

## Hier finden Sie regelmäßige Angebote für Menschen ab 60 Jahren im Gemeindegebiet:

	Was	Wann	Wo	Kontaktperson
Montag	<b>Gemeinde Münster (Hessen) – Senioren-Yoga (Stuhlyoga)</b> Mit Frau Monika Hotz als Kursleitung werden sanfte Übungen auf dem Stuhl durchgeführt. Pro Termin wird eine kleine Spende (ca. 5 EUR) für einen wohltätigen Zweck gesammelt.	09:30 – 10:30 Uhr	Versammlungsraum der Seniorenwohnanlage, Walterstr. 7b	Beatrice Düring Tel.: 3002-522 seniorenbeirat@muenster-hessen.de www.muenster-hessen.de
	<b>Verein Radsport 1921 e.V. Münster – Damengymnastik und Entspannung</b> Schnuppern erwünscht, gerne einfach vorbeikommen und anschauen!	19:30 Uhr	Vereinsheim, Bahnhofsplatz 5	Brigitte Braun www.radsportmuenster.de
	<b>Wandergesellschaft Frisch Auf 1922 Münster e.V. – Trachten und Folklore</b> Getanzt werden Polka, Walzer, Zwiefacher, Boarischer usw. in Tracht. Einfach mal vorbeischauen und mittanzen!	20:00 – 21:30 Uhr	Wanderheim, Bahnhofstr. 54	Gudrun Mathy Tel.: 34686 www.frisch-auf.de
	<b>FSV Münster 1899 e.V. – Gymnastik für Seniorinnen</b> Für weitere Infos gerne auf der Homepage stöbern.	18:15 – 19:30 Uhr	FSV-Halle, Frankfurter Str. 198	Monika Ries www.fsvmuenster.de
	<b>VfL Münster – Funktionsgymnastik</b> Eine gemischte Gruppe. Übungen die Körper, Geist und Muskulatur stärken sowie die Beweglichkeit fördern.	19:30 – 20:30 Uhr	Sporthalle der J. F. Kennedy-Schule, Stettiner Straße	Dietmar Wolf Tel.: 36315 breitensport@vfl-muenster.de www.vfl-muenster.de
	<b>VfL Münster – Montagssport</b> Gemischte Gruppe mit einem breiten Sportangebot von Badminton, Basketball über Sportabzeichen und Wandern und vieles mehr.	20:30 – 22:00 Uhr	Sporthalle der J. F. Kennedy-Schule, Stettiner Straße	Dietmar Wolf Tel.: 36315 breitensport@vfl-muenster.de www.vfl-muenster.de
	<b>Turnverein 1898 e.V. Münster – Fitness für Frauen</b> Für weitere Infos gerne die Kontaktperson ansprechen.	19:30 – 20:30 Uhr	TVM Halle, Jahnstr. 2	Heike Werner-Ladebeck Tel.: 32179 fitness@tv-muenster.de www.tv-muenster.de
Dienstag	<b>AWO-Ortsverein Münster – AWO Seniorenkreis</b> Gemütliches Beisammensein und je nach Teilnahme mit Gedächtnistraining und Gesellschaftsspielen.	Jeden 1. Dienstag im Monat 16:00 Uhr	Versammlungsraum der Seniorenwohnanlage, Walterstr. 7b	www.awo-dadi.de
	<b>FSV Münster 1899 e.V. – Boule-Spielen</b> Einfach vorbeikommen und Ausprobieren!	Dienstags und freitags ab 16 Uhr	FSV-Gelände Frankfurter Str.	Monika Ries www.fsvmuenster.de
	<b>Wandergesellschaft Frisch Auf 1922 Münster e.V. – Mandolinenorchester</b> Den Probenplan für das Jahr 2026 ist auf der Homepage. Sie haben Spaß am Musizieren mit netten Leuten und spielen Gitarre? Dann kommen Sie gerne vorbei!	20:00 – 22:00 Uhr	Wanderheim, Bahnhofstr. 54	Katja Rosskopf katja.rosskopf@frisch-auf.de www.frisch-auf.de
	<b>TSV Altheim – Fit und Mobil im Alter/ Rückentraining „60 plus und 70 plus“</b> 10 Kurseinheiten jeweils zweimal im Jahr. 55,- Euro für Nichtmitglieder, 40,- Euro für Mitglieder des TSV-Altheim.	Auf Anfrage. Weitere Infos über Presse.	Gustav-Schoeltze-Haus, Raiffeisenstr. 1	Tel.: 33782 www.tsvaltheim.com

	<b>Turnverein 1898 e.V. Münster – Stuhl-Yoga</b> Kurs mit Gebühr und Anmeldung. Für weitere Infos gerne die Kontaktperson ansprechen.	10:00 – 11:00 Uhr Oder 11:15 – 12:15 Uhr	TVM Halle, Jahnstr. 2	elli.stork@tv1898.de www.tv-muenster.de
	<b>Gemeinde Münster (Hessen) – Senioren-Trommeln</b> Intuitives Trommeln für alle ab 60 Jahren mit Musikpädagogin Mercedesz Györi. Die Kurseinheiten umfassen 10 Termine für 60,- EUR.	09:30 – 10:30 Uhr	Kulturhalle Münster, Übungsraum 1, Friedrich-Ebert-Str. 73	Beatrice Düring Tel.: 3002-522 seniorenbeirat@muenster-hessen.de
	<b>VfL Münster – Sportabzeichen</b> Besondere Termine erfahren Sie über die Presse. Bei Fragen einfach an die Kontaktperson wenden.	18:30 – 22:00 Uhr	Gersprenzstadion Münster, Werlacher Weg 50	Dietmar Wolf Tel.: 36315 breitensport@vfl-muenster.de www.vfl-muenster.de
<b>Mittwoch</b>	<b>Gemeinde Münster (Hessen) – Senioren-Yoga (Stuhl-Yoga)</b> Mit Frau Monika Hotz als Kursleitung werden sanfte Übungen auf dem Stuhl durchgeführt. Pro Termin wird eine kleine Spende (ca. 5 EUR) für einen wohltätigen Zweck gesammelt.	09:30 – 10:30 Uhr	Versammlungsraum der Seniorenwohnanlage, Walterstr. 7b	Beatrice Düring Tel.: 3002-522 seniorenbeirat@muenster-hessen.de
	<b>Martinsgemeinde Münster – Ökumenischer Seniorennachmittag (kostenfrei)</b>	Immer 14-tägig 14:30 Uhr	Begegnungsstätte der ev. Kirche, Pestalozzistr. 8	Ev. Gemeindebüro Tel.: 31311 www.martinsgemeinde- muenster.ekhn.de
	<b>Turnverein 1898 e.V. Münster – Seniorengymnastik Sie und Er</b> Übungen überwiegend auf dem Stuhl. Für weitere Infos gerne die Kontaktperson ansprechen.	09:00 – 10:00 Uhr	TVM Halle, Jahnstr. 2	Tomoko Fröhlich elli.stork@tv1898.de www.tv-muenster.de
	<b>Turnverein 1898 e.V. Münster – Rückenfit</b> Kurs mit Gebühr. Für weitere Infos an Kontaktperson wenden.	10:15 – 11:15 Uhr	TVM Halle, Jahnstr. 2	Andrea Fenn sport@fennomenal.eu elli.stork@tv1898.de www.tv-muenster.de
	<b>NABU Münster-Hessen – Stammtisch</b> Naturinteressierte sind herzlich eingeladen sich zu informieren! Wir treffen uns im Bauwagen „Fuchsbau“ und bei gutem Wetter im Freien.	Jeden 2. Mi. im Monat 19:00 Uhr	Gelände der alten Kläranlage, Werlacher Weg	Thomas Lay Tel.: 0176-57675671 www.nabu-muenster-hessen.de
<b>Donnerstag</b>	<b>Turnverein 1898 e.V. Münster – Fitnessgruppe Männer und Frauen</b> Für weitere Infos gerne die Kontaktperson ansprechen.	20:15 – 22:00 Uhr	TVM Halle, Jahnstr. 2	Inge Eckmann Marion Dressel it.eckmann@acor.de marion-dressel@web.de www.tv-muenster.de
	<b>AGV „Eintracht“ Münster 1901 e.V. – Chorprobe „da capo“</b> Ein Rock- und Pop-Chor der zum „Schnuppern“ einlädt.	19:30 – 21:00 Uhr	Kulturhalle Münster, Proberaum (Hintereingang), Friedrich-Ebert-Str. 73	Veronika Rössler Tel.: 0177-3288710 kontakt@agv-muenster.de www.agv-muenster.de
	<b>Musikverein 1914 Münster e.V. – Probe des Blasorchesters „Horsch e-mol(l)“</b> Das Orchester freut sich auf Neu-, Wieder- und Quereinsteiger mit bereits gesammelter Instrumentalerfahrung.	20:00 – 22:00 Uhr	Kulturhalle Münster, Proberaum (Hintereingang), Friedrich-Ebert-Str. 73	Erika Matheis Tel.: 0171-2011861 info@mvm1914.de www.mvm1914.de

	<b>Verein Radsport 1921 e.V. Münster – Power-Fitness-Training</b> Ein Mix aus Dehn- und Streckübungen, Pilates-Übungen z.B. mit Thera-Bändern, Fitness-Stab, Flexi-Bar und Ausdauertraining. Einfach vorbeikommen und anschauen!	19:00 – 20:00 Uhr	Vereinsheim, Bahnhofsplatz 5	Brigitte Braun www.radsportmuenster.de
	<b>Gemeinde Münster (Hessen) - Wandercafé</b> Wir laden alle Seniorinnen und Senioren zu unserem monatlichen Wandercafé mit Kaffee und Kuchen (immer an wechselnden Orten) ein. Wo wir sind, kann in den Aushängen, der Presse oder im Veranstaltungskalender auf der Homepage unter www.muenster-hessen.de nachgelesen werden. Kuchenspenden gesucht! – bei Interesse gerne an die Ansprechperson wenden.	Jeden 2. Do. im Monat ab 14:30 Uhr	An wechselnden Orten in Münster und Altheim	Beatrice Düring Tel.: 3002-522 seniorenbeirat@muenster-hessen.de www.muenster-hessen.de
Freitag	<b>Verein Radsport 1921 e.V. Münster – Männer-Gymnastik/Rückenschule</b> Dehn- und Streckübungen die der Erhaltung der Beweglichkeit dienen. Im Anschluss finden sich die Sportler im hauseigenen Radlerstübchen ein.	20:00 – 21:00 Uhr Stammtisch ab 21:00 Uhr	Vereinsheim, Bahnhofsplatz 5	Schorsch Dörrenberg www.radsportmuenster.de
	<b>FSV Münster 1899 e.V. – Boule-Spielen</b> Einfach vorbeikommen und Ausprobieren!	Dienstags und freitags ab 16 Uhr	FSV-Gelände Frankfurter Str.	Monika Ries www.fsvmuenster.de
	<b>Wandergesellschaft Frisch Auf 1922 Münster e.V. – „Offenes Wanderheim“</b> Das Wanderheim steht jedem Besucher offen. Die Wandergesellschaft freut sich, viele Gäste begrüßen zu können. Es wird zusammen gelacht, erzählt oder verschiedene Spiele ausprobiert.	Jeden 1. Freitag im Monat 18:30 Uhr	Wanderheim, Bahnhofstr. 54	Karin Mathy 1.vorsitzender@frisch-auf.de www.frisch-auf.de
	<b>Wandergesellschaft Frisch Auf 1922 Münster e.V. – Kreativabteilung</b> Wir treffen uns zum Häkeln, Sticken, Stricken, Basteln. Kommt vorbei und bringt eure Kreativität mit - wir freuen uns auf euch!	09:30 – 16:00 Uhr	Wanderheim, Bahnhofstr. 54	Bärbel Rith Bahnhofstr. 54 fachbereich.kreativ@frisch-auf.de
	<b>VfL Münster – Badminton</b> Eine gemischte Gruppe unterschiedlichen Alters und Spielerfahrungen. Wir sind nicht perfekt, bei uns steht die Freude am Spiel im Vordergrund. Gerne vorbeikommen und eine Runde mitspielen!	18:30 – 20:00 Uhr	Gersprenzhalle, Heinrich-Heine-Str. 16	breitensport@vfl-muenster.de www.vfl-muenster.de
	<b>Schach – Club Münster</b> Schachinteressierte Seniorinnen und Senioren sind herzlich eingeladen vorbeizukommen, um sich zu informieren und mitzumachen!	20:00 Uhr	Seniorenwohnanlage, Kellerraum, Walterstr. 7 a	Willy Heckwolf Tel.: 0171-4872677 www.sc-muenster.de
	<b>Kath. Kirchenchor „Cäcilia“ – Chorprobe</b> Interessierte Sängerinnen und Sänger sind herzlich zur Chorprobe eingeladen.	19:00 – 20:30 Uhr	Pfarrzentrum gr. Saal (altes Schwesternhaus), 1. Stock	Thomas Gold Tel.: 31084 kkccmm@t-online.de www.minsder.de
Samstag	<b>NABU Münster-Hessen – Arbeitseinsätze für Naturliebhaber</b> Arbeitseinsatz bedeutet Naturschutz- Pflegearbeiten in den Hergershäuser Wiesen und Umgebung. Maschinenunterstützt und mit viel Herzblut auch mit Harken und Rechen.	12:45 Uhr Im Hochsommer: 09:00 o. 10:00 Uhr	Treffpunkt "Alte Kläranlage", Werlacher Weg	Thomas Lay Tel.: 0176-57675671 www.nabu-muenster-hessen.de
	<b>Rommé Freunde Altheim</b> Am Samstagabend noch nichts vor? Am Rommé spielen interessiert? Einfach mal ausprobieren! Das Startgeld beträgt 5 € und wird selbstverständlich voll ausgespielt, ein verlorenes Spiel kostet 20 Cent. Anmeldeschluss für Gastspieler ist um 18:55 Uhr.	19:00 Uhr	Restaurant „Goldener Barren“, Jahnstr. 2	Dieter Lorenz Tel.: 35966 www.romme-freunde- altheim.hpage.com

**Stand 28.05.2026**