Häuser zum Leben | Für die Stadt Wien

Veranstaltungen

Herbstspaziergang im Augarten mit Rosa
Montag, 9. November 2026 | 14:00 – 15:00

Bewegung für Körper und Geist

Yoga
Dienstag, 10. November 2026 | 09:00 – 10:30

Entdecke innere Ruhe und körperliche Ausgeglichenheit bei 'Yoga'. Eine Reise zu dir selbst, Namaste!

LIMA
Dienstag, 10. November 2026 | 12:00 – 13:30

Lebensqualität im Alter - Gedächtnistraining

Sitztanz
Dienstag, 10. November 2026 | 12:00 – 16:00

Gemeinsam tanzen wir im Sitzen bei Musik und guter Laune!

Yoga im Sitzen
Dienstag, 10. November 2026 | 12:30 – 13:30

Sanfte Yogaübungen im Sitzen fördern Beweglichkeit, Entspannung und Wohlbefinden. Atmung, leichte Dehnungen und Achtsamkeit bringen Körper und Geist in Balance.

Sitzgymnastik
Dienstag, 10. November 2026 | 13:00 – 14:00

Sitzgymnastik, Koordinationsspiele und Meditation

Gymnastik Smovey
Dienstag, 10. November 2026 | 14:00 – 15:00

Die Pensionist*innen Klubs | Für die Stadt Wien

Bewegung mit Ringen

Häuser zum Leben | Für die Stadt Wien

Tai Chi, Qi Gong & verschiedene Tänze mit Yongli Liu
Dienstag, 10. November 2026 | 14:00 – 16:00

Im ersten Teil erwarten Sie chinesische Konzentrations- und Bewegungsformen zur Kultivierung von Körper und Geist, im zweiten Teil verschiedene Tänze. Anfänger*innen und (Wieder-)Einsteiger*innen sind herzlich willkommen!

Yoga im Sitzen
Dienstag, 10. November 2026 | 15:00 – 16:30

Theraband mit Corona
Dienstag, 10. November 2026 | 15:30 – 16:30

Bewegung für Körper und Geist

Tanzen mit Frau Spangl
Mittwoch, 11. November 2026 | 10:00 – 11:30

"Tanzen ab der Lebensmitte"

Nordic Walking
Mittwoch, 11. November 2026 | 12:00 – 13:00

Wir walken gemeinsam zum Roten Berg und wirder zum Klub zurück

---

Sitzgymnastik
Mittwoch, 11. November 2026 | 12:00 – 13:00

Entdecke die Welt der Bewegung im Sitzen bei unserer 'Gymnastik im Sitzen'. Sanfte Übungen für alle Altersgruppen, die Körper und Geist beleben!

Line Dance für Fortgeschrittene
Donnerstag, 12. November 2026 | 10:00 – 11:00

Level: Fortgeschrittene. Bitte um Anmeldung!

Die Pensionist*innen Klubs | Für die Stadt Wien

Häuser zum Leben | Für die Stadt Wien

Line Dance für leicht Fortgeschrittene
Donnerstag, 12. November 2026 | 11:00 – 12:00

Level: Fortgeschrittene. Bitte um Anmeldung!

LIMA
Donnerstag, 12. November 2026 | 13:00 – 14:30

Lebensqualität im Alter, eine Mischung von Gedächtnistraining, Bewegungseinheiten und Rückblicke an damalige Zeiten

---

Ausflug ins Simmeringer Schwimmbad
Donnerstag, 12. November 2026 | 13:00 – 15:00

Wir gehen gemeinsam ins Simmeringer Schwimmbad baden.

Sitzyoga
Donnerstag, 12. November 2026 | 15:00 – 16:00

Yoga im Sitzen

Sitz-Yoga mit Anja
Donnerstag, 12. November 2026 | 15:00 – 16:00

Bewegung für Körper und Geist

Line-Dance für alle mit Anja
Donnerstag, 12. November 2026 | 16:00 – 17:00

Bewegung für Körper und Geist

Gymnastik mit Musik
Freitag, 13. November 2026 | 12:00 – 13:00

Wir halten uns fit durch eine Stunde Gymnastik mit Musik und guter Laune. Abwechselnd mit Theraband, Smovy, Matte oder Sessel

---

Häuser zum Leben | Für die Stadt Wien

Sitzyoga
Freitag, 13. November 2026 | 12:00 – 13:00

Leichte geistige und körperliche Übungen auf und mit dem Sessel

---

Tischtennis mit Corona/Trainer*in-Nachbarschatz
Freitag, 13. November 2026 | 13:00 – 17:00

Bewegung für Körper und Geist

Glückstraining
Freitag, 13. November 2026 | 13:30 – 15:00

LIMA-Trainerin Heidi Spangl gestaltet mit ihrem "Glückstraining" einen abwechslungsreichen Nachmittag. Es erwartet Sie ein anregender Mix aus Gedächtnistraining, Bewegungsübungen und Musik - und im Anschluss findet ein Austausch mit der bekannten Aquarellistin Ulli Lehecka statt. Bitte um Anmeldung im Klub.

Mit Einander Tischtennis spielen
Freitag, 13. November 2026 | 15:00 – 16:00

Nordic Walking
Montag, 16. November 2026 | 10:00 – 12:00

Wir gehen mit Nordic Walking Stöcken eine Runde durch den Zentralfriedhof, TrefFpunckt 1.Tor bei der Strassenbahnstation

---

Latino Dance mit Freddy
Montag, 16. November 2026 | 10:00 – 12:00

Lateinamerikanische Musik und verschiedene Tanzstile unter Anleitung von unserem Trainer Freddy.

Tanzgymnastik
Montag, 16. November 2026 | 13:30 – 14:30

Entdecke die Welt der Bewegung bei unserer 'Gymnastik mit Musik'. Sanfte Übungen für alle Altersgruppen, die Körper und Geist beleben!

Herbstspaziergang im Augarten mit Gusti
Montag, 16. November 2026 | 14:00 – 15:00

Bewegung für Körper und Geist

Yoga
Dienstag, 17. November 2026 | 09:00 – 10:30

Entdecke innere Ruhe und körperliche Ausgeglichenheit bei 'Yoga'. Eine Reise zu dir selbst, Namaste!

Yoga im Sitzen
Dienstag, 17. November 2026 | 12:30 – 13:30

Sanfte Yogaübungen im Sitzen fördern Beweglichkeit, Entspannung und Wohlbefinden. Atmung, leichte Dehnungen und Achtsamkeit bringen Körper und Geist in Balance.

Sitzgymnastik
Dienstag, 17. November 2026 | 13:00 – 14:00

Sitzgymnastik, Koordinationsspiele und Meditation

Kreatives Basteln
Dienstag, 17. November 2026 | 13:00 – 16:00

Kreatives Basteln: Lass deiner Fantasie freien Lauf und erschaffe einzigartige Kunstwerke. Gemeinsam gestalten wir kreative Meisterwerke!

Gymnastik Smovey
Dienstag, 17. November 2026 | 14:00 – 15:00

Gymnastik mit den Smovey-Ringen: Bewegung mit Ringen

Tai Chi, Qi Gong & verschiedene Tänze mit Yongli Liu
Dienstag, 17. November 2026 | 14:00 – 16:00

Im ersten Teil erwarten Sie chinesische Konzentrations- und Bewegungsformen zur Kultivierung von Körper und Geist, im zweiten Teil verschiedene Tänze. Anfänger*innen und (Wieder-

Häuser zum Leben | Für die Stadt Wien

LIMA
Dienstag, 17. November 2026 | 14:00 – 15:00

Lebensqualität im Alter - Gedächtnis- und Bewegungstraining miteinander kombiniert.

Yoga im Sitzen
Dienstag, 17. November 2026 | 15:00 – 16:30

Seniors In Motion mit Tanja
Dienstag, 17. November 2026 | 15:30 – 16:30

Bewegung für Körper und Geist

Nordic Walking
Mittwoch, 18. November 2026 | 12:00 – 13:00

Wir walken gemeinsam zum Roten Berg und wirder zum Klub zurück

---

Sitzgymnastik
Mittwoch, 18. November 2026 | 12:00 – 13:00

Entdecke die Welt der Bewegung im Sitzen bei unserer 'Gymnastik im Sitzen'. Sanfte Übungen für alle Altersgruppen, die Körper und Geist beleben!

Line Dance für Fortgeschrittene
Donnerstag, 19. November 2026 | 10:00 – 11:00

Level: Fortgeschrittene. Bitte um Anmeldung!

Kreatives Handarbeiten
Donnerstag, 19. November 2026 | 10:00 – 12:00

Entdecke die Magie der Handarbeit bei "Kreatives Handarbeiten". Stricken, Häkeln und mehr - Lerne neue Techniken und finde Entspannung in der Kreativität!

Häuser zum Leben | Für die Stadt Wien

Line Dance für leicht Fortgeschrittene
Donnerstag, 19. November 2026 | 11:00 – 12:00

Level: leicht Fortgeschrittene. Bitte um Anmeldung!

Sitztanz
Donnerstag, 19. November 2026 | 11:00 – 11:50

Gemeinsam tanzen wir im Sitzen bei Musik und guter Laune!

Sitzyoga
Donnerstag, 19. November 2026 | 15:00 – 16:00

Yoga im Sitzen

Sitz-Yoga mit Anja
Donnerstag, 19. November 2026 | 15:00 – 16:00

Bewegung für Körper und Geist

Line-Dance für alle mit Anja
Donnerstag, 19. November 2026 | 16:00 – 17:00

Bewegung für Körper und Geist

Gymnastik mit Musik
Freitag, 20. November 2026 | 12:00 – 13:00

Wir halten uns fit durch eine Stunde Gymnastik mit Musik und guter Laune. Abwechselnd mit Theraband, Smovy, Matte oder Sessel

---

Sitzyoga
Freitag, 20. November 2026 | 12:00 – 13:00

Leichte geistige und körperliche Übungen auf und mit dem Sessel

---

Häuser zum Leben | Für die Stadt Wien

Gymnastik im Sitzen
Freitag, 20. November 2026 | 13:00 – 14:00

Entdecke die Welt der Bewegung im Sitzen bei unserer 'Gymnastik im Sitzen'. Sanfte Übungen für alle Altersgruppen, die Körper und Geist beleben!

Tischtennis Spielen
Freitag, 20. November 2026 | 13:00 – 17:00

Bewegung für Körper und Geist

Tanz und Spiel mit Elfi
Freitag, 20. November 2026 | 14:30 – 15:30

Ein bunter Mix aus Tanz, Spiel,Spaß, Gedächnistraining und Sprechübungen

---

Mit Einander Tischtennis spielen
Freitag, 20. November 2026 | 15:00 – 16:00

Nordic Walking
Montag, 23. November 2026 | 10:00 – 12:00

Wir gehen mit Nordic Walking Stöcken eine Runde durch den Zentralfriedhof, TrefFpunckt 1.Tor bei der Strassenbahnstation

---

Latino Dance mit Freddy
Montag, 23. November 2026 | 10:00 – 12:00

Lateinamerikanische Musik und verschiedene Tanzstile unter Anleitung von unserem Trainer Freddy.

Herbstspaziergang im Augarten mit Johanna
Montag, 23. November 2026 | 14:00 – 15:00

Bewegung für Körper und Geist

Häuser zum Leben | Für die Stadt Wien

Yoga
Dienstag, 24. November 2026 | 09:00 – 10:30

Entdecke innere Ruhe und körperliche Ausgeglichenheit bei 'Yoga'. Eine Reise zu dir selbst, Namaste!

LIMA
Dienstag, 24. November 2026 | 12:00 – 13:30

Lebensqualität im Alter - Gedächtnistraining

Yoga im Sitzen
Dienstag, 24. November 2026 | 12:30 – 13:30

Sanfte Yogaübungen im Sitzen fördern Beweglichkeit, Entspannung und Wohlbefinden. Atmung, leichte Dehnungen und Achtsamkeit bringen Körper und Geist in Balance.

Gedächtnistraning
Dienstag, 24. November 2026 | 13:00 – 14:00

Gemeinsam trainieren wir unser Gedächtnis.

Gymnastik Smovey
Dienstag, 24. November 2026 | 14:00 – 15:00

Gymnastik mit den Smovey-Ringen: Bewegung mit Ringen

Tai Chi, Qi Gong & verschiedene Tänze mit Yongli Liu
Dienstag, 24. November 2026 | 14:00 – 16:00

Im ersten Teil erwarten Sie chinesische Konzentrations- und Bewegungsformen zur Kultivierung von Körper und Geist, im zweiten Teil verschiedene Tänze. Anfänger*innen und (Wieder-)Einsteiger*innen sind herzlich willkommen!

Disco-Fitnessparty
Dienstag, 24. November 2026 | 15:00 – 17:00

Gemeinsam machen wir eine Disco-Fitnessparty im Klub! Musik, Sport und gute Laune.

Häuser zum Leben | Für die Stadt Wien

Yoga im Sitzen
Dienstag, 24. November 2026 | 15:00 – 16:30

Seniors In Motion mit Tanja
Dienstag, 24. November 2026 | 15:30 – 16:30

Bewegung für Körper und Geist

Nordic Walking
Mittwoch, 25. November 2026 | 12:00 – 13:00

Wir walken gemeinsam zum Roten Berg und wirder zum Klub zurück

---

Gymnastik: Smovey Ringe
Mittwoch, 25. November 2026 | 13:00 – 14:00

Bewegung mit den Smovey Ringen. Übungen, die die Muskeln stärken und die Koordination verbessern!

Line Dance für Fortgeschrittene
Donnerstag, 26. November 2026 | 10:00 – 11:00

Level: Fortgeschrittene. Bitte um Anmeldung!

Kreatives Handarbeiten
Donnerstag, 26. November 2026 | 10:00 – 12:00

Entdecke die Magie der Handarbeit bei "Kreatives Handarbeiten". Stricken, Häkeln und mehr - Lerne neue Techniken und finde Entspannung in der Kreativität!

Line Dance für leicht Fortgeschrittene
Donnerstag, 26. November 2026 | 11:00 – 12:00

Level: leicht Fortgeschrittene. Bitte um Anmeldung!

Häuser zum Leben | Für die Stadt Wien

LIMA
Donnerstag, 26. November 2026 | 13:00 – 14:30

Lebensqualität im Alter, eine Mischung von Gedächtnistraining, Bewegungseinheiten und Rückblicke an damalige Zeiten

---

Sitzyoga
Donnerstag, 26. November 2026 | 15:00 – 16:00

Yoga im Sitzen

Sitz-Yoga mit Anja
Donnerstag, 26. November 2026 | 15:00 – 16:00

Bewegung für Körper und Geist

Line-Dance für alle mit Anja
Donnerstag, 26. November 2026 | 16:00 – 17:00

Bewegung für Körper und Geist

Gymnastik mit Musik
Freitag, 27. November 2026 | 12:00 – 13:00

Wir halten uns fit durch eine Stunde Gymnastik mit Musik und guter Laune. Abwechselnd mit Theraband, Smovy, Matte oder Sessel

---

Sitzyoga
Freitag, 27. November 2026 | 12:00 – 13:00

Leichte geistige und körperliche Übungen auf und mit dem Sessel

---

Tischtennis mit Corona
Freitag, 27. November 2026 | 13:00 – 17:00

Bewegung für Körper und Geist

Häuser zum Leben | Für die Stadt Wien

Glückstraining
Freitag, 27. November 2026 | 13:30 – 15:00

LIMA-Trainerin Heidi Spangl gestaltet mit ihrem "Glückstraining" einen abwechslungsreichen Nachmittag. Es erwartet Sie ein anregender Mix aus Gedächtnistraining, Bewegungsübungen und Musik - und im Anschluss findet ein Austausch mit der bekannten Aquarellistin Ulli Lehecka statt. Bitte um Anmeldung im Klub.

Mit Einander Tischtennis spielen
Freitag, 27. November 2026 | 15:00 – 16:00

Nordic Walking
Montag, 30. November 2026 | 10:00 – 12:00

Wir gehen mit Nordic Walking Stöcken eine Runde durch den Zentralfriedhof, TrefFpunckt 1.Tor bei der Strassenbahnstation

---

Latino Dance mit Freddy
Montag, 30. November 2026 | 10:00 – 12:00

Lateinamerikanische Musik und verschiedene Tanzstile unter Anleitung von unserem Trainer Freddy.

Herbstspaziergang im Augarten mit Johanna
Montag, 30. November 2026 | 14:00 – 15:00

Bewegung für Körper und Geist

Sitztanz
Dienstag, 1. Dezember 2026 | 12:00 – 16:00

Gemeinsam tanzen wir im Sitzen bei Musik und guter Laune!

LIMA
Donnerstag, 3. Dezember 2026 | 13:00 – 14:30

Lebensqualität im Alter, eine Mischung von Gedächtnistraining, Bewegungseinheiten und Rückblicke an damalige Zeiten

Häuser zum Leben | Für die Stadt Wien

Gymnastik mit Musik
Freitag, 4. Dezember 2026 | 12:00 – 13:00

Wir halten uns fit durch eine Stunde Gymnastik mit Musik und guter Laune. Abwechselnd mit Theraband, Smovy, Matte oder Sessel

---

Sitzyoga
Freitag, 4. Dezember 2026 | 12:00 – 13:00

Leichte geistige und körperliche Übungen auf und mit dem Sessel

---

Tanzgymnastik
Sonntag, 6. Dezember 2026 | 13:30 – 14:30

Entdecke die Welt der Bewegung bei unserer 'Gymnastik mit Musik'. Sanfte Übungen für alle Altersgruppen, die Körper und Geist beleben!

Nordic Walking
Montag, 7. Dezember 2026 | 10:00 – 12:00

Wir gehen mit Nordic Walking Stöcken eine Runde durch den Zentralfriedhof, TrefFpunckt 1.Tor bei der Strassenbahnstation

---

Gymnastik mit Musik
Freitag, 11. Dezember 2026 | 12:00 – 13:00

Wir halten uns fit durch eine Stunde Gymnastik mit Musik und guter Laune. Abwechselnd mit Theraband, Smovy, Matte oder Sessel

---

Sitzyoga
Freitag, 11. Dezember 2026 | 12:00 – 13:00

Leichte geistige und körperliche Übungen auf und mit dem Sessel

---

Nordic Walking
Montag, 14. Dezember 2026 | 10:00 – 12:00

Wir gehen mit Nordic Walking Stöcken eine Runde durch den Zentralfriedhof, TrefFpunckt 1.Tor bei

Häuser zum Leben | Für die Stadt Wien

Tanzgymnastik
Montag, 14. Dezember 2026 | 13:30 – 14:30

Entdecke die Welt der Bewegung bei unserer 'Gymnastik mit Musik'. Sanfte Übungen für alle Altersgruppen, die Körper und Geist beleben!

LIMA
Dienstag, 15. Dezember 2026 | 12:00 – 13:30

Lebensqualität im Alter - Gedächtnistraining

LIMA
Donnerstag, 17. Dezember 2026 | 13:00 – 14:30

Lebensqualität im Alter, eine Mischung von Gedächtnistraining, Bewegungseinheiten und Rückblicke an damalige Zeiten

---

Gymnastik mit Musik
Freitag, 18. Dezember 2026 | 12:00 – 13:00

Wir halten uns fit durch eine Stunde Gymnastik mit Musik und guter Laune. Abwechselnd mit Theraband, Smovy, Matte oder Sessel

---

Nordic Walking
Montag, 21. Dezember 2026 | 10:00 – 12:00

Wir gehen mit Nordic Walking Stöcken eine Runde durch den Zentralfriedhof, TrefFpunckt 1.Tor bei der Strassenbahnstation

---

Gedächtnistraning
Montag, 21. Dezember 2026 | 13:00 – 14:00

Gemeinsam trainieren wir unser Gedächtnis.

Nordic Walking
Montag, 28. Dezember 2026 | 10:00 – 12:00

Wir gehen mit Nordic Walking Stöcken eine Runde durch den Zentralfriedhof, TrefFpunckt 1.Tor bei

Disco-Fitnessparty
Dienstag, 29. Dezember 2026 | 15:00 – 17:00

Gemeinsam machen wir eine Disco-Fitnessparty im Klub! Musik, Sport und gute Laune.

LIMA
Donnerstag, 31. Dezember 2026 | 13:00 – 14:30

Lebensqualität im Alter, eine Mischung von Gedächtnistraining, Bewegungseinheiten und Rückblicke an damalige Zeiten

---