



"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 2019				
Do. 03.	14.00 Uhr	Katholisches Pfarreizentrum Lan	Senioren-Treff / Filmvorführung	Kath. Frauenbund Landquart Frau Maria Rensch (081 322 35 30)
Mo. 07.	14.00 Uhr	Villa Blue Igis	Senioren-Plausch-Treff	Katharina Hausmann-Hoppeler (078/677 15 57) Frauenverein Igis (www.fvigis.ch)
Di. 08.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Cécile Krüsi (Tel. 081 322 34 16)
Mi. 09.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Fit/Gym Pro Senectute	Eva Willi (Tel. 081 328 21 16) Denise Flütsch (Tel. 081 328 27 34)
Mi. 09.	20.00 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079 309 58 39)
Do. 10.	11.45 Uhr	Bürgersaal Igis	Mittagessen "Seniorentreff 60+"	Rita Locher (081 322 46 00) Frauenverein Igis (www.fvigis.ch)
Di. 15.	12.00 Uhr	Katholisches Pfarreizentrum Lan	"Am gleichen Tisch" gemeinsames Mittagessen	Anmelden bis Montag 17.00 Uhr beim Kath. Pfarramt (081 322 37 48)
Di. 15.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Cécile Krüsi (Tel. 081 322 34 16)
Mi. 16.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Fit/Gym Pro Senectute	Eva Willi (Tel. 081 328 21 16) Denise Flütsch (Tel. 081 328 27 34)
Mi. 16.	20.00 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079 309 58 39)
Do. 17.	14.00 Uhr	Katholisches Pfarreizentrum Landquart	Spielnachmittag	Kath. Frauenbund Landquart Frau Maria Rensch (081 322 35 30)
Di. 22.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Cécile Krüsi (Tel. 081 322 34 16)



"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. 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	Fit/Gym Pro Senectute	Eva Willi (Tel. 081 328 21 16) Denise Flütsch (Tel. 081 328 27 34)
Mi. 23.	20.00 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079 309 58 39)
Di. 29.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Cécile Krüsi (Tel. 081 322 34 16)
Mi. 30.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Fit/Gym Pro Senectute	Eva Willi (Tel. 081 328 21 16) Denise Flütsch (Tel. 081 328 27 34)
Mi. 30.	20.00 Uhr	Turnhalle Ried 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>
Februar 2019				
Mo. 04.	14.00 Uhr	Villa Blue Igis	Senioren-Plausch-Treff	Katharina Hausmann-Hoppeler (078/677 15 57) Frauenverein Igis (www.fvigis.ch)
Di. 05.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Cécile Krüsi (Tel. 081 322 34 16)
Mi. 06.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Fit/Gym Pro Senectute	Eva Willi (Tel. 081 328 21 16) Denise Flütsch (Tel. 081 328 27 34)
Mi. 06.	20.00 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079 309 58 39)
Do. 07.	11.45 Uhr	Bürgersaal Igis	Mittagessen "Seniorentreff 60+"	Rita Locher (081 322 46 00) Frauenverein Igis (www.fvigis.ch)
Do. 07.	14.00 Uhr	Katholisches Pfarreizentrum Lan	Senioren-Treff / Liturgische Farben	Kath. Frauenbund Landquart Maria Rensch (Tel. 081 322 35 30)
Di. 12.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Cécile Krüsi (Tel. 081 322 34 16)
Mi. 13.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Fit/Gym Pro Senectute	Eva Willi (Tel. 081 328 21 16) Denise Flütsch (Tel. 081 328 27 34)
Mi. 13.	20.00 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079 309 58 39)
Di. 19.	12.00 Uhr	Katholisches Pfarreizentrum Lan	"Am gleichen Tisch" gemeinsames Mittagessen	Anmelden bis Montag 17.00 Uhr beim Kath. Pfarramt (081 322 37 48)
Di. 19.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Cécile Krüsi (Tel. 081 322 34 16)
Mi. 20.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Fit/Gym Pro Senectute	Eva Willi (Tel. 081 328 21 16) Denise Flütsch (Tel. 081 328 27 34)



"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.	20.00 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079 309 58 39)
Do. 21.	14.00 Uhr	Katholisches Pfarreizentrum Lan	Spielnachmittag	Kath. Frauenbund Landquart Maria Rensch (Tel. 081 322 35 30)
Mi. 27.	13.30 Uhr	Restaurant Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076 425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
Mi. 27.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Fit/Gym Pro Senectute	Eva Willi (Tel. 081 328 21 16) Denise Flütsch (Tel. 081 328 27 34)
Mi. 27.	20.00 Uhr	Turnhalle Ried 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 2019				
Mo. 04.	14.00 Uhr	Villa Blue Igis	Senioren-Plausch-Treff	Katharina Hausmann-Hoppeler (078/677 15 57) Frauenverein Igis (www.fvigis.ch)
Di. 05.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Cécile Krüsi (Tel. 081 322 34 16)
Mi. 06.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Fit/Gym Pro Senectute	Eva Willi (Tel. 081 328 21 16) Denise Flütsch (Tel. 081 328 27 34)
Mi. 06.	20.00 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079 309 58 39)
Do. 07.	11.45 Uhr	Bürgersaal Igis	Mittagessen "Seniorentreff 60+"	Rita Locher (081 322 46 00) Frauenverein Igis (www.fvigis.ch)
Di. 12.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Cécile Krüsi (Tel. 081 322 34 16)
Mi. 13.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Fit/Gym Pro Senectute	Eva Willi (Tel. 081 328 21 16) Denise Flütsch (Tel. 081 328 27 34)
Mi. 13.	20.00 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079 309 58 39)
Di. 19.	12.00 Uhr	Katholisches Pfarreizentrum Lan	"Am gleichen Tisch" gemeinsames Mittagessen	Anmelden bis Montag 17.00 Uhr beim Kath. Pfarramt (081 322 37 48)
Di. 19.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Cécile Krüsi (Tel. 081 322 34 16)
Mi. 20.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Fit/Gym Pro Senectute	Eva Willi (Tel. 081 328 21 16) Denise Flütsch (Tel. 081 328 27 34)
Mi. 20.	20.00 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079 309 58 39)
Di. 26.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Cécile Krüsi (Tel. 081 322 34 16)



"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. 27.	13.30 Uhr	Restaurant Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076 425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
Mi. 27.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Fit/Gym Pro Senectute	Eva Willi (Tel. 081 328 21 16) Denise Flütsch (Tel. 081 328 27 34)
Mi. 27.	20.00 Uhr	Turnhalle Ried 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>
April 2019				
Mo. 01.	14.00 Uhr	Villa Blue Igis	Senioren-Plausch-Treff	Katharina Hausmann-Hoppeler (078/677 15 57) Frauenverein Igis (www.fvigis.ch)
Di. 02.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Cécile Krüsi (Tel. 081 322 34 16)
Mi. 03.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Fit/Gym Pro Senectute	Eva Willi (Tel. 081 328 21 16) Denise Flütsch (Tel. 081 328 27 34)
Mi. 03.	20.00 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079 309 58 39)
Do. 04.	11.45 Uhr	Bürgersaal Igis	Mittagessen "Seniorentreff 60+"	Rita Locher (081 322 46 00) Frauenverein Igis (www.fvigis.ch)
Di. 09.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Cécile Krüsi (Tel. 081 322 34 16)
Mi. 10.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Fit/Gym Pro Senectute	Eva Willi (Tel. 081 328 21 16) Denise Flütsch (Tel. 081 328 27 34)
Mi. 10.	20.00 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079 309 58 39)
Di. 16.	12.00 Uhr	Katholisches Pfarreizentrum Lan	"Am gleichen Tisch" gemeinsames Mittagessen	Anmelden bis Montag 17.00 Uhr beim Kath. Pfarramt (081 322 37 48)
Di. 16.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Cécile Krüsi (Tel. 081 322 34 16)
Mi. 17.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Fit/Gym Pro Senectute	Eva Willi (Tel. 081 328 21 16) Denise Flütsch (Tel. 081 328 27 34)
Mi. 17.	20.00 Uhr	Turnhalle Ried 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>
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	Fit/Gym Pro Senectute	Eva Willi (Tel. 081 328 21 16) Denise Flütsch (Tel. 081 328 27 34)
Mi. 24.	20.00 Uhr	Turnhalle Ried 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>
Mai 2019				
Mi. 01.	20.00 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079 309 58 39)
Mo. 06.	14.00 Uhr	Villa Blue Igis	Senioren-Plausch-Treff	Katharina Hausmann-Hoppeler (078/677 15 57) Frauenverein Igis (www.fvigis.ch)
Di. 07.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Cécile Krüsi (Tel. 081 322 34 16)
Mi. 08.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Fit/Gym Pro Senectute	Eva Willi (Tel. 081 328 21 16) Denise Flütsch (Tel. 081 328 27 34)
Mi. 08.	20.00 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079 309 58 39)
Di. 14.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Cécile Krüsi (Tel. 081 322 34 16)
Mi. 15.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Fit/Gym Pro Senectute	Eva Willi (Tel. 081 328 21 16) Denise Flütsch (Tel. 081 328 27 34)
Mi. 15.	20.00 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079 309 58 39)
Do. 16.	11.45 Uhr	Birkholz Igis	Mittagessen "Seniorentreff 60+"	Rita Locher (081 322 46 00) Frauenverein Igis (www.fvigis.ch)
Di. 21.	12.00 Uhr	Katholisches Pfarreizentrum Lan	"Am gleichen Tisch" gemeinsames Mittagessen	Anmelden bis Montag 17.00 Uhr beim Kath. Pfarramt (081 322 37 48)
Di. 21.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Cécile Krüsi (Tel. 081 322 34 16)
Mi. 22.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Fit/Gym Pro Senectute	Eva Willi (Tel. 081 328 21 16) Denise Flütsch (Tel. 081 328 27 34)
Mi. 22.	20.00 Uhr	Turnhalle Ried 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>
Di. 28.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Cécile Krüsi (Tel. 081 322 34 16)
Mi. 29.	13.30 Uhr	Restaurant Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076 425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
Mi. 29.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Fit/Gym Pro Senectute	Eva Willi (Tel. 081 328 21 16) Denise Flütsch (Tel. 081 328 27 34)
Mi. 29.	20.00 Uhr	Turnhalle Ried 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>
Juni 2019				
Mo. 03.	14.00 Uhr	Villa Blue Igis	Senioren-Plausch-Treff	Katharina Hausmann-Hoppeler (078/677 15 57) Frauenverein Igis (www.fvigis.ch)
Di. 04.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Cécile Krüsi (Tel. 081 322 34 16)
Mi. 05.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Fit/Gym Pro Senectute	Eva Willi (Tel. 081 328 21 16) Denise Flütsch (Tel. 081 328 27 34)
Mi. 05.	20.00 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079 309 58 39)
Do. 06.	11.45 Uhr	Bürgersaal Igis	Mittagessen "Seniorentreff 60+"	Rita Locher (081 322 46.00) Frauenverein Igis (www.fvigis.ch)
Di. 11.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Cécile Krüsi (Tel. 081 322 34 16)
Mi. 12.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Fit/Gym Pro Senectute	Eva Willi (Tel. 081 328 21 16) Denise Flütsch (Tel. 081 328 27 34)
Mi. 12.	20.00 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079 309 58 39)
Di. 18.	12.00 Uhr	Katholisches Pfarreizentrum Lan	"Am gleichen Tisch" gemeinsames Mittagessen	Anmelden bis Montag 17.00 Uhr beim Kath. Pfarramt (081 322 37 48)
Di. 18.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Cécile Krüsi (Tel. 081 322 34 16)
Mi. 19.	13.30 Uhr	Restaurant Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076 425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
Mi. 19.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Fit/Gym Pro Senectute	Eva Willi (Tel. 081 328 21 16) Denise Flütsch (Tel. 081 328 27 34)



"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. 19.	20.00 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079 309 58 39)
Di. 25.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Cécile Krüsi (Tel. 081 322 34 16)
Mi. 26.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Fit/Gym Pro Senectute	Eva Willi (Tel. 081 328 21 16) Denise Flütsch (Tel. 081 328 27 34)
Mi. 26.	20.00 Uhr	Turnhalle Ried 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

Juli 2019

Mi. 31.

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>
August 2019				
Di. 20.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Cécile Krüsi (Tel. 081 322 34 16)
Do. 22.	20.00 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079 309 58 39)
Fr. 23.	16.00 Uhr	Im Tenn	Grillen im Tenn (mit Anmeldung)	Käthi Krättli (Tel. 081 330 81 30) Evang. Kirchgemeinde Landquart
Di. 27.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Cécile Krüsi (Tel. 081 322 34 16)
Mi. 28.	13.30 Uhr	Restaurant Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076 425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
Do. 29.	20.00 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079 309 58 39)



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

<u>Datum</u>	<u>Zeit</u>	<u>Ort</u>	<u>Anlass</u>	<u>Verantwortlicher Verein/Person</u>	
			für alle Senioren	nur für Senioren	nur für Seniorinnen
September 2019					
Di. 03.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Cécile Krüsi (Tel. 081 322 34 16)	
Do. 05.	11.45 Uhr	Bürgersaal Igis	Mittagessen "Seniorentreff 60+"	Rita Locher (081 322 46 00) Frauenverein Igis (www.fvigis.ch)	
Do. 05.	20.00 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079 309 58 39)	
Di. 10.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Cécile Krüsi (Tel. 081 322 34 16)	
Do. 12.	13.30 Uhr	Restaurant Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076 425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)	
Do. 12.	20.00 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079 309 58 39)	
Di. 17.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Cécile Krüsi (Tel. 081 322 34 16)	
Do. 19.			Seniorenausflug	Barbla Ullrich (076 425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)	
Do. 19.	20.00 Uhr	Turnhalle Ried Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079 309 58 39)	
Fr. 20.	14.00 Uhr	Im Tenn	Lotto	Rosmarie Schlegel (Tel. 081 330 81 30) Evang. Kirchgemeinde Landquart	
Di. 24.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Cécile Krüsi (Tel. 081 322 34 16)	
Mi. 25.	13.30 Uhr	Restaurant Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076 425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)	
Do. 26.	20.00 Uhr	Turnhalle Ried 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 2019				
Di. 01.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Cécile Krüsi (Tel. 081 322 34 16)
Do. 03.	11.45 Uhr	Bürgersaal Igis	Mittagessen "Seniorentreff 60+"	Rita Locher (081 322 46 00) Frauenverein Igis (www.fvigis.ch)
Do. 10.	13.30 Uhr	Restaurant Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076 425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
Fr. 18.	14.00 Uhr	Kirchgemeindehaus Landquart	Vortrag Marianne Lüthi über Malawi	Catherine Lautenschlager (Tel. 081 330 81 30) Evang. Kirchgemeinde Landquart
Di. 22.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Cécile Krüsi (Tel. 081 322 34 16)
Do. 24.	20.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079 309 58 39)
Di. 29.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Cécile Krüsi (Tel. 081 322 34 16)
Mi. 30.	13.30 Uhr	Restaurant Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076 425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
Do. 31.	20.00 Uhr	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 2019				
Di. 05.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Cécile Krüsi (Tel. 081 322 34 16)
Mi. 06.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Fit/Gym Pro Senectute	Eva Willi (Tel. 081 328 21 16) Denise Flütsch (Tel. 081 328 27 34)
Do. 07.	11.45 Uhr	Bürgersaal Igis	Mittagessen "Seniorentreff 60+"	Rita Locher (081 322 46 00) Frauenverein Igis (www.fvigis.ch)
Do. 07.	20.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079 309 58 39)
Di. 12.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Cécile Krüsi (Tel. 081 322 34 16)
Mi. 13.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Fit/Gym Pro Senectute	Eva Willi (Tel. 081 328 21 16) Denise Flütsch (Tel. 081 328 27 34)
Do. 14.	13.30 Uhr	Restaurant Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076 425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
Do. 14.	20.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079 309 58 39)
Fr. 15.	14.00 Uhr	Im Tenn	Guetsle	Monika Mantel (Tel. 081 330 81 30) Evang. Kirchgemeinde Landquart
Di. 19.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Cécile Krüsi (Tel. 081 322 34 16)
Mi. 20.	13.30 Uhr	Restaurant Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076 425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
Mi. 20.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Fit/Gym Pro Senectute	Eva Willi (Tel. 081 328 21 16) Denise Flütsch (Tel. 081 328 27 34)



"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>
Do. 21.	20.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079 309 58 39)
Di 26.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Cécile Krüsi (Tel. 081 322 34 16)
Mi. 27.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Fit/Gym Pro Senectute	Eva Willi (Tel. 081 328 21 16) Denise Flütsch (Tel. 081 328 27 34)
Do. 28.	13.30 Uhr	Restaurant Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076 425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
Do. 28.	20.00 Uhr	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>
Dezember 2019				
Di. 03.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Cécile Krüsi (Tel. 081 322 34 16)
Mi. 04.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Fit/Gym Pro Senectute	Eva Willi (Tel. 081 328 21 16) Denise Flütsch (Tel. 081 328 27 34)
Do. 05.	14.00 Uhr	A. Schumacher (Untergasse 20) Chlausfeier "Seniorentreff 60+"		Rita Locher (081 322 46 00) Frauenverein Igis (www.fvigis.ch)
Do. 05.	20.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079 309 58 39)
So. 08.	11.15 Uhr	Kirchgemeindehaus Landquart	Adventsfeier (mit Anmeldung), Kinder?	alle (Tel. 081 330 81 30) Evang. Kirchgemeinde Landquart
Di. 10.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Cécile Krüsi (Tel. 081 322 34 16)
Mi. 11.	13.30 Uhr	Restaurant Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076 425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
Mi. 11.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Fit/Gym Pro Senectute	Eva Willi (Tel. 081 328 21 16) Denise Flütsch (Tel. 081 328 27 34)
Do. 12.			Lotto	Barbla Ullrich (076 425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
Do. 12.	20.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Seniorenturnen	Burki Bernhard (Tel. 079 309 58 39)
Di. 17.	18.45 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Frauen 55+	Cécile Krüsi (Tel. 081 322 34 16)
Mi. 18.	14.00 Uhr	Turnhalle Rüti Landquart	Fit/Gym Pro Senectute	Eva Willi (Tel. 081 328 21 16) Denise Flütsch (Tel. 081 328 27 34)



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

für alle Senioren

nur für Senioren

nur für Seniorinnen

Datum

Zeit

Ort

Anlass

Verantwortlicher Verein/Person

Do. 19.

20.00 Uhr

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>
Januar 2020				
Do. 9.	13.30 Uhr	Restaurant Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076 425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
Fr. 17.	14.00 Uhr	Kirchgemeindehaus Landquart	Turnen	Anni Lardi (081 330 81 30) Evang. Kirchgemeinde Landquart
Do. 23.	13.30 Uhr	Restaurant Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076 425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
Februar 2020				
Do. 13.			Kultur oder Film	Barbla Ullrich (076 425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)
Fr. 14.	14.00 Uhr	Kirchgemeindehaus Landquart	Seniorentheater	Catherine Lautenschlager (081 330 81 30) Evang. Kirchgemeinde Landquart
Do. 27.	13.30 Uhr	Restaurant Tanne Mastrils	Spielnachmittag	Barbla Ullrich (076 425 14 18) Frauenverein Mastrils (www.fvmastrils.ch)

März 2020