Netzwerk 55+

Internationale Folkloretänze

Helfende Hände

Leseratten

Bibel aktuell

Projektchor

Maschencafé

Gedächtnistraining

Nordic Walking

Digitalpate

Netzwerk 55+ hilft verbindet Odenkirchen

Radfahren

Computer für Anfänger

Wandern 10 km/5 km

Kegeln

Englisch für Fortgeschrittene

Boulen

Kulturgruppe

Spielegruppe Geistenbeck

Spielegruppe Odenkirchen

Tagestouren

Englischgruppe

Unsere Gruppe, genannt die „Silverbirds“, besteht aus zehn Mitgliedern inklusive einem pensionierten Englischlehrer, die sich seit vielen Jahren 14-tägig für je 2 Stunden im Ev. Gemeindezentrum Geistenbeck trifft.

Da wir unterschiedliche englische Sprachvorkenntnisse mitbringen, wird darauf Rücksicht genommen, in dem Übungsformen zur Wiederholung und Auffrischung von Grammatik und Wortschatz gewählt werden.

Unser Kurs ist inhaltlich sehr abwechslungsreich: Wir beschäftigen uns beispielsweise mit Popsongs und deren Texten, aktuellen Presseartikeln, Ausschnitten aus klassischer und moderner Literatur u. ä. – je nach Wunsch. Dabei erweitert sich unser passiver wie aktiver Wortschatz sowie unser allgemeines Wissensspektrum von Stunde zu Stunde.

Nicht zu vergessen sind unsere freundschaftlichen Beziehungen, die im Laufe der Jahre nebenbei entstanden sind und zum Erfolg unseres Kurses beitragen.

Michael Kranz und die „Silverbirds“

Internationale Folklore-Tanzgruppe

In unserer Tanzgruppe sind aktuell 13 Tänzerinnen aktiv. Unser Repertoire reicht von klassischen Folkloretänze aus vielen europäischen Ländern über Line Dance bis Square Dance.

Wir erarbeiten die Schrittfolgen der Tänze gemeinsam, bis letztendlich Musik und Tanz harmonieren. Das erfordert sowohl ein gewisses Maß an Konzentration als auch Kondition. Manchmal ist es ein weiter Weg bis zum Ziel, der uns aber viel Spaß macht.

Über eine Verstärkung der Gruppe würden wir uns sehr freuen, denn je größer der Kreis, um so unterhaltsamer die Tanzstunden.

Wer also gerne tanzt, ist bei uns genau richtig. Vielleicht bis bald …

Monika Müller

Kulturgruppe und Tagestouren

Die Kulturgruppe ist die größte Gruppe im Netzwerk und besteht aus 36 Mitgliedern. Wir machen Besichtigungen in Firmen und Institutionen. Gerne gehen wir gemeinsam ins Theater, treffen uns zum Essen oder gehen einfach einmal ein Eis essen.

Da die Gruppe derzeit so viele Mitglieder hat, besteht ein Aufnahmestopp. Wer aber dennoch gerne an Touren oder Ausflügen teilnehmen möchten, dem empfehlen wir unseren Kooperationspartner Netzwerk Eicken 60+.

Sehr eng sind wir mit dem Netzwerk Eicken 60+ verbunden und unternehmen jeden Monat eine Tagestour mit dem Bus. Die Tagestouren im Jahr 2026 sind wieder interessant gestaltet. Das ehrenamtliche Team hat Anspruchsvolles für das Jahr auf die Beine gestellt.

Die einzelnen Tagestouren sind u. a. der Homepage des Netzwerks 55+ zu entnehmen.

An vielen Veranstaltungen und Festen in und um Odenkirchen herum sind wir auch immer gerne gemeinsam dabei.

Willi Grafen

Walken – gesund und gemeinsam aktiv

Walken ist eine der einfachsten und zugleich effektivsten Möglichkeiten, etwas für die eigene Gesundheit zu tun. Es stärkt das Herz-Kreislauf-System, fördert die Ausdauer und hilft dabei, Stress abzubauen. Gleichzeitig werden Muskeln und Gelenke schonend trainiert – ideal für jedes Alter und Fitnesslevel. Auch das Immunsystem profitiert von regelmäßiger Bewegung an der frischen Luft.

Neben den körperlichen Vorteilen steht vor allem der Spaß in der Gruppe im Mittelpunkt. Gemeinsam aktiv zu sein motiviert, sorgt für gute Laune und stärkt das soziale Miteinander.

Treffen: Jeden Mittwoch um 10.00 Uhr
Ort: Straßburger Allee/Am Weiher
(Nähe Springbrunnen)

Kommt vorbei und macht mit –
wir freuen uns auf euch!

Wandergruppen

Wandern ab ca. 10 km
Meistens mit gemütlicher Einkehr. Gemeinsam geht es durch Wald und Flur, die Termine vereinbaren wir flexibel nach Absprache.

Gerne kannst du auch mit dem Auto kommen – Mitfahrgelegenheiten sind möglich. Treffpunkt ist jeweils der Parkplatz an der Straßburger Allee.

Wandern tut gut – für Gesundheit, Geist und Seele – und hält dich fit bis ins hohe Alter. Komm mit und erlebe einen wunderschönen Tag in netter Gesellschaft!

Wandern ca. 5 km
Startpunkt der Wanderungen ist der Pavillon in Odenkirchen (Martin-Luther-Platz 1).

Vorschläge für Wanderungen sind erwünscht. Jeder soll seine Idee einbringen und darf auch selber eine Wanderung führen. Am Ende einer Wanderung wird besprochen, wer die nächste Tour planen möchte.

Wer gerne vorbei schauen und mitlaufen möchte ist herzlich dazu eingeladen, ab dienstags, um 16 Uhr wöchentlich am Pavillon in Odenkirchen.