



"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

Mai 2024

Do. 02. 14.00-18.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum	Senioren Tanznachmittag	Erika Guler (Tel. 078/768 49 04) E-Mail: erika_guler@hotmail.com
Do. 02. 19.30-21.30 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	TVL Senioren Riege	Burki Bernhard (Tel. 081/322 72 84 079/308 58 39 E-Mail: b.bernhard@ilnet.ch)
Mo. 06. 14.00-16.00 Uhr	Igis, im Tenn	Senioren-Plausch-Treff	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Silvia Giovanoli / Esther Stöckl
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. 19.45-21.00 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler
Mi. 08. 19.45-20.45 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Frauenturnen FTV Landquart	Luzia Bernhard (Tel. 081/322 72 84) Mail: l.bernhard@ilnet.ch
Di. 14. 19.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch
Di. 14. 19.45-21.00 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler
Mi. 15. 14.00-15.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Seniorinnenturnen	Luzia Bernhard, Pro Senectute GR (081/322 72 84)
Mi. 15. 19.00 Uhr	Krone Igis	Frauahock	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Alexandra Luginbühl
Mi. 15. 19.45-20.45 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Frauenturnen FTV Landquart	Luzia Bernhard (Tel. 081 322/72 84) Mail: l.bernhard@ilnet.ch

Do. 16.	11.45-15.00 Uhr	Birkholz	Senioren-Zmittag 60+ "Grillade Birkholz"	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Rita Locher
Do. 16.	19.30-21.30 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	TVL Senioren Riege	Burki Bernhard (Tel. 081/322 72 84 079/308 58 39 E-Mail: b.bernhard@ilnet.ch)
Fr. 17.	14.00 Uhr	Igis, im Tenn	Spiele aller Art	Evang. ref. Kirchgemeinde Landquart
Di. 21.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch
Di. 21.	19.45-21.00 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler
Mi. 22.	14.00-15.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Seniorinnenturnen	Luzia Bernhard, Pro Senectute GR (081/322 72 84)
Mi. 22.	19.45-20.45 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Frauenturnen FTV Landquart	Luzia Bernhard (Tel. 081/322 72 84) Mail: l.bernhard@ilnet.ch
Do. 23.	14.00-16.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum Landquart	Spielnachmittag	Maria Rensch Tel. 081/322 35 30 079/314 95 73 E-Mail maria@rens.ch
Do. 23.	17.00 Uhr	Lourdesgrotte Landquart	Maiandacht	Maria Rensch Tel. 081/322 35 30 079/314 95 73 E-Mail maria@rens.ch
Do. 23.	18.00-22.00 Uhr	Anfangswald Igis	Feuerküche im Frühlingswald	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Beatrice Bollinger
Do. 23.	19.30-21.30 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	TVL Senioren Riege	Burki Bernhard (Tel. 081/322 72 84 079/308 58 39 E-Mail: b.bernhard@ilnet.ch)
Di. 28.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch
Di. 28.	19.45-21.00 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler
Mi. 29.	13.30 Uhr	Rest. Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076/425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
Mi. 29.	14.00-15.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Seniorinnenturnen	Luzia Bernhard, Pro Senectute GR (081/322 72 84)
Mi. 29.	19.45-20.45 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Frauenturnen FTV Landquart	Lina Ambühl (Tel. 081/322 43 27) Mail: lina_ambuehl@bluewin.ch

Do. 30. 19.30-21.30 Uhr Turnhalle Ried Landquart

TVL Senioren Riege

Burki Bernhard (Tel. 081/322 72 84
079/308 58 39 E-Mail: b.bernhard@ilnet.ch)

Juni 2024

Mo. 03.	14.00-16.00 Uhr	Igis, im Tenn	Senioren-Plausch-Treff	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Silvia Giovanoli / Esther Stöckl
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.	19.45-21.00 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler
Mi. 05.	14.00-15.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Seniorinnenturnen	Luzia Bernhard, Pro Senectute GR (081/322 72 84)
Mi. 05.	19.45-20.45 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Frauenturnen FTV Landquart	Lina Ambühl (Tel. 081/322 43 27) Mail: lina_ambuehl@bluewin.ch
Do. 06.	14.00-18.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum	Senioren Tanznachmittag	Erika Guler (Tel. 078 768 49 04) E-Mail: erika_guler@hotmail.com
Do. 06.	19.30-21.30 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	TVL Senioren Riege	Burki Bernhard (Tel. 081 322 72 84 079/308 58 39 E-Mail: b.bernhard@ilnet.ch)
Di. 11.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch
Di. 11.	19.45-21.00 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler
Mi. 12.	13.30 Uhr	Rest. Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076/425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
Mi. 12.	14.00-15.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Seniorinnenturnen	Luzia Bernhard, Pro Senectute GR (081/322 72 84)
Mi. 12.	19.00 Uhr	Krone Igis	Frauahock	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Alexandra Luginbühl
Mi. 12.	19.45-20.45 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Frauenturnen FTV Landquart	Lina Ambühl (Tel. 081/322 43 27) Mail: lina_ambuehl@bluewin.ch
Do. 13.	14.00-16.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum Landquart	Spielnachmittag	Maria Rensch Tel. 081 322 35 30 079/314 95 73 E-Mail maria@rens.ch

Do. 13.	19.30-21.30 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	TVL Senioren Riege	Burki Bernhard (Tel. 081 322 72 84 079/308 58 39 E-Mail: b.bernhard@ilnet.ch)
Fr. 14.	17.00-19.00 Uhr	Bibliothek Landquart	reparierBar	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Reto Nützi
Di. 18.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch
Di. 18.	19.45-21.00 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler
Mi. 19.	14.00-15.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Seniorinnenturnen	Luzia Bernhard, Pro Senectute GR (081/322 72 84)
Mi. 19.	19.45-20.45 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Frauenturnen FTV Landquart	Lina Ambühl (Tel. 081/322 43 27) Mail: lina_ambuehl@bluewin.ch
Do. 20.	11.45-15.00 Uhr	Bürgersaal	Senioren-Zmittag 60+	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Rita Locher
Do. 20.	19.30-21.30 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	TVL Senioren Riege	Burki Bernhard (Tel. 081 322 72 84 079/308 58 39 E-Mail: b.bernhard@ilnet.ch)
Fr. 21.	folgt		Ausflug	Evang. ref. Kirchgemeinde Landquart
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.	19.45-21.00 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler
Mi. 26.	14.00-15.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Seniorinnenturnen	Luzia Bernhard, Pro Senectute GR (081/322 72 84)
Mi. 19.	19.45-20.45 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Frauenturnen FTV Landquart	Lina Ambühl (Tel. 081/322 43 27) Mail: lina_ambuehl@bluewin.ch
Do. 27.	14.00-16.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum Landquart	Spielnachmittag	Maria Rensch Tel. 081 322 35 30 079/314 95 73 E-Mail maria@rens.ch
Do. 27.		Grillabend	TVL Senioren Riege	Burki Bernhard (Tel. 081 322 72 84 079/308 58 39 E-Mail: b.bernhard@ilnet.ch)

Juli 2024

Do. 04.	Frühlingsausflug	TVL Senioren Riege	Burki Bernhard (Tel. 081 322 72 84 079/308 58 39 E-Mail: b.bernhard@ilnet.ch)
Mi. 31. 13.30 Uhr	Rest. Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076/425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)

August 2024

Fr. 09.	Boccia	TVL Senioren Riege	Burki Bernhard (Tel. 081 322 72 84 079/308 58 39 E-Mail: b.bernhard@ilnet.ch)
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. 19.45-21.00 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler
Mi. 14.	Riegen Reise	TVL Senioren Riege	Burki Bernhard (Tel. 081 322 72 84 079/308 58 39 E-Mail: b.bernhard@ilnet.ch)
Mi. 14. 19.00 Uhr	Krone Igis	Frauahock	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Alexandra Luginbühl
Do. 15. 19.30-21.30 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	TVL Senioren Riege	Burki Bernhard (Tel. 081 322 72 84 079/308 58 39 E-Mail: b.bernhard@ilnet.ch)
Di. 20. 19.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch
Di. 20. 19.45-21.00 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler
Mi. 21. 19.45-20.45 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Frauenturnen FTV Landquart	Luzia Bernhard (Tel. 081/322 72 84) Mail: l.bernhard@ilnet.ch
Do. 22. 14.00-16.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum Landquart	Spielnachmittag	Maria Rensch Tel. 081 322 35 30 079/314 95 73 E-Mail maria@rens.ch
Do. 22. 19.30-21.30 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	TVL Senioren Riege	Burki Bernhard (Tel. 081 322 72 84 079/308 58 39 E-Mail: b.bernhard@ilnet.ch)
Fr. 23. 16.00 Uhr	Im Tenn, Igis	Grillplausch	Evang. ref. Kirchgemeinde Landquart
So. 25. 09.00-16.30 Uhr	Vadelsweg Igis	Seifenkistenrennen	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Nadja Annen
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. 19.45-21.00 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler

Mi. 28. 13.30 Uhr	Rest. Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076/425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
Mi. 28. ca. 18.00 Uhr	Bad Ragaz	Ladies Night - zNacht & Casino	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Alexandra Luginbühl
Mi. 28. 19.45-20.45 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Frauenturnen FTV Landquart	Luzia Bernhard (Tel. 081/322 72 84) Mail: l.bernhard@ilnet.ch
Do. 29. 19.30-21.30 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	TVL Senioren Riege	Burki Bernhard (Tel. 081 322 72 84 079/308 58 39 E-Mail: b.bernhard@ilnet.ch)

September 2024

Mo. 02.	14.00-16.00 Uhr	Igis, im Tenn	Senioren-Plausch-Treff	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Silvia Giovanoli / Esther Stöckl
Di. 03.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch
Di. 03.	19.45-21.00 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler
Mi. 04.	19.45-20.45 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Frauenturnen FTV Landquart	Luzia Bernhard (Tel. 081/322 72 84) Mail: l.bernhard@ilnet.ch
Do. 05.	14.00-18.00 Uhr	Evang. Kirchgemeindehaus	Senioren Tanznachmittag Kapelle Schesaplana	Jolanda Flury (Tel. 078 823 22 68) E-Mail: flury-gabathuler@bluewin.ch
Do. 05.		Schiessen	TVL Senioren Riege	Burki Bernhard (Tel. 081 322 72 84 079/308 58 39 E-Mail: b.bernhard@ilnet.ch)
Fr. 06.	17.00-19.00 Uhr	Bibliothek Landquart	reparierBar	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Reto Nützi
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.	19.45-21.00 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler
Mi. 11.	19.00 Uhr	Krone Igis	Frauahock	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Alexandra Luginbühl
Mi. 11.	19.45-20.45 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Frauenturnen FTV Landquart	Luzia Bernhard (Tel. 081/322 72 84) Mail: l.bernhard@ilnet.ch
Do. 12.	14.00-16.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum Landquart	Spielnachmittag	Maria Rensch Tel. 081 322 35 30 079/314 95 73 E-Mail maria@rens.ch
Do. 12.	19.30-21.30 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	TVL Senioren Riege	Burki Bernhard (Tel. 081 322 72 84 079/308 58 39 E-Mail: b.bernhard@ilnet.ch)
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.	19.45-21.00 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler
Mi. 18.	19.45-20.45 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Frauenturnen FTV Landquart	Luzia Bernhard (Tel. 081/322 72 84) Mail: l.bernhard@ilnet.ch
Do. 19.	11.45-15.00 Uhr	Bürgersaal	Senioren-Zmittag 60+	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Rita Locher
Do. 19.	19.30-21.30 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	TVL Senioren Riege	Burki Bernhard (Tel. 081 322 72 84 079/308 58 39 E-Mail: b.bernhard@ilnet.ch)
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.	19.45-21.00 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler
Mi. 25.	13.30 Uhr	Rest. Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076/425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
Mi. 25.	19.00-20.00 Uhr	Aula	Klangschalen-Meditation	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Denise Sinito
Mi. 25.	19.45-20.45 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Frauenturnen FTV Landquart	Luzia Bernhard (Tel. 081/322 72 84) Mail: l.bernhard@ilnet.ch
Do. 26.	14.00-16.00 Uhr		Seniorenausflug	Maria Rensch Tel. 081 322 35 30 079/314 95 73 E-Mail maria@rens.ch
Do. 26.	19.30-21.30 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	TVL Senioren Riege	Burki Bernhard (Tel. 081 322 72 84 079/308 58 39 E-Mail: b.bernhard@ilnet.ch)
Fr. 27.	14.00 Uhr	Im Tenn, Igis	Lotto	Evang. ref. Kirchgemeinde Landquart

Oktober 2024

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.	19.45-21.00 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler
Mi. 02.	19.45-20.45 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Frauenturnen FTV Landquart	Luzia Bernhard (Tel. 081/322 72 84) Mail: l.bernhard@ilnet.ch
Do. 03.	14.00-18.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum	Senioren Tanznachmittag noch offen	Erika Guler (Tel. 078 768 49 04) E-Mail: erika_guler@hotmail.com
Do. 03.	19.30-21.30 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	TVL Senioren Riege	Burki Bernhard (Tel. 081 322 72 84 079/308 58 39 E-Mail: b.bernhard@ilnet.ch)
Mi. 09.	19.45-20.45 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Frauenturnen FTV Landquart	Luzia Bernhard (Tel. 081/322 72 84) Mail: l.bernhard@ilnet.ch
Do. 10.	14.00-16.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum Landquart	Spielnachmittag	Maria Rensch Tel. 081 322 35 30 079/314 95 73 E-Mail maria@rens.ch
Do. 10.	19.30-21.30 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	TVL Senioren Riege	Burki Bernhard (Tel. 081 322 72 84 079/308 58 39 E-Mail: b.bernhard@ilnet.ch)
Mi. 16.	19.45-20.45 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Frauenturnen FTV Landquart	Luzia Bernhard (Tel. 081/322 72 84) Mail: l.bernhard@ilnet.ch
Do. 17.	11.45-15.00 Uhr	Bürgersaal	Senioren-Zmittag 60+	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Rita Locher
Do. 17.		Pfeffer Essen	TVL Senioren Riege	Burki Bernhard (Tel. 081 322 72 84 079/308 58 39 E-Mail: b.bernhard@ilnet.ch)
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.	19.45-21.00 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler
Mi. 23.	19.00 Uhr	Krone Igis	Frauahock	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Alexandra Luginbühl

Mi. 23.	19.45-20.45 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Frauenturnen FTV Landquart	Luzia Bernhard (Tel. 081/322 72 84) Mail: l.bernhard@ilnet.ch
Do. 24.	14.00-16.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum Landquart	Spielnachmittag	Maria Rensch Tel. 081 322 35 30 079/314 95 73 E-Mail maria@rens.ch
Do. 24.	19.30-21.30 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	TVL Senioren Riege	Burki Bernhard (Tel. 081 322 72 84 079/308 58 39 E-Mail: b.bernhard@ilnet.ch)
Fr. 25.	14.00 Uhr	Kirchgemeindehaus Landquart	über das Programm wird informiert	Evang. ref. Kirchgemeinde Landquart
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.	19.45-21.00 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler
Mi. 30.	13.30 Uhr	Rest. Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076/425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
Mi. 30.	19.00-20.00 Uhr	Aula	Klangschalen-Meditation	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Denise Sinito
Mi. 30.	19.45-20.45 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Frauenturnen FTV Landquart	Luzia Bernhard (Tel. 081/322 72 84) Mail: l.bernhard@ilnet.ch
Do. 31.	19.30-21.30 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	TVL Senioren Riege	Burki Bernhard (Tel. 081 322 72 84 079/308 58 39 E-Mail: b.bernhard@ilnet.ch)

November 2024

Mo. 04.	14.00-16.00 Uhr	Igis, im Tenn	Senioren-Plausch-Treff	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Silvia Giovanoli / Esther Stöckl
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.	19.45-21.00 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler
Mi. 06.	19.45-20.45 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Frauenturnen FTV Landquart	Luzia Bernhard (Tel. 081/322 72 84) Mail: l.bernhard@ilnet.ch
Do. 07.	14.00-18.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum	Senioren Tanznachmittag noch offen	Erika Guler (Tel. 078 768 49 04) E-Mail: erika_guler@hotmail.com
Do. 07.	19.30-21.30 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	TVL Senioren Riege	Burki Bernhard (Tel. 081 322 72 84 079/308 58 39 E-Mail: b.bernhard@ilnet.ch)
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.	19.45-21.00 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler
Mi. 13.	19.00 Uhr	Krone Igis	Frauahock	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Alexandra Luginbühl
Mi. 13.	19.45-20.45 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Frauenturnen FTV Landquart	Luzia Bernhard (Tel. 081/322 72 84) Mail: l.bernhard@ilnet.ch
Do. 14.	14.00-16.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum Landquart	Spielnachmittag	Maria Rensch Tel. 081 322 35 30 079/314 95 73 E-Mail maria@rens.ch
Do. 14.		Kegeln	TVL Senioren Riege	Burki Bernhard (Tel. 081 322 72 84 079/308 58 39 E-Mail: b.bernhard@ilnet.ch)
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.	19.45-21.00 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler

Mi. 20.	13.30 Uhr	Rest. Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076/425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
Mi. 20.	19.45-20.45 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Frauenturnen FTV Landquart	Luzia Bernhard (Tel. 081/322 72 84) Mail: l.bernhard@ilnet.ch
Do. 21.	11.45-15.00 Uhr	Bürgersaal	Senioren-Zmittag 60+ Lotto	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Rita Locher
Do. 21.	19.30-21.30 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	TVL Senioren Riege	Burki Bernhard (Tel. 081 322 72 84 079/308 58 39 E-Mail: b.bernhard@ilnet.ch)
Fr. 22.	14.00 Uhr	Kirchgemeindehaus Landquart	über das Programm wird informiert	Evang. ref. Kirchgemeinde Landquart
Fr. 22.		Jassen	TVL Senioren Riege	Burki Bernhard (Tel. 081 322 72 84 079/308 58 39 E-Mail: b.bernhard@ilnet.ch)
Di. 26.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch
Di. 26.	19.45-21.00 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler
Mi. 27.	19.00-20.00 Uhr	Aula	Klangschalen-Meditation	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Denise Sinito
Mi. 27.	19.45-20.45 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Frauenturnen FTV Landquart	Luzia Bernhard (Tel. 081/322 72 84) Mail: l.bernhard@ilnet.ch
Do. 28.	14.00-16.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum Landquart	Spielnachmittag	Maria Rensch Tel. 081 322 35 30 079/314 95 73 E-Mail maria@rens.ch
Do. 28.	19.30-21.30 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	TVL Senioren Riege	Burki Bernhard (Tel. 081 322 72 84 079/308 58 39 E-Mail: b.bernhard@ilnet.ch)

Dezember 2024

So. 01.	ab 17.00 Uhr	Igis Dorfplatz	1. Advent-Fiir	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Katharina Hausmann-Hoppeler
Mo. 02.	14.00-16.00 Uhr	Igis, im Tenn	Senioren-Plausch-Treff	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Silvia Giovanoli / Esther Stöckl
Di. 03.	19.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	DTV Seniorinnen 60+	Brigitte Künzler (Tel. 079/881 63 86) E-Mail: b@dalfuss.ch
Di. 03.	19.45-21.00 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler
Mi. 04.	19.45-20.45 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Frauenturnen FTV Landquart Klausabend (Turnjahresschluss)	Luzia Bernhard (Tel. 081/322 72 84) Mail: l.bernhard@ilnet.ch
Do. 05.	14.00-17.00 Uhr	Bürgersaal	Senioren-Zmittag 60+ Chlausfeier	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Rita Locher
Do. 05.	14.00-18.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum	Senioren Tanznachmittag noch offen	Erika Guler (Tel. 078 768 49 04) E-Mail: erika_guler@hotmail.com
Do. 05.	19.30-21.30 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	TVL Senioren Riege	Burki Bernhard (Tel. 081 322 72 84 079/308 58 39 E-Mail: b.bernhard@ilnet.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.	19.45-21.00 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler
Mi. 11.	19.00 Uhr	Krone Igis	Frauahock	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Alexandra Luginbühl
Do. 12.	14.00-16.00 Uhr	Kath. Pfarreizentrum Landquart	Lotto	Maria Rensch Tel. 081 322 35 30 079/314 95 73 E-Mail maria@rens.ch
Do. 12.	19.30-21.30 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	TVL Senioren Riege	Burki Bernhard (Tel. 081 322 72 84 079/308 58 39 E-Mail: b.bernhard@ilnet.ch)
So. 15.	11:15 Uhr	Kirchgemeindehaus Landquart	Adventsessen	Evang. ref. Kirchgemeinde Landquart

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.	19.45-21.00 Uhr	Aula	Yoga	Frauenverein Igis (www.fvigis.ch) Olivia Treichler
Mi. 18.	13.30 Uhr	Rest. Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076/425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
Do. 19.	19.30-21.30 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	TVL Senioren Riege	Burki Bernhard (Tel. 081 322 72 84 079/308 58 39 E-Mail: b.bernhard@ilnet.ch)