



"Was isch los für üs Seniors?" - Alle Termine auf einen Blick

		für alle Senioren	nur für Senioren	nur für Seniorinnen
<u>Datum</u>	<u>Zeit</u>	<u>Ort</u>	<u>Anlass</u>	<u>Verantwortlicher Verein/Person</u>
Januar 2021				
Di. 05.	20.00-21.15 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 06.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Do. 07.	08.00-09.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 07.	09.00-17.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Senioren-Zmittag 60+	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Rita Locher (081 322 46 00)
Do. 07.	20.00 Uhr	alte Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Di. 12.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch
Di. 12.	20.00-21.15 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 13.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Do. 14.	08.00-09.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 14.	14.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum Landquart	Seniorentreff-Spielnachmittag	Katholische Pfarrei Landquart
Do. 14.	20.00 Uhr	alte Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Mo. 18.	19.00-21.00 Uhr	Tenn Igis	Mini Būaz, dini Būaz Tina Clavadetscher tachyobalance	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Katharina Hausmann-Hoppeler (078/677 15 57)
Di. 19.	12.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum Landquart	"Am gleichen Tisch" Mittagessen	Anmelden bis Montag, 16.00 Uhr beim Kath. Pfarramt 081 322 37 48
Di. 19.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch
Di. 19.	20.00-21.15 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)



"Was isch los für üs Seniors?" - Alle Termine auf einen Blick

		für alle Senioren	nur für Senioren	nur für Seniorinnen
<u>Datum</u>	<u>Zeit</u>	<u>Ort</u>	<u>Anlass</u>	<u>Verantwortlicher Verein/Person</u>
Mi. 20.	13.30 Uhr	Restaurant Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076/425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
Mi. 20.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Do. 21.	08.00-09.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 21.	20.00 Uhr	alte Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Di. 26.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch
Di. 26.	20.00-21.15 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 27.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Mi. 27.	19.00-20.00 Uhr	Aula	Klangschalen-Meditation	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Denise Sinito (076/562 07 73)
Do. 28.	08.00-09.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 28.	19.00-21.00 Uhr	Tenn Igis	Vortrag: Nachhaltigkeit	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Katharina Hausmann-Hoppeler (078/677 15 57)
Do. 28.	20.00 Uhr	alte Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Fr. 29.	14.00 Uhr	Tenn, Igis	Freitagshock: Lotto	Ref. Pfarramt (landquart-ref.ch) Daniel Bolliger (081/330 81 31) landquart-ref.ch/seniorinnen-und-senioren



"Was isch los für üs Seniora?" - Alle Termine auf einen Blick

		für alle Senioren	nur für Senioren	nur für Seniorinnen
<u>Datum</u>	<u>Zeit</u>	<u>Ort</u>	<u>Anlass</u>	<u>Verantwortlicher Verein/Person</u>
Februar 2021				
Mo. 1.	14.00-16.00 Uhr	Tenn Igis	Senioren-Plausch-Treff	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Esther Stöckl (079/193 16 86), Silvia Giovanoli
Di. 2.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch
Di. 02.	20.00-21.15 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 03.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Do. 04.	08.00-09.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 04.	09.00-17.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Senioren-Zmittag 60+	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Rita Locher (081/322 46 00)
Do. 4.	20.00 Uhr	alte Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Di. 9.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch
Di. 09.	20.00-21.15 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 10.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Do. 11.	08.00-09.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)



"Was isch los für üs Seniors?" - Alle Termine auf einen Blick

		für alle Senioren	nur für Senioren	nur für Seniorinnen
<u>Datum</u>	<u>Zeit</u>	<u>Ort</u>	<u>Anlass</u>	<u>Verantwortlicher Verein/Person</u>
Do. 11.	20.00 Uhr	alte Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Mo. 15.	19.00-21.00 Uhr	Stationsstrasse 32, Igis	Mini Büaz, dini Büaz, Anita Messerli, Backhüsli	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Katharina Hausmann (078/677 15 57)
Di. 16.	12.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum Landquart	"Am gleichen Tisch" Mittagessen	Anmelden bis Montag, 16.00 Uhr beim Kath. Pfarramt 081 322 37 48
Di. 16.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch
Di. 16.	20.00-21.15 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 17.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Do. 18.	08.00-09.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 18.	18.00-? Uhr	St. Margretenberg/Pizalun	Schneeschuhwanderung	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Katharina Hausmann (078/677 15 57)
Do. 18.	20.00 Uhr	alte Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Fr. 19	14.00 Uhr	Kirchgemeindehaus Landquart	Freitagshock: Fröhliches Turnen	Ref. Pfarramt (landquart-ref.ch) Daniel Bolliger (081/330 81 31) landquart-ref.ch/seniorinnen-und-senioren
Di. 23.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch
Di. 23.	20.00-21.15 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)



"Was isch los für üs Seniors?" - Alle Termine auf einen Blick

für alle Senioren			nur für Senioren	nur für Seniorinnen
<u>Datum</u>	<u>Zeit</u>	<u>Ort</u>	<u>Anlass</u>	<u>Verantwortlicher Verein/Person</u>
Mi. 24.	13.30 Uhr	Restaurant Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076/425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
Mi. 24.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Mi. 24.	19.00-20.00 Uhr	Aula	Klangschalen-Meditation	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Denise Sinito (076/562 07 73)
Do. 25.	08.00-09.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 25.	20.00 Uhr	alte Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)



"Was isch los für üs Seniors?" - Alle Termine auf einen Blick

		für alle Senioren	nur für Senioren	nur für Seniorinnen
<u>Datum</u>	<u>Zeit</u>	<u>Ort</u>	<u>Anlass</u>	<u>Verantwortlicher Verein/Person</u>
März 2021				
Mi. 03.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Do. 04.	09.00-17.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Senioren-Zmittag 60+	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Rita Locher (081/322 46 00)
Do. 4.	20.00 Uhr	alte Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Di. 9.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch
Di. 09.	20.00-21.15 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 10.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Do. 11.	08.00-09.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 11.	20.00 Uhr	alte Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Mo. 15.	19.00-21.00 Uhr	Tenn Igis	Mini Būaz, dini Būaz, Rosmarie Cavigelli, BLT	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Katharina Hausmann (078/677 15 57)
Di. 16.	12.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum Landquart	"Am gleichen Tisch" Mittagessen	Anmelden bis Montag, 16.00 Uhr beim Kath. Pfarramt 081 322 37 48
Di. 16.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch
Di. 16.	20.00-21.15 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)



"Was isch los für üs Seniora?" - Alle Termine auf einen Blick

		für alle Senioren	nur für Senioren	nur für Seniorinnen
<u>Datum</u>	<u>Zeit</u>	<u>Ort</u>	<u>Anlass</u>	<u>Verantwortlicher Verein/Person</u>
Mi. 17.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Do. 18.	08.00-09.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 18.	20.00 Uhr	alte Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Di. 23.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch
Di. 23.	20.00-21.15 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 24.	13.30 Uhr	Restaurant Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076/425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
Mi. 24.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Do. 25.	08.00-09.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 25.	20.00 Uhr	alte Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Fr. 26.	10.00 Uhr	Tenn, Igis	Freitagshock: Frühjahresbrunch	Ref. Pfarramt (landquart-ref.ch) Daniel Bolliger (081/330 81 31) landquart-ref.ch/seniorinnen-und-senioren
Di. 30.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch
Di. 30.	20.00-21.15 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 31.	09.00-12.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Frauenzmorga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Helen Stalder (081/322 56 48)
Mi. 31.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Mi. 31.	19.00-20.00 Uhr	Aula	Klangschalen-Meditation	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Denise Sinito (076/562 07 73)



"Was isch los für üs Seniors?" - Alle Termine auf einen Blick

		für alle Senioren	nur für Senioren	nur für Seniorinnen
<u>Datum</u>	<u>Zeit</u>	<u>Ort</u>	<u>Anlass</u>	<u>Verantwortlicher Verein/Person</u>
April 2021				
Do. 01.	08.00-09.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 01.	09.00-17.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Senioren-Zmittag 60+	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Rita Locher (081/322 46 00)
Do. 1.	20.00 Uhr	alte Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Mo. 05.	14.00-16.00 Uhr	Tenn Igis	Senioren-Plausch-Treff	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Esther Stöckl (079/193 16 86), Silvia Giovanoli
Di. 6.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch
Di. 06.	20.00-21.15 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 07.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Do. 08.	08.00-09.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 8.	20.00 Uhr	alte Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Fr. 09.	14.00 Uhr	Kirchgemeindehaus Landquart	Freitagshock: Vorsicht im Alter! Wie schütze ich mich? (mit René Schumacher, Kantonspolizei)	Ref. Pfarramt (landquart-ref.ch) Daniel Bolliger (081/330 81 31) landquart-ref.ch/seniorinnen-und-senioren
So. 11.	09.00-17.00 Uhr	Tenn Igis	Malseminar	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Katharina Hausmann (078/677 15 57)
Di. 13.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch
Di. 13.	20.00-21.15 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 14.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Do. 15.	08.00-09.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 15.	20.00 Uhr	alte Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Fr. 16.	18.30-22.00 Uhr	Binari, Landquart	Krimidinner	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Riccarda Birchler (079/562 04 40)



"Was isch los für üs Seniors?" - Alle Termine auf einen Blick

für alle Senioren			nur für Senioren	nur für Seniorinnen
<u>Datum</u>	<u>Zeit</u>	<u>Ort</u>	<u>Anlass</u>	<u>Verantwortlicher Verein/Person</u>
Mo. 19.	19.00-21.00 Uhr	Gürtelstrasse 48, 7000 Chur	Mini Büaz, dini Büaz, Knigge	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Katharina Hausmann (078/677 15 57)
Di. 20.	12.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum Landquart	"Am gleichen Tisch" Mittagessen	Anmelden bis Montag, 16.00 Uhr beim Kath. Pfarramt 081 322 37 48
Di. 20.	20.00-21.15 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 21.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Di. 20.	18.45 Uhr	Turnhalle Rütli Landquart	Frauen 55+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch
Mi. 21.	19.00-20.00 Uhr	Aula	Klangschalen-Meditation	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Denise Sinito (076/562 07 73)
Do. 22.	08.00-09.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 22.	20.00 Uhr	alte Turnhalle Rütli, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Mi. 28.	13.30 Uhr	Restaurant Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076/425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
Mi. 28.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)



"Was isch los für üs Seniors?" - Alle Termine auf einen Blick

		für alle Senioren	nur für Senioren	nur für Seniorinnen
<u>Datum</u>	<u>Zeit</u>	<u>Ort</u>	<u>Anlass</u>	<u>Verantwortlicher Verein/Person</u>
Mai 2021				
Di. 4.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch
Mi. 05.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Do. 06.	09.00-17.00 Uhr	Birkholz Igis	Senioren-Zmittag 60+ Grillade im Birkholz	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Rita Locher (081/322 46 00)
Di. 11.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch
Di. 11.	20.00-21.15 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 12.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Do. 13.	20.00 Uhr	alte Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Mo. 17.	19.00-21.00 Uhr	Bungertweg 62, Igis	Mini Büaz, dini Büaz B&B Calanda	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Katharina Hausmann (078/677 15 57)
Di. 18.	12.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum Landquart	"Am gleichen Tisch" Mittagessen	Anmelden bis Montag, 16.00 Uhr beim Kath. Pfarramt 081 322 37 48
Di. 18.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch
Di. 18.	20.00-21.15 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 19.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Do. 20.	08.00-09.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 20.	20.00 Uhr	alte Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Fr. 21	14.00 Uhr	Kirchgemeindehaus Landquart	Freitagshock: Spiele-Nachmittag	Ref. Pfarramt (landquart-ref.ch) Daniel Bolliger (081/330 81 31) landquart-ref.ch/seniorinnen-und-senioren
Di. 25.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch
Di. 25.	20.00-21.15 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)



"Was isch los für üs Seniora?" - Alle Termine auf einen Blick

für alle Senioren			nur für Senioren	nur für Seniorinnen
<u>Datum</u>	<u>Zeit</u>	<u>Ort</u>	<u>Anlass</u>	<u>Verantwortlicher Verein/Person</u>
Mi. 26.	13.30 Uhr	Restaurant Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076/425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
Mi. 26.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Mi. 26.	19.00-20.00 Uhr	Aula	Klangschalen-Meditation	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Denise Sinito (076/562 07 73)
Do. 27.	08.00-09.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 27.	20.00 Uhr	alte Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Sa. 29.			Seifenkistenrennen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Katharina Hausmann (078/677 15 57)



"Was isch los für üs Seniors?" - Alle Termine auf einen Blick

					für alle Senioren	nur für Senioren	nur für Seniorinnen
<u>Datum</u>	<u>Zeit</u>	<u>Ort</u>	<u>Anlass</u>	<u>Verantwortlicher Verein/Person</u>			
Juni 2021							
Di. 1.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch			
Di. 01.	20.00-21.15 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)			
Mi. 02.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)			
Do. 03.	08.00-09.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)			
Do. 03.	09.00-17.00 Uhr	Tenn Igis	Senioren-Zmittag 60+	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Rita Locher (081/322 46 00)			
Do. 3.	20.00 Uhr	alte Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)			
Sa. 05.	17.00 Uhr	Tenn Igis	Grillkurs	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Alexandra Luginbühl (079/382 51 42)			
Mo. 07.	14.00-16.00 Uhr	Tenn Igis	Senioren-Plausch-Treff	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Esther Stöckli (079/193 16 86), Silvia Giovanoli			
Di. 8.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch			
Di. 08.	20.00-21.15 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)			
Mi. 09.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)			
Do. 10.	08.00-09.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)			



"Was isch los für üs Seniors?" - Alle Termine auf einen Blick

		für alle Senioren	nur für Senioren	nur für Seniorinnen
<u>Datum</u>	<u>Zeit</u>	<u>Ort</u>	<u>Anlass</u>	<u>Verantwortlicher Verein/Person</u>
Do. 10.	20.00 Uhr	alte Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Mo. 14.	19.00-21.00 Uhr	Weststrasse 7, Zizers	Mini Büaz, dini Büaz DHP Technologie	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Katharina Hausmann (078/677 15 57)
Di. 15.	12.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum Landquart	"Am gleichen Tisch" Mittagessen	Anmelden bis Montag, 16.00 Uhr beim Kath. Pfarramt 081 322 37 48
Di. 15.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch
Di. 15.	20.00-21.15 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 16.	13.30 Uhr	Restaurant Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076/425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
Mi. 16.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Do. 17.	08.00-09.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 17.	20.00 Uhr	alte Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Fr. 18			Freitagshock: Ausflug	Ref. Pfarramt (landquart-ref.ch) Daniel Bolliger (081/330 81 31) landquart-ref.ch/seniorinnen-und-senioren
Di. 22.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch
Di. 22.	20.00-21.15 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 23.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Mi. 23.	19.00-20.00 Uhr	Aula	Klangschalen-Meditation	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Denise Sinito (076/562 07 73)
Do. 24.	08.00-09.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 24.	20.00 Uhr	alte Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Mi. 30.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)



"Was isch los für üs Seniors?" - Alle Termine auf einen Blick

für alle Senioren			nur für Senioren	nur für Seniorinnen
<u>Datum</u>	<u>Zeit</u>	<u>Ort</u>	<u>Anlass</u>	<u>Verantwortlicher Verein/Person</u>
Juli 2021				
Mi. 07.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Mo. 12.	19.00-21.00 Uhr	Bahnhofunterführung Chur	Mini Büaz, dini Büaz	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch)
			Schutz Filisur	Katharina Hausmann (078/677 15 57)
Mi. 14.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Mi. 21.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Mi. 28.	13.30 Uhr	Restaurant Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076/425 14 18)
				Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
Mi. 28.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)



"Was isch los für üs Seniors?" - Alle Termine auf einen Blick

		für alle Senioren	nur für Senioren	nur für Seniorinnen
<u>Datum</u>	<u>Zeit</u>	<u>Ort</u>	<u>Anlass</u>	<u>Verantwortlicher Verein/Person</u>
August 2021				
Mi. 04.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Mi. 11.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Mo. 16.	19.00-21.00 Uhr	Papiermühleweg 1, Landquart	Mini Büaz, dini Büaz, Stichstärke	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Katharina Hausmann (078/677 15 57)
Di. 17.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch
Di. 17.	20.00-21.15 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 18.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Do. 19.	08.00-09.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 19.	20.00 Uhr	alte Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Di. 24.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch
Di. 24.	20.00-21.15 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 25.	13.30 Uhr	Restaurant Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076/425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
Mi. 25.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Mi. 25.	19.00-20.00 Uhr	Aula	Klangschalen-Meditation	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Denise Sinito (076/562 07 73)



"Was isch los für üs Seniors?" - Alle Termine auf einen Blick

für alle Senioren			nur für Senioren	nur für Seniorinnen
<u>Datum</u>	<u>Zeit</u>	<u>Ort</u>	<u>Anlass</u>	<u>Verantwortlicher Verein/Person</u>
Do. 26.	08.00-09.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 26.	20.00 Uhr	alte Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Do. 26.	19.00-22.00 Uhr	Tenn Igis	Handletteringkurs	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Alexandra Luginbühl (079/382 51 42)
Di. 31.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch
Di. 31.	20.00-21.15 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)



"Was isch los für üs Seniors?" - Alle Termine auf einen Blick

		für alle Senioren	nur für Senioren	nur für Seniorinnen
<u>Datum</u>	<u>Zeit</u>	<u>Ort</u>	<u>Anlass</u>	<u>Verantwortlicher Verein/Person</u>
September 2021				
Mi. 01.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Do. 02.	09.00-17.00 Uhr	Tenn Igis	Senioren-Zmittag 60+	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Rita Locher (081/322 46 00)
Do. 02.	08.00-09.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 2.	20.00 Uhr	alte Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Fr. 03.	12.00-24.00 Uhr	Tenn Igis	5. Igisser Capunserie	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Katharina Hausmann (078/677 15 57)
Mo. 06.	14.00-16.00 Uhr	Tenn Igis	Senioren-Plausch-Treff	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Esther Stöckli (079/193 16 86), Silvia Giovanoli
Di. 7.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch
Di. 07.	20.00-21.15 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 08.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Do. 09.	08.00-09.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 9.	20.00 Uhr	alte Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Mo. 13.	19.00-21.00 Uhr	Prättigauerstrasse 2, Landquart	Mini Büaz, dini Büaz, Thöny PTS	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Katharina Hausmann (078/677 15 57)
Di. 14.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch



"Was isch los für üs Seniors?" - Alle Termine auf einen Blick

		für alle Senioren	nur für Senioren	nur für Seniorinnen
<u>Datum</u>	<u>Zeit</u>	<u>Ort</u>	<u>Anlass</u>	<u>Verantwortlicher Verein/Person</u>
Di. 14.	20.00-21.15 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 15.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Do. 16.	08.00-09.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 16.	20.00 Uhr	alte Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Di. 21.	12.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum Landquart	"Am gleichen Tisch" Mittagessen	Anmelden bis Montag, 16.00 Uhr beim Kath. Pfarramt 081 322 37 48
Di. 21.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch
Di. 21.	20.00-21.15 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 22.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Do. 23.	08.00-09.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 23.	20.00 Uhr	alte Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Fr. 24.	18.30-22.00 Uhr noch offen		Krimidinner	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Riccarda Birchler (076/562 04 40)
Di. 28.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch
Di. 28.	20.00-21.15 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 29.	13.30 Uhr	Restaurant Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076/425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)



"Was isch los für üs Seniora?" - Alle Termine auf einen Blick

					für alle Senioren
					nur für Senioren
					nur für Seniorinnen
<u>Datum</u>	<u>Zeit</u>	<u>Ort</u>	<u>Anlass</u>	<u>Verantwortlicher Verein/Person</u>	
Mi. 29.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)	
Mi. 29.	19.00-20.00 Uhr	Aula	Klangschalen-Meditation	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Denise Sinito (076/562 07 73)	
Do. 30.	08.00-09.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)	
Do. 30.	20.00 Uhr	alte Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)	



"Was isch los für üs Seniors?" - Alle Termine auf einen Blick

		für alle Senioren	nur für Senioren	nur für Seniorinnen
<u>Datum</u>	<u>Zeit</u>	<u>Ort</u>	<u>Anlass</u>	<u>Verantwortlicher Verein/Person</u>
Oktober 2021				
Mo. 04.	14.00-16.00 Uhr	Tenn Igis	Senioren-Plausch-Treff	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Esther Stöckli (079/193 16 86), Silvia Giovanoli
Di. 5.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch
Di. 05.	20.00-21.15 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 06.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Do. 07.	08.00-09.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 07.	09.00-17.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Senioren-Zmittag 60+	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Rita Locher (081/322 46 00)
Do. 07.	17.00-21.30 Uhr	Stationsstrasse 32, Igis	Brotbackkurs - selber gebackenes Brot wie vom Bäcker	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Alexandra Luginbühl (079/382 51 42)
Do. 7.	20.00 Uhr	alte Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Mi. 13.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Di. 19.	12.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum Landquart	"Am gleichen Tisch" Mittagessen	Anmelden bis Montag, 16.00 Uhr beim Kath. Pfarramt 081 322 37 48
Mi. 20.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Mo. 25.	19.00-21.00 Uhr	Schulstrasse 76, Landquart	Mini Büaz, dini Büaz Schreinerei Gansner	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Katharina Hausmann (079/8/677 15 57)
Di. 26.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch



"Was isch los für üs Seniors?" - Alle Termine auf einen Blick

für alle Senioren			nur für Senioren	nur für Seniorinnen
<u>Datum</u>	<u>Zeit</u>	<u>Ort</u>	<u>Anlass</u>	<u>Verantwortlicher Verein/Person</u>
Di. 26.	20.00-21.15 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 27.	13.30 Uhr	Restaurant Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076/425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
Mi. 27.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Mi. 27.	19.00-20.00 Uhr	Aula	Klangschalen-Meditation	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Denise Sinito (076/562 07 73)
Do. 28.	08.00-09.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 28.	20.00 Uhr	alte Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)



"Was isch los für üs Seniors?" - Alle Termine auf einen Blick

		für alle Senioren	nur für Senioren	nur für Seniorinnen
<u>Datum</u>	<u>Zeit</u>	<u>Ort</u>	<u>Anlass</u>	<u>Verantwortlicher Verein/Person</u>
November 2021				
Mo. 01.	14.00-16.00 Uhr	Tenn Igis	Senioren-Plausch-Treff	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Esther Stöckli (079/193 16 86), Silvia Giovanoli
Di. 2.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch
Di. 02.	20.00-21.15 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 03.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Do. 04.	08.00-09.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 04.	09.00-17.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Senioren-Zmittag 60+ "Lotto"	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Rita Locher (081/322 46 00)
Do. 04.	18.00-22.00 Uhr	Luxwiesenstrasse 4, Landquart	Kälte3000: Zu Besuch bei der Kälte3000 AG	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Katharina Hausmann (078/677 15 57)
Do. 4.	20.00 Uhr	alte Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Di. 9.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch
Di. 09.	20.00-21.15 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 10.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Do. 11.	08.00-09.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 11.	20.00 Uhr	alte Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)



"Was isch los für üs Seniors?" - Alle Termine auf einen Blick

für alle Senioren			nur für Senioren	nur für Seniorinnen
Datum	Zeit	Ort	Anlass	Verantwortlicher Verein/Person
Mo. 15.	18.00-21.30 Uhr	Waldau 15, Landquart	Mini Büaz, dini Büaz Feuerwehr	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Katharina Hausmann (078/677 15 57)
Di. 16.	12.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum Landquart	"Am gleichen Tisch" Mittagessen	Anmelden bis Montag, 16.00 Uhr beim Kath. Pfarramt 081 322 37 48
Di. 16.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch
Di. 16.	20.00-21.15 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 17.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Do. 18.	08.00-09.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 18.	20.00 Uhr	alte Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Di. 23.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch
Di. 23.	20.00-21.15 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 24.	13.30 Uhr	Restaurant Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076/425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
Mi. 24.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Mi. 24.	19.00-20.00 Uhr	Aula	Klangschalen-Meditation	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Denise Sinito (076/562 07 73)
Do. 25.	08.00-09.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 25.	20.00 Uhr	alte Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
So. 28.	17.00-20.00 Uhr	Igis Dorfplatz	1.-Advent-Fiir	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Claudia Müssgens (079/328 48 39)



"Was isch los für üs Seniors?" - Alle Termine auf einen Blick

für alle Senioren					nur für Senioren					nur für Seniorinnen				
<u>Datum</u>	<u>Zeit</u>	<u>Ort</u>	<u>Anlass</u>		<u>Verantwortlicher Verein/Person</u>					<u>Verantwortlicher Verein/Person</u>				
Di. 30.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+		Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch									
Di. 30.	20.00-21.15 Uhr	Aula	Yoga		Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)									



		für alle Senioren	nur für Senioren	nur für Seniorinnen
<u>Datum</u>	<u>Zeit</u>	<u>Ort</u>	<u>Anlass</u>	<u>Verantwortlicher Verein/Person</u>
Dezember 2021				
Mi. 01.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Do. 02.	08.00-09.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 02.	14.00-16.00 Uhr	Annemarie Schumacher	Senioren-Zmittag 60+ "Chlausfeier"	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Rita Locher (081/322 46 00)
Do. 2.	20.00 Uhr	alte Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Mo. 06.	14.00-16.00 Uhr	Tenn Igis	Senioren-Plausch-Treff	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Esther Stöckl (079/193 16 86), Silvia Giovanoli
Di. 7.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch
Di. 07.	20.00-21.15 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 08.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Do. 09.	08.00-09.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 9.	20.00 Uhr	alte Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Mo. 13.	19.00-21.30 Uhr	Tenn Igis	Mini Büaz, dini Büaz TERROIR Weine	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Katharina Hausmann (078/677 15 57)
Di. 14.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch
Di. 14.	20.00-21.15 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 15.	13.30 Uhr	Restaurant Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076/425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
Mi. 15.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Do. 16.	08.00-09.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 16.	20.00 Uhr	alte Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Di. 21.	12.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum Landquart	"Am gleichen Tisch" Mittagessen	Anmelden bis Montag, 16.00 Uhr beim Kath. Pfarramt 081 322 37 48



"Was isch los für üs Seniors?" - Alle Termine auf einen Blick

		für alle Senioren	nur für Senioren	nur für Seniorinnen
<u>Datum</u>	<u>Zeit</u>	<u>Ort</u>	<u>Anlass</u>	<u>Verantwortlicher Verein/Person</u>
Di. 21.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch
Di. 21.	20.00-21.15 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 22.	15.00 Uhr	Alters- und Pflegeheim Neugut	Andacht	Kath. Pfarramt Landquart (Tel. 081/322 37 48)
Mi. 22.	19.00-20.00 Uhr	Aula	Klangschalen-Meditation	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Denise Sinito (076/562 07 73)



"Was isch los für üs Seniors?" - Alle Termine auf einen Blick

		für alle Senioren	nur für Senioren	nur für Seniorinnen
<u>Datum</u>	<u>Zeit</u>	<u>Ort</u>	<u>Anlass</u>	<u>Verantwortlicher Verein/Person</u>

Januar 2022

Februar 2022

März 2022