbehalten!