



"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				
Do. 06.	8.00-9.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 06.	11.45-15.00 Uhr	Senioren-Zmittag 60+	Bürgersaal Igis	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Rita Locher (081/322 46 00)
Do. 06.	14.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum Landquart	Senioren Tanznachmittag Furner Musikanten	Erika Guler (Tel. 078/768 49 04) E-Mail erika_guler@hotmail.com
Do. 06.	19.30 Uhr	alte Turnhalle Ried, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Di. 11.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail b@dalfuss.ch
Mi. 12.	19.00 Uhr	Restaurant Krone Igis	Frauahock	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Hausmann-Hoppeler, Katharina (078/677 15 57)
Do. 13.	8.00-9.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 13.	14.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum Landquart	Spielnachmittag	Maria Rensch Tel. 081/322 35 30; 079/314 95 73 E-Mail maria@rens.ch
Do. 13.	19.30 Uhr	alte Turnhalle Ried, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Di. 18.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail b@dalfuss.ch
Mi. 19.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorinenturnen	Evi Willi, Pro Senectute GR (Tel. 079/344 50 46)

Do. 20.	8.00-9.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 20.	18.15 Uhr	Rest. Schweizerhof, Landquart	Hauptversammlung	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Fr. 21.	14.00 Uhr	Tenn Igis	Freitagshock: Lotto	Ref. Pfarramt (www.landquart-ref.ch) Daniel Bolliger (081/330 81 31) www.landquart.ch/seniorinnen-und-senioren
Mo. 24.	19.00-20.00 Uhr	Tenn Igis	Mini Büaz, Dini Büaz - Tina Clavadetscher - tachyobalance	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Katharina Hausmann-Hoppeler (078/677 15 57)
Di. 25.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	DTV Seniorennen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail b@dalfuss.ch
Mi. 26.	13.30 Uhr	Restaurant Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076/425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
Mi. 26.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorinnenturnen	Evi Willi, Pro Senectute GR (Tel. 079/344 50 46)
Mi. 26.	19.00-20.00 Uhr	Aula	Klangschalen-Meditation	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Denise Sinito (076/562 07 73)
Do. 27.	8.00-9.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 27.	14.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum Landquart	Spielnachmittag	Maria Rensch Tel. 081/322 35 30; 079/314 95 73 E-Mail maria@rens.ch
Do. 27.	19.30 Uhr	alte Turnhalle Ried, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)

Februar 2022

Di. 01.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail b@dalfuss.ch
Do. 01.	19.30-20.45 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 02.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorinnenturnen	Evi Willi, Pro Senectute GR (Tel. 079/344 50 46)
Do. 03.	8.00-9.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 03.	11.45-15.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Senioren-Zmittag 60+	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Rita Locher (081/322 46 00)
Do. 03.	14.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum Landquart	Senioren Tanznachmittag Kapelle Schesaplana	Erika Guler (Tel. 078/768 49 04) E-Mail erika_guler@hotmail.com
Do. 03.	19.30 Uhr	alte Turnhalle Ried, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Mo. 07.	14.00-16.00 Uhr	Tenn Igis	Senioren-Plausch-Treff	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Silvia Giovanoli (079/748 57 00)
Di. 08.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail b@dalfuss.ch
Di. 08.	19.30-20.45 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 09.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorinnenturnen	Evi Willi, Pro Senectute GR (Tel. 079/344 50 46)
Mi. 09.	19.00 Uhr	Restaurant Krone Igis	Frauahock	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Katharina Hausmann-Hoppeler (078/677 15 57)
Do. 10.	8.00-9.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 10.	14.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum Landquart	Heidi Film	Maria Rensch Tel. 081/322 35 30; 079/314 95 73 E-Mail maria@rens.ch

Do. 10.	19.30 Uhr	alte Turnhalle Ried, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Fr. 11.	19.00 Uhr	Casa Rossa, Prättigauerstr. 32 7302 Landquart	89. GV Frauenverein Igis	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Katharina Hausmann-Hoppeler (078/677 15 57)
Di. 15.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail b@dalfuss.ch
Di. 15.	19.30-20.45 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 16.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorinnenturnen	Evi Willi, Pro Senectute GR (Tel. 079/344 50 46)
Mi. 16.	19.00 Uhr	Tenn Igis	Vortrag Nachhaltigkeit	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Tina Clavadetscher (079/757 99 18)
Do. 17.	8.00-9.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 17.	19.30 Uhr	alte Turnhalle Ried, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Fr. 18.	14.00 Uhr	Kirchgemeindehaus Landquart	Freitagshock: Fröhliches Turnen	Ref. Pfarramt (www.landquart-ref.ch) Daniel Bolliger (081/330 81 31) www.landquart-ref.ch/seniorinnen-und-senioren
Di. 22.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail b@dalfuss.ch
Di. 22.	19.30-20.45 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 23.	13.30 Uhr	Restaurant Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076/425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
Mi. 23.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorinnenturnen	Evi Willi, Pro Senectute GR (Tel. 079/344 50 46)
Mi. 23.	19.00-20.00 Uhr	Aula	Klangschalen-Meditation	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Denise Sinito (076/562 07 73)
Do. 24.	8.00-9.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)

Do. 24. 14.00 Uhr Kath. Pfarreizentrum Landquart Spielnachmittag

Maria Rensch Tel. 081/322 35 30; 079/314 95 73
E-Mail maria@rens.ch

Do. 24. 19.30 Uhr alte Turnhalle Ried, Landquart Seniorenturnen

Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)

März 2022

Do. 03.	11.45-15.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Senioren-Zmittag 60+	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Rita Locher (081/322 46 00)
Do. 03.	14.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum Landquart	Senioren Tanznachmittag Kapelle Rhygold	Erika Guler (Tel. 078/768 49 04) E-Mail erika_guler@hotmail.com
Do. 03.	19.30 Uhr	alte Turnhalle Ried, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Mo. 07.	14.00-16.00 Uhr	Tenn Igis	Senioren-Plausch-Treff	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Silvia Giovanoli (079/748 57 00)
Di. 08.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail b@dalfuss.ch
Di. 08.	19.30-20.45 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 09.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorinnenturnen	Evi Willi, Pro Senectute GR (Tel. 079/344 50 46)
Mi. 09.	19.00 Uhr	Krone Igis	Frauahock	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Katharina Hausmann-Hoppeler (078/677 15 57)
Do. 10.	8.00-9.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 10.	14.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum Landquart	Spielnachmittag	Maria Rensch Tel. 081/322 35 30; 079/314 95 73 E-Mail maria@rens.ch
Do. 10.	19.30 Uhr	alte Turnhalle, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Mo. 14.	19.00-21.00 Uhr	Gürtelstrasse 48, 7000 Chur	Mini Büaz, Dini Büaz - Uschi Jorns - Knigge	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Katharina Hausmann-Hoppeler (078/677 15 57)
Di. 15.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail b@dalfuss.ch
Di. 15.	19.30-20.45 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)

Mi. 16.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorinnenturnen	Evi Willi, Pro Senectute GR (Tel. 079/344 50 46)
Mi. 16.	19.00-21.30 Uhr	Tenn Igis	Es geht ans Eingemachte, wie kann ich Lebensmittel sicher einkochen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Tina Clavadetscher (079/757 99 18)
Do. 17.	8.00-9.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 17.	19.30 Uhr	alte Turnhalle, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Di. 22.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail b@dalfuss.ch
Di. 22.	19.30-20.45 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 23.	13.30 Uhr	Restaurant Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076/425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
Mi. 23.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorinnenturnen	Evi Willi, Pro Senectute GR (Tel. 079/344 50 46)
Mi. 23.		Theater Chur	Seniorentheater	Maria Rensch Tel. 081/322 35 30; 079/314 95 73 E-Mail maria@rens.ch; weitere Infos im Pfarreiblatt und im Amtsblatt
Mi. 23.	18.00-20.30 Uhr	Kochschule Oberstufe Landquart	Senioren Kochkurs für Anfänger	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Tina Clavadetscher (079/757 99 18)
Do. 24.	8.00-9.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 24.	19.30 Uhr	alte Turnhalle, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Fr. 25.	10.00 Uhr	Tenn Igis	Freitagshock: Frühjahrsbrunch (mit Anmeldung)	Ref. Pfarramt (www.landquart-ref.ch) Daniel Bolliger (081/330 81 31) www.landquart-ref.ch/seniorinnen-und-senioren
Di. 29.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail b@dalfuss.ch
Di. 29.	19.30-20.45 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)

Mi. 30.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorinnenturnen	Evi Willi, Pro Senectute GR (Tel. 079/344 50 46)
Mi. 30.	19.00-20.00 Uhr	Aula	Klangschalen-Meditation	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Denise Sinito (076/562 07 73)
Mi. 30.	18.00-20.30 Uhr	Kochschule Oberstufe Landquart	Senioren Kochkurs für Anfänger	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Tina Clavadetscher (079/757 99 18)
Do. 31.	8.00-9.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 31.	19.30 Uhr	alte Turnhalle, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)

April 2022

Mo. 04.	14.00-16.00 Uhr	Tenn Igis	Senioren-Plausch-Treff	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Silvia Giovanoli (079/748 57 00)
Di. 05.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail b@dalfuss.ch
Di. 05.	19.30-20.45 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 06.	9.00-11.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Frauazmorga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Tina Clavadetscher (079/757 99 18)
Mi. 06.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorinnenturnen	Evi Willi, Pro Senectute GR (Tel. 079/344 50 46)
Mi. 06.	18.00-20.30 Uhr	Kochschule Oberstufe Landquart	Senioren Kochkurs für Anhänger	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Tina Clavadetscher (079/757 99 18)
Do. 07.	8.00-9.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 07.	11.45-15.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Senioren-Zmittag 60+	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Rita Locher (081/322 46 00)
Di. 07.	14.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum Landquart	Senioren Tanznachmittag GrauBÜNDIG	Erika Guler (Tel. 078/768 49 04) E-Mail erika_guler@hotmail.com
Do. 07.	19.30 Uhr	alte Turnhalle Ried, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Di. 12.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail b@dalfuss.ch
Di. 12.	19.30-20.45 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 13.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorinnenturnen	Evi Willi, Pro Senectute GR (Tel. 079/344 50 46)
Mi. 13.	18.00-20.30 Uhr	Kochschule Oberstufe Landquart	Senioren Kochkurs für Anfänger	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Tina Clavadetscher (079/757 99 18)

Mi. 13.	19.00 Uhr	Krone Igis	Frauhock	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Katharina Hausmann-Hoppeler (078/677 15 57)
Do. 14.	8.00-9.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 14.	19.30 Uhr	alte Turnhalle Ried, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Di. 19.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail b@dalfuss.ch
Di. 19.	19.30-20.45 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 20.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorinnenturnen	Evi Willi, Pro Senectute GR (Tel. 079/344 50 46)
Mi. 20.	19.00-20.00 Uhr	Aula	Klangschalen-Meditation	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Denise Sinito (076/562 07 73)
Do. 21.	8.00-9.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 21.	19.30 Uhr	alte Turnhalle Ried, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Fr. 22.	14.00 Uhr	Kirchgemeindehaus Landquart	Freitagshock: Spiele-Nachmittag	Ref. Pfarramt (www.landquart-ref.ch) Daniel Bolliger (081/330 81 31) www.landquart-ref.ch/seniorinnen-und-senioren
Mi. 27.	13.30 Uhr	Restaurant Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076/425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
Do. 28.	14.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum Landquart	Spielnachmittag	Maria Rensch Tel. 081/322 35 30; 079/314 95 73 E-Mail maria@rens.ch

Mai 2022

Do. 05.	14.00 Uhr	Evang. Kirchgemeindehaus	Senioren Tanznachmittag Kapelle Schesaplana	Jolanda Flury (Tel. 078/823 22 68) E-Mail flury-gabathuler@bluewin.ch
Di. 10.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail b@dalfuss.ch
Di. 10.	19.30-20.45 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 11.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorinnen turnen	Evi Willi, Pro Senectute GR (Tel. 079/344 50 46)
Mi. 11.	19.00 Uhr	Restaurant Krone Igis	Frauahock	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Katharina Hausmann-Hoppeler (078/677 15 57)
Do. 12.	8.00-9.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 12.	11.45-15.00 Uhr	Birkholz Igis	Senioren-Zmittag 60+	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Rita Locher (081/322 46 00)
Do. 12.	19.30 Uhr	alte Turnhalle Ried, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Do. 12.		Chur	Maiandacht	Maria Rensch Tel. 081/322 35 30; 079/314 95 73 E-Mail maria@rens.ch; weitere Infos im Pfarreiblatt und im Amtsblatt
Mo. 16.	19.00-21.00 Uhr	Schreinerei Gansner, Landquart	Mini Büaz, Dini Büaz - Natalie Gansner	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Katharina Hausmann-Hoppeler (078/677 15 57)
Di. 17.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail b@dalfuss.ch
Di. 17.	19.30-20.45 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 18.	06.30 ca. 3-4 h.	Raum Malans; Treffpunkt Parkplatz Bahnhof Malans	Vogelexkursion	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Tina Clavadetscher (079/757 99 18)
Mi. 18.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorinnen turnen	Evi Willi, Pro Senectute GR (Tel. 079/344 50 46)

Do. 19.	8.00-9.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 19.	ab ca. 9.00 Uhr	Luzern	SGF GV	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Katharina Hausmann-Hoppeler (078/677 15 57)
Do. 19.	19.30 Uhr	alte Turnhalle Ried, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Fr. 20.	14.00 Uhr	Kirchgemeindehaus Landquart	Freitagshock: Landquart - Geschichte einer Boomtown mit LandquartKultur und Film RTR	Ref. Pfarramt (www.landquart-ref.ch) Daniel Bolliger (081/330 81 31) www.landquart-ref.ch/seniorinnen-und-senioren
Di. 24.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail b@dalfuss.ch
Di. 24.	19.30-20.45 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.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorinenturnen	Evi Willi, Pro Senectute GR (Tel. 079/344 50 46)
Mi. 25.	19.00-20.00 Uhr	Aula	Klangschalen-Meditation	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Denise Sinito (076/562 07 73)
Do. 26.	8.00-9.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 26.	19.30 Uhr	alte Turnhalle Ried, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
So. 29.	9.00-16.30 Uhr	Vadelsweg in Igis	Seifenkistenrennen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Nadia Annen (081/330 54 23)
Di. 31.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail b@dalfuss.ch
Di. 31.	19.30-20.45 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)

Juni 2022

Mi. 01.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorinnenturnen	Evi Willi, Pro Senectute GR (Tel. 079/344 50 46)
Do. 02.	8.00-9.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 02.	11.45-15.00 Uhr	Tenn Igis	Senioren-Zmittag 60+	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Rita Locher (081/322 46 00)
Do. 02.	14.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum Landquart	Senioren Tanznachmittag Alleinunterhalter Hans Bärtsch	Erika Guler (Tel. 078/768 49 04 E-Mail erika_guler@hotmail.com)
Do. 02.			Frühlingsausflug mit Partnerinnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Di. 07.	14.00-16.00 Uhr	Tenn Igis	Senioren-Plausch-Treff	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Frau Silvia Giovanoli (079/748 57 00)
Di. 07.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail b@dalfuss.ch
Di. 07.	19.30-20.45 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 08.	14.00 Uhr	Turhalle Rüti, Landquart	Seniorinnenturnen	Evi Willi, Pro Senectute GR (Tel. 079/344 50 46)
Mi. 08.	19.00 Uhr	Restaurant Krone Igis	Frauhock	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Katharina Hausmann-Hoppeler (078/677 15 57)
Do. 09.	8.00-9.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 09.	14.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum Landquart	Spielnachmittag	Maria Rensch Tel. 081/322 35 30; 079/314 95 73 E-Mail maria@rens.ch
Di. 14.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail b@dalfuss.ch
Mi. 15.	13.30 Uhr	Restaurant Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076/425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)

Mi. 15.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorinnenturnen	Evi Willi, Pro Senectute GR (Tel. 079/344 50 46)
Do. 16.	8.00-9.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Sa. 18.	17.00-22.00 Uhr	Tenn Igis	Grillkurs	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Alexandra Luginbühl (079/382 51 42)
Di. 21.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail b@dalfuss.ch
Mi. 22.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorinnenturnen	Evi Willi, Pro Senectute GR (Tel. 079/344 50 46)
Mi. 22.	19.00-20.00 Uhr	Aula	Klangschalen-Meditation	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Denise Sinito (076/562 07 73)
Do. 23.	8.00-9.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 23.	14.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum Landquart	Grill-Treff	Maria Rensch Tel. 081/322 35 30; 079/314 95 73 E-Mail maria@rens.ch
Fr. 24.	noch offen	noch offen	Freitaghock: Ausflug auf den Walensee	Ref. Pfarramt (www.landquart-ref.ch) Daniel Bolliger (081/330 81 31) www.landquart-ref.ch/seniorinnen-und-senioren
Di. 28.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail b@dalfuss.ch
Mi. 29.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorinnenturnen	Evi Willi, Pro Senectute GR (Tel. 079/344 50 46)
Do. 30.	8.00-9.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 30.	16.30 Uhr	Ganda	Grillabend	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)

Juli 2022

Mi. 27.

13.30 Uhr

Restaurant Tanne Mastrils

Spielnachmittag

Barbla Ullrich (076/425 14 18)

Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)

August 2022

Fr. 12.	16.30 Uhr	Ganda	Boccia-Abend	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Di. 16.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail b@dalfuss.ch
Di. 16.	19.30-20.45 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 17.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorinnenturnen	Evi Willi, Pro Senectute GR (Tel. 079/344 50 46)
Mi. 17.	19.00 Uhr	Restaurant Krone Igis	Frauahock	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Katharina Hausmann-Hoppeler (078/677 15 57)
Do. 18.	8.00-9.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 18.	19.30 Uhr	alte Turnhalle Ried, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Di. 23.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail b@dalfuss.ch
Di. 23.	19.30-20.45 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.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorinnenturnen	Evi Willi, Pro Senectute GR (Tel. 079/344 50 46)
Do. 25.	8.00-9.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 25.	14.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum Landquart	Spielnachmittag	Maria Rensch (081/322 35 30; 079/314 95 73) E-Mail maria@rens.ch
Do. 25.	19.00-21.30 Uhr	Schulstrasse 1, 1. Stock	Mini Büaz, Dini Büaz, Tanja Renner von Alive, Gesundheit u. Training	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Katharina Hausmann-Hoppeler (078/677 15 57)
Do. 25.	19.30 Uhr	alte Turnhalle Ried, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)

Di. 30.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail b@dalfuss.ch
Di. 30.	19.30-20.45 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 31.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorinnenturnen	Evi Willi, Pro Senectute GR (Tel. 079/344 50 46)
Mi. 31.	19.00-20.00 Uhr	Aula	Klangschalen-Meditation	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Denise Sinito (076/562 07 73)

September 2022

Do. 01.	8.00-9.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 01.	11.45-15.00 Uhr	Tenn Igis	Senioren-Zmittag 60+	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Rita Locher (081/322 46 00)
Do. 01.	14.00 Uhr	Evang. Kirchgemeindehaus	Senioren Tanznachmittag Kapelle Schesaplana	Jolanda Flury (Tel. 078/823 22 68) E-Mail flury-gabathuler@bluewin.ch
Do. 01.	19.30 Uhr	alte Turnhalle Ried, 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) Silvia Giovanoli (079/748 57 00)
Di. 06.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail b@dalfuss.ch
Di. 06.	19.30-20.45 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 07.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorinnenturnen	Evi Willi, Pro Senectute GR (Tel. 079/344 50 46)
Do. 08.	8.00-9.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 08.	19.30 Uhr	alte Turnhalle Ried, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Do. 08.			Seniorenreise	Maria Rensch Tel. 081/322 35 30; 079/314 95 73 E-Mail maria@rens.ch; weitere Infos im Pfarreiblatt und im Amtsblatt
Fr. 09.	14.00-15.45 Uhr	Untere Turnhalle Igis	Herbstbörse: Aufbau/Annahme/ Vorverkauf	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Tina Gianola (076/239 54 41)
Sa. 10.	9.00-11.00 Uhr	Untere Turnhalle Igis	Herbstbörse: Verkauf	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Tina Gianola (076/239 54 41)
Sa. 10.	14.30-15.00 Uhr	Untere Turnhalle Igis	Herbstbörse: Rücknahme/ Abrechnung	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Tina Gianola (076/239 54 41)

Di. 13.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail b@dalfuss.ch
Di. 13.	19.30-20.45 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 14.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorinnenturnen	Evi Willi, Pro Senectute GR (Tel. 079/344 50 46)
Mi. 14.	19.00 Uhr	Restaurant Krone Igis	Frauahock	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Katharina Hausmann-Hoppeler (078/677 15 57)
Do. 15.	8.00-9.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 15.	19.30 Uhr	alte Turnhalle Ried, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Mo. 19.		Tenn Igis	Capunsen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Katharina Hausmann-Hoppeler (078/677 15 57)
Di. 20.	19.30-20.45	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Di. 20.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail b@dalfuss.ch
Mi. 21.		Tenn Igis	Capunsen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Katharina Hausmann-Hoppeler (078/677 15 57)
Mi. 21.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorinnenturnen	Evi Willi, Pro Senectute GR (Tel. 079/344 50 46)
Do. 22.	8.00-9.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 22.	14.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum Landquart	Spielnachmittag	Maria Rensch Tel. 081/322 35 30; 079/314 95 73 E-Mail maria@rens.ch
Do. 22.	19.30 Uhr	alte Turnhalle Ried, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Sa. 24.	ab 17.00 Uhr	Tenn Igis	5. Igiser Capunserei	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Katharina Hausmann-Hoppeler (078/677 15 57)

Di. 27.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail b@dalfuss.ch
Di. 27.	19.30-20.45 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 28.	13.30 Uhr	Restaurant Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076/425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
Mi. 28.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorinnen turnen	Evi Willi, Pro Senectute GR (Tel. 079/344 50 46)
Mi. 28.	19.00-20.00 Uhr	Aula	Klangschalen-Meditation	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Denise Sinito (076/562 07 73)
Do. 29.	8.00-9.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 29.	19.30 Uhr	alte Turnhalle Ried, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)

Oktober 2022

Mo. 03.	14.00-16.00 Uhr	Tenn Igis	Senioren-Plausch-Treff	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Silvia Giovanoli (079/748 57 00)
Mo. 03.	19.00-21.00 Uhr	Bahnhofunterführung Chur	Mini Büaz, Dini Büaz - Marianne Dorizzi - Schutz Filisur	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Katharina Hausmann-Hoppeler (078/677 15 57)
Di. 04	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail b@dalfuss.ch
Di. 04.	19.30-20.45	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 05.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorinnen turnen	Evi Willi, Pro Senectute GR (Tel. 079/344 50 46)
Do. 06.	8.00-9.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 06.	11.45-15.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Senioren-Zmittag 60+	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Rita Locher (081/322 46 00)
Do. 06.	14.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum, Landquart	Senioren Tanznachmittag noch offen	Erika Guler (Tel. 078/768 49 04) E-Mail erika_guler@hotmail.com
Do. 06.	19.30 Uhr	alte Turnhalle Ried, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Do. 13.	14.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum Landquart	Spielnachmittag	Maria Rensch Tel. 081/322 35 30; 079/314 95 73 E-Mail maria@rens.ch
Do. 13.	19.30 Uhr	alte Turnhalle Ried, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Do. 20.	12.00 Uhr	Rest. Schweizerhof, Landquart	Pfefferessen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Di. 25.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail b@dalfuss.ch
Di. 25.	19.30-20.45 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)

Mi. 26.	13.30 Uhr	Restaurant Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076/425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
Mi. 26.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorinnenturnen	Evi Willi, Pro Senectute GR (Tel. 079/344 50 46)
Mi. 26.	19.00 Uhr	Restaurant Krone Igis	Frauahock	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Katharina Hausmann-Hoppeler (078/677 15 57)
Mi. 26.	19.00-20.00 Uhr	Aula	Klangschalen-Meditation	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Denise Sinito (076/562 07 73)
Do. 27.	8.00-9.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 27.	14.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum Landquart	Spielnachmittag	Maria Rensch Tel. 081/322 35 30; 079/314 95 73 E-Mail maria@rens.ch
Do. 27.	19.30 Uhr	alte Turnhalle Ried, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)

November 2022

im November	Infos folgen	Chur	Ladies Night - CÜPLI, ZNACHT & KINO	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Alexandra Luginühl (079/382 51 42)
Di. 01.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail b@dalfuss.ch
Di. 01.	19.30-20.45 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 02.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorinnenturnen	Evi Willi, Pro Senectute GR (Tel. 079/344 50 46)
Do. 03.	8.00-9.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 03.	11.45-15.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Senioren-Zmittag 60+	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Rita Locher (081/322 46 00)
Do. 03.	14.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum Landquart	Senioren Tanznachmittag noch offen	Erika Guler (Tel. 078/768 49 04) E-Mail erika_guler@hotmail.com
Do. 03.	19.30 Uhr	alte Turnhalle Ried, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Mo. 07.	14.00-16.00 Uhr	Tenn Igis	Senioren-Plausch-Treff	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Silvia Giovanoli (079/748 57 00)
Di. 08.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail b@dalfuss.ch
Di. 08.	19.30-20.45 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 09.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorinnenturnen	Evi Willi, Pro Senectute GR (Tel. 079/344 50 46)
Do. 10.	8.00-9.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 10.	14.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum Landquart	Spielnachmittag	Maria Rensch Tel. 081/322 35 30; 079/314 95 73 E-Mail maria@rens.ch

Do. 10.	19.30 Uhr	alte Turnhalle Ried, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Di. 15.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail b@dalfuss.ch
Di. 15.	19.30-20.45 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 16.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorinnenturnen	Evi Willi, Pro Senectute GR (Tel. 079/344 50 46)
Mi. 16.	19.00 Uhr	Restaurant Krone Igis	Frauhock	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Katharina Hausmann-Hoppeler (078/677 15 57)
Do. 17.	8.00-9.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 17.	17.00 Uhr	Sternen, Wangs	Kegeln	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Di. 22.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail b@dalfuss.ch
Di. 22.	19.30-20.45 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 23.	13.30 Uhr	Restaurant Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076/425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
Mi. 23.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorinnenturnen	Evi Willi, Pro Senectute GR (079/344 50 46)
Mi. 23.	19.00-21.30 Uhr	Papeterie Schmid Landquart	Weihnachtskarten Bastelabend	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Alexandra Luginbühl (079/382 51 42)
Do. 24.	8.00-9.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 24.	14.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum Landquart	Spielnachmittag	Maria Rensch Tel. 081/322 35 30; 079/314 95 73 E-Mail maria@rens.ch
Do. 24.	19.30 Uhr	alte Turnhalle Ried, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)

So. 27.	ab 17.00 Uhr	Igis Dorfplatz	1. Advent-Fiir	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Alexandra Luginbühl (079/382 51 42)
Di. 29.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail b@dalfuss.ch
Di. 29.	19.30-20.45 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 30.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorinnenturnen	Evi Willi, Pro Senectute GR, (079/344 50 46)
Mi. 30.	19.00-20.00 Uhr	Aula	Klangschalen-Meditation	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Denise Sinito (076/562 07 73)

Dezember 2022

Anfangs Dez.	ab 17.00 Uhr	Igis	Adventsfenster	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Riccarda Birchler (079/562 04 40)
Do. 01.	8.00-9.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 01.	11.45-15.00 Uhr	Annemarie Schumacher, Igis	Senioren-Zmittag 60+	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Rita Locher (081/322 46 00)
Do. 01.	14.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum Landquart	Senioren Tanznachmittag noch offen	Erika Guler (Tel. 078/768 49 04) E-Mail erika_guler@hotmail.com
Do. 01.	19.30 Uhr	alte Turnhalle Ried, 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) Silvia Giovanoli (079/748 57 00)
Di. 06.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail b@dalfuss.ch
Mi. 07.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorinenturnen	Evi Willi, Pro Senectute GR (079/344 50 46)
Mi. 07.	19.00 Uhr	Restaurant Krone Igis	Frauahock	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Katharina Hausmann-Hoppeler (078/677 15 57)
Do. 08.		Kath. Pfarreizentrum Landquart	Lotto	Maria Rensch Tel. 081/322 35 30; 079/314 95 73 E-Mail maria@rens.ch; weitere Infos im Pfarreiblatt und im Amtsblatt
Do. 08.	8.00-9.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 08.	19.30 Uhr	alte Turnhalle Ried, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Di. 13.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail b@dalfuss.ch
Di. 13.	19.30-20.45 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)

Mi. 14.	13.30 Uhr	Restaurant Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076/425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
Mi. 14.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorinnenturnen	Evi Willi, Pro Senectute GR (079/344 50 46)
Mi. 14.	19.00-22.00 Uhr	City West, Chur	Ladies Night - BOWLING, NACHOS & CÜPLI	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Alexandra Luginbühl (079/382 51 42)
Do. 15.	8.00-9.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 15.	19.30 Uhr	alte Turnhalle Ried, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)
Di. 20.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail b@dalfuss.ch
Do. 20.	19.30-20.45 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler (079/310 17 47)
Mi. 21.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti, Landquart	Seniorinnenturnen	Evi Willi, Pro Senectute GR (079/344 50 46)
Mi. 21.	19.00-20.00 Uhr	Aula	Klangschalen-Meditation	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Denise Sinito (076/562 07 73)
Do. 22.	8.00-9.00 Uhr	Bürgersaal Igis	Gymnastik für Frauen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Agnes Schön (081/353 42 95)
Do. 22.	19.30 Uhr	alte Turnhalle Ried, Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079/309 58 39)

Januar 2023

Mi. 25.	13.30 Uhr	Restaurant Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076/425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
---------	-----------	---------------------------	-----------------	--

Februar 2023

Mi. 22.	13.30 Uhr	Restaurant Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076/425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
---------	-----------	---------------------------	-----------------	--

März 2023

Mi. 29.	13.30 Uhr	Restaurant Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076/425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
---------	-----------	---------------------------	-----------------	--

April 2023

Mai 2023

Juni 2023