

# Veranstaltungen

In den Häusern zum Leben und Pensionist\*innenklubs ist immer was los! Wegen des begrenzten Platzangebotes im Haus bzw. im Klub bitten wir um rechtzeitige Voranmeldung.



## Eiskaffee im Klub

Montag, 27. Juli 2026 | 15:30 – 16:00

Gemeinsam trinken wir einen leckeren Eiskaffee im Klub.

## Klub Meidlinger Hauptstraße 4

Meidlinger Hauptstraße 4 1120 Wien,  
Meidlinger Hauptstraße 4  
01 31399 282141

**gratis**  
**Plätze: unbegrenzt**  
**Einfach vorbeikommen**



## Chor mit Prof. Prado

Montag, 27. Juli 2026 | 16:15 – 17:05

im Seminarraum

## HausKlub Schmelz

Schmelz 1150 Wien,  
Ibsenstraße 1  
+43 1 313 99 1110

**gratis**  
**Plätze: unbegrenzt**



## Line Dance für Anf. Mit Vorkenntnisse und Fortgeschrittene

Montag, 27. Juli 2026 | 16:30 – 17:30

Gemeinsam tanzen wir zu Musik. Level: Anfänger mit Vorkenntnisse und Fortgeschrittene. Wir ersuchen um telefonische Anmeldung!

## Klub+ All in Penzing

Käthe-Dorsch-Gasse 17/1 1140 Wien,  
Käthe-Dorsch-Gasse 17/1  
01 31399 - 284 131

**gratis**  
**Plätze: unbegrenzt**  
**Einfach vorbeikommen**



## Ausflug nach Stubenberg Am See

Dienstag, 28. Juli 2026 | 08:00 – 18:00

**Abfahrtsstellen:** 08:00 Uhr - 10., Troststrasse 17 08:15 Uhr - 10., Quellenstraße Ecke Bernhardstalggasse **Bitte (ganz unten) Menü vorbestellen:** Suppe / Vorspeise:

Frittatensuppe oder Crèmesuppe nach Saison mit Croutons M1: Gebratenes Seehechtfilet mit Zitronen-, Kapernbutter, Petersilienerdäpfel und Gartengemüse M2: Schnitzel gebacken (Freilandschwein) mit Bratäpfel und Salatteller M3: Hausgemachte Käsespätzle mit Röstzwiebel und Salatteller M4: Schopfbraten (Freilandschwein) mit Champignonrahm-Sauce dazu Gemüse-Reis M5: Hausgemachte Spinatlasagne mit fruchtiger Tomatensauce, überbacken mit frischem Parmesan

Mit Ihrer Buchung akzeptieren Sie folgende Bedingungen: Alle Angaben ohne Gewähr, Änderungen und Druckfehler vorbehalten. Termine können aus wichtigen Gründen verschoben oder abgesagt werden. Der Ausflug findet nur bei mindestens 30 Teilnehmenden statt. Bei Stornierung durch Teilnehmende keine Rückerstattung, sofern gesetzlich zulässig. Bitte informieren Sie sich kurz vorab auf unserer Homepage über den aktuellen Status dieses Ausflugs.

## Klub Troststraße 17/7

Stubenberg Am See 8223 Stubenberg am See,  
Buchberg 70  
---

**Preis: 45,00 €**  
**Onlinebuchung oder Buchung im Klub erforderlich**



### Gemeinsam frühstücken

Dienstag, 28. Juli 2026 | 09:00 – 11:00

Preis von 4€ ( 2 Stk Semmel, Butter, Marmelade, Schinken, Käse und Gemüse) Anmeldung im Klub erforderlich

### Klub Gymnasiumstraße 38

Gymnasiumstraße 38 1180 Wien,  
Gymnasiumstraße 38  
01 31399 288 111

**Preis siehe Beschreibung**  
**Um Anmeldung im Klub wird gebeten**



### Frühstück

Dienstag, 28. Juli 2026 | 09:00 – 11:00

Frühstück klein € 2,50 Frühstück groß € 4,00

### Klub Jedlersdorfer Straße 99/19

Jedlersdorfer Straße 99/19 1210 Wien,  
Jedlersdorfer Straße 99/19  
01 / 313 99 291 131

**Preis siehe Beschreibung**  
**Plätze: unbegrenzt**  
**Kostenpflichtig, Preis laut Beschreibung**



### Qi Gong/Tai Chi mit Yongli Liu

Dienstag, 28. Juli 2026 | 09:30 – 10:30

Finde zurück in deine Mitte. In dieser Einheit kombinieren wir sanfte, fließende Bewegungen mit bewusster Atmung. Wir lösen Verspannungen, beruhigen den Geist und stärken sanft den gesamten Körper. Ideal, um den Alltag hinter sich zu lassen und neue Kraft zu tanken. Keine Vorkenntnisse nötig - einfach mitmachen und durchatmen! Jede\*r ist willkommen. **ZUR INFO: Bitte bringen Sie zur Einheit eine Trinkflasche mit. Im Turnsaal bitte keine Straßenschuhe verwenden!**

### Klub+ All in Neubau

Turnsaal des Klub+ All in Neubau am Sophienpark 1070 Wien,  
Apollogasse 19

**gratis**  
**Plätze: unbegrenzt**  
**Einfach vorbeikommen**



### Wohltuender Bewegungsraum - Bitte um Anmeldung!

Dienstag, 28. Juli 2026 | 09:30 – 11:00

Ein Angebot für sanfte Bewegung, Aktivierung und gemeinsames Wohlbefinden. Durch einfache Übungen werden Körperwahrnehmung, Beweglichkeit und Kraft spielerisch gefördert. Gemeinsam entdecken die Teilnehmenden neue Bewegungen und erleben einen entspannten Ausklang für mehr Lebendigkeit und Lebensfreude. Jede Einheit besteht aus einem Warm-up, aktivierenden und kräftigenden Übungen, einem Cool-down sowie einer kurzen gemeinsamen Reflexion. Das Angebot ist auf mindestens vier Wochen ausgelegt und kann je nach Interesse verlängert werden.

### Klub+ All in Neubau

Neubaugürtel 6A 1070 Wien,  
Neubaugürtel 6A; Top 2  
01 313 99 277071

**gratis**  
**Plätze: unbegrenzt**  
**Um Anmeldung im Klub wird gebeten**



### Willkommen im Offenen Atelier

Dienstag, 28. Juli 2026 | 10:00 – 13:00

Ein gemütlicher Ort für alle, die gerne nähen, reparieren oder gemeinsam kreativ sein möchten. Ob ein Knopf fehlt, eine Naht aufgegangen ist oder einfach Lust besteht, zusammen zu nähen: Hier ist Platz für Austausch, Ideen und gemeinsames Arbeiten. Das Atelier richtet sich an alle Näher\*innen - mit oder ohne Erfahrung. Gemeinsam statt allein!

### Klub+ All in Neubau

Neubaugürtel 6A 1070 Wien,  
Neubaugürtel 6A; Top 2  
01 313 99 277071

**gratis**  
**Plätze: unbegrenzt**  
**Einfach vorbeikommen**



#### Kreatives Handarbeiten

Dienstag, 28. Juli 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!

#### Klub Rabengasse 2-10

Rabengasse 2-10 1030 Wien,  
Rabengasse 2-10  
01 31399 273131

gratis  
Plätze: unbegrenzt  
Einfach vorbeikommen



#### MitEinander Smoothie Machen

Dienstag, 28. Juli 2026 | 10:00 – 12:00

Gemeinsam machen wir leckeren Smoothies!

#### Klub+ All in Village3

Ljuba-Welitsch-Promenade 12A/B 1030 Wien,  
Ljuba-Welitsch-Promenade 12A/B  
01 / 313 99 273 121

gratis  
Plätze: unbegrenzt  
Einfach vorbeikommen



#### Miteinander Kartenspielen

Dienstag, 28. Juli 2026 | 10:00 – 17:00

Gespielt wird Rummikub und Bauernschnapsen

#### Klub Wehlstraße 164

Wehlstraße 164 1020 Wien,  
Wehlstraße 164  
01 313 99 272211

gratis  
Plätze: unbegrenzt  
Einfach vorbeikommen



#### Lateinamerikanischer Tanz

Dienstag, 28. Juli 2026 | 10:00 – 12:00

Tanzspaß nach Lust und Laune

#### Klub Alser Straße 71

Alser Straße 71 1080 Wien,  
Alser Straße 71  
01 31399 278131

gratis  
Plätze: unbegrenzt



#### Yin Yoga (Meditation)

Dienstag, 28. Juli 2026 | 10:00 – 11:00

Eine sanfte Meditationseinheit zur Ruhe, inneren Balance und Wohlbefinden

#### Klub+ All in Ottakring

Hofferplatz 3 1160 Wien,  
Hofferplatz 3, Eingang Kirchstetterngasse  
01/31399 286131

gratis  
Plätze: unbegrenzt  
Einfach vorbeikommen



#### Sitz-Yoga mit Anja

Dienstag, 28. Juli 2026 | 10:00 – 11:00

Im Garten vom Haus Augarten

#### Klub Karl-Meißl-Straße 11

im Garten vom Haus Augarten 1200 Wien,  
Rauscherstraße 16

gratis  
Plätze: unbegrenzt  
Einfach vorbeikommen



Häuser  
zum Leben

Für die  
Stadt Wien



#### Line Dance

Dienstag, 28. Juli 2026 | 10:15 – 11:15

Miteinander tanzen mit Musik

#### Klub Gymnasiumstraße 38

Gymnasiumstraße 38 1180 Wien,  
Gymnasiumstraße 38  
01 31399 288 111

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



#### Sitzgymnastik

Dienstag, 28. Juli 2026 | 10:30 – 11:30

Gymnastische Übungen im Sitzen

#### Klub+ All in Essling

Telephonweg 1 1220 Wien,  
Telephonweg 1, Stiege 3, Tür 1A  
01 313 99 292 141

gratis

Plätze: unbegrenzt



#### LIMA (Lebensqualität im Alter)

Dienstag, 28. Juli 2026 | 10:30 – 11:30

Gedächtnis- und Bewegungstraining miteinander  
kombiniert.

#### Klub Meidlinger Hauptstraße 4

Meidlinger Hauptstraße 4 1120 Wien,  
Meidlinger Hauptstraße 4  
01 31399 282141

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



#### Gymnastik für die Finger

Dienstag, 28. Juli 2026 | 10:30 – 11:00

Fingergymnastik

#### Klub Kalvarienberggasse 29

Kalvarienberggasse 29 1170 Wien,  
Kalvarienberggasse 29  
01 313 99287111

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



#### Nordicwalking & Gymnastik in der Hauptallee

Dienstag, 28. Juli 2026 | 10:30 – 12:30

Nordicwalking in der Hauptallee

#### Klub Böcklinstraße 43

Böcklinstraße 43 1020 Wien,  
Böcklinstraße 43  
01 313 99 27 21 11

gratis

Plätze: unbegrenzt



#### Yoga im Sitzen

Dienstag, 28. Juli 2026 | 10:45 – 11:30

Wir machen Sitzyoga! Beim Sitzyoga wird die Flexibilität  
erhöht, verspannte Muskeln gelockert, das Gleichgewicht  
und die Bewegung verbessert. Jede\*r ist willkommen!

#### Klub+ All in Penzing

Käthe-Dorsch-Gasse 17/1 1140 Wien,  
Käthe-Dorsch-Gasse 17/1  
01 31399 - 284 131

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



Die Pensionist\*innen  
Klubs

Für die  
Stadt Wien

Fonds Kuratorium Wiener  
Pensionisten-Wohnhäuser



#### Pilates auf der Matte

Dienstag, 28. Juli 2026 | 11:00 – 12:00

Um Anmeldung im Klub wird gebeten

#### Klub+ Weitblick

Greiseneckergasse 5 1200 Wien,  
Greiseneckergasse 5  
01/ 31399 290201

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



#### Koordinationsübungen und Reihentänze für Anfänger

Dienstag, 28. Juli 2026 | 11:00 – 12:00

Bei dieser Aktivität führen die Teilnehmenden verschiedene Koordinationsübungen aus, die Bewegungsabläufe, Gleichgewicht und Rhythmus schulen. Anschließend wird gemeinsam verschiedene Reihentänze (wie z.B. Line Dance) eingeübt - dadurch werden Körpergefühl, Synchronisation und das Miteinander in der Gruppe gefördert.

#### Klub+ All in Neubau

Turnsaal des Klub+ All in Neubau am Sophienpark 1070 Wien,  
Apollogasse 19

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



#### Senior\*innen unterwegs nach Tribuswinkel

Dienstag, 28. Juli 2026 | 11:00 – 17:00

Einfach zur Abfahrtsstelle kommen und mitfahren: **1200, Brigittaplatz, Kirchenseite Jägerstraße, bei der Haltestelle 5B** Der Fahrtkostenbeitrag für diesen Halbtagesausflug beträgt 10 Euro. Keine Anmeldung notwendig! Sie können direkt im Bus eine Einzelfahrkarte erwerben. Bitte halten Sie dafür das Entgelt abgezählt bereit. Die Konsumationen am Zielort sind selbst zu bezahlen. Bitte um Verständnis: Wir behalten uns vor, bei weniger als 10 zahlenden Personen die Fahrt kurzfristig abzusagen. In Fällen von höherer Gewalt kann das Fahrtziel kurz vor Abfahrt geändert werden.

#### Tribuswinkel

Der Naturlehrpfad im wildromantischen Schlosspark Tribuswinkel ist eine kleine und sehr angenehme Runde. Neben schattigen Plätzen zum Verweilen, bietet er auch einige Informationstafeln, die über die reiche Fauna und Flora im Park erzählen. Im Schlosspark befindet sich auch ein Rindergehege und dahinter geht man Richtung Au entlang der Schwechat. Nach dem Spaziergang haben Sie die Möglichkeit, sich bei einem traditionellen Heurigen in der Umgebung zu stärken.

#### Klub+ Besondere Veranstaltungen

Rebhof Schneider 2523 Tattendorf,  
Badner Straße 1  
.

Preis: 10,00 €

Plätze: unbegrenzt

Abfahrt: 1200, Brigittaplatz, Kirchenseite Jägerstraße, bei der Haltestelle 5B



#### Senior\*innen unterwegs nach Seeschlacht – Wolke7

Dienstag, 28. Juli 2026 | 11:00 – 17:00

Einfach zur Abfahrtsstelle kommen und mitfahren: **1050, Arbeitergasse 45, Pensionist\*innen-Wohnhaus MARGARETEN**

Der Fahrtkostenbeitrag für diesen Halbtagesausflug beträgt 10 Euro. Keine Anmeldung notwendig! Sie können direkt im Bus eine Einzelfahrkarte erwerben. Bitte halten Sie dafür das Entgelt abgezählt bereit.

Die Konsumationen am Zielort sind selbst zu bezahlen. Bitte um Verständnis: Wir behalten uns vor, bei weniger als 10 zahlenden Personen die Fahrt kurzfristig abzusagen. In Fällen von höherer Gewalt kann das Fahrtziel kurz vor Abfahrt geändert werden.

#### Seeschlacht – Wolke7

Unser Ausflug führt uns zum Restaurant „Wolke 7“ in die Seeschlacht. Genießen Sie den herrlichen Ausblick, entspannen Sie im Gastgarten oder machen Sie einen Spaziergang rund um den See. Lassen Sie sich mit regionalen Köstlichkeiten verwöhnen und genießen Sie die ruhige Natur.

#### Klub+ Besondere Veranstaltungen

Erholungsgebiet Seeschlacht 2103 Langenzersdorf,  
Alleestraße

.

**Preis: 10,00 €**

**Plätze: unbegrenzt**

**Abfahrt: 1050, Arbeitergasse 45, Pensionist\*innen-Wohnhaus MARGARETEN**



#### Senior\*innen unterwegs nach Kittsee

Dienstag, 28. Juli 2026 | 11:00 – 17:00

Einfach zur Abfahrtsstelle kommen und mitfahren: **1120, Meidlinger Hauptstraße 4, 11:00 Uhr; 1120, Endergasse 3, 11:15 Uhr**

Der Fahrtkostenbeitrag für diesen Halbtagesausflug beträgt 10 Euro. Keine Anmeldung notwendig! Sie können direkt im Bus eine Einzelfahrkarte erwerben. Bitte halten Sie dafür das Entgelt abgezählt bereit.

Die Konsumationen am Zielort sind selbst zu bezahlen. Bitte um Verständnis: Wir behalten uns vor, bei weniger als 10 zahlenden Personen die Fahrt kurzfristig abzusagen. In Fällen von höherer Gewalt kann das Fahrtziel kurz vor Abfahrt geändert werden.

#### Kittsee

Entdecken Sie das malerische Kittsee im Dreiländereck von Österreich, Ungarn und der Slowakei! Tauchen Sie ein, in die reiche Geschichte, probieren Sie köstliche Marillen direkt vom Baum, besuchen Sie die Alte Burg und das Geburtshaus von Joseph Joachim. Erleben Sie das romantische Schloss Kittsee, die Weinberge sowie die lokale Küche im gemütlichen Gasthaus.

#### Klub+ Besondere Veranstaltungen

Kittsee 2421 Kittsee,  
Zentrum

.

**Preis: 10,00 €**

**Plätze: unbegrenzt**

**Abfahrt: 1120, Meidlinger Hauptstraße 4, 11:00 Uhr; 1120, Endergasse 3, 11:15 Uhr**



**Senior\*innen unterwegs nach Mödling – freier Nachmittag**

Dienstag, 28. Juli 2026 | 11:00 – 17:00

Einfach zur Abfahrtsstelle kommen und mitfahren: **1140, Felbigergasse 81, Pensionist\*innen-Wohnhaus GUSTAV KLIMT**

Der Fahrtkostenbeitrag für diesen Halbtagesausflug beträgt 10 Euro. Keine Anmeldung notwendig! Sie können direkt im Bus eine Einzelfahrkarte erwerben. Bitte halten Sie dafür das Entgelt abgezahlt bereit.

Die Konsumationen am Zielort sind selbst zu bezahlen. Bitte um Verständnis: Wir behalten uns vor, bei weniger als 10 zahlenden Personen die Fahrt kurzfristig abzusagen. In Fällen von höherer Gewalt kann das Fahrtziel kurz vor Abfahrt geändert werden.

**Mödling – freier Nachmittag**

Charmante Altstadt, gemütliche Cafés und ein Hauch von Geschichte – in Mödling lässt sich ein freier Nachmittag entspannt genießen. Spazieren, plaudern, Kaffee und guten Kuchen essen oder einfach die Atmosphäre der Stadt auf sich wirken lassen.

**Klub+ Besondere Veranstaltungen**

Freier Nachmittag 2340 Mödling, Altstadt

**Preis: 10,00 €**

**Plätze: unbegrenzt**

**Abfahrt: 1140, Felbigergasse 81, Pensionist\*innen-Wohnhaus GUSTAV KLIMT**



**Qi Gong**

Dienstag, 28. Juli 2026 | 11:00 – 12:00

Chinesische Meditations-Konzentrations- und Bewegungsform zur Kultivierung von Körper und Geist

**Klub Kalvarienberggasse 29**

Kalvarienberggasse 29 1170 Wien,  
Kalvarienberggasse 29  
01 313 99287111

**gratis**

**Plätze: unbegrenzt**

**Einfach vorbeikommen**



**Yoga**

Dienstag, 28. Juli 2026 | 11:00 – 12:00

Namaste! Ob Sitzyoga oder Mattenyoga, wir werden uns dehnen und entspannen

**Klub+ All in Ottakring**

Hofferplatz 3 1160 Wien,  
Hofferplatz 3, Eingang Kirchstetterngasse  
01/31399 286131

**gratis**

**Plätze: unbegrenzt**

**Einfach vorbeikommen**



**Yoga**

Dienstag, 28. Juli 2026 | 12:00 – 13:00

Yoga auf der Matte! Übungen für Körper und Geist!

**Klub+ All in Penzing**

Käthe-Dorsch-Gasse 17/1 1140 Wien,  
Käthe-Dorsch-Gasse 17/1  
01 31399 - 284 131

**gratis**

**Plätze: unbegrenzt**

**Einfach vorbeikommen**



**Tischtennis**

Dienstag, 28. Juli 2026 | 12:00 – 17:00

Gemeinsam spielen wir Tischtennis!

**Klub Weyringergasse 15-17**

Weyringergasse 15-17 1040 Wien,  
Weyringergasse 15-17  
01 31399 274111

**gratis**

**Plätze: unbegrenzt**

**Einfach vorbeikommen**



#### Tischtennis

Dienstag, 28. Juli 2026 | 12:00 – 16:30

Es zählt zu den Kickback-Sportarten und trägt gut zur Verbesserung der Muskulatur bei.

#### Klub Kinskygasse 16-30 (Inzersdorf)

Kinskygasse 16-30 (Inzersdorf) 1230 Wien,  
Kinskygasse 16-30 (Inzersdorf)  
01 313 99 293 161

gratis

Plätze: unbegrenzt



#### Radfahren

Dienstag, 28. Juli 2026 | 12:00 – 16:30

Um unsere Körper Muskulatur zu trainieren, werden wir Fahrrad fahren.

#### Klub Kinskygasse 16-30 (Inzersdorf)

Kinskygasse 16-30 (Inzersdorf) 1230 Wien,  
Kinskygasse 16-30 (Inzersdorf)  
01 313 99 293 161

gratis

Plätze: unbegrenzt



#### Pilates

Dienstag, 28. Juli 2026 | 12:00 – 13:00

Ganzkörpergymnastik zur Kräftigung von Beckenboden,-  
Bauch- und Rückenmuskulatur!

#### Klub Kalvarienberggasse 29

Kalvarienberggasse 29 1170 Wien,  
Kalvarienberggasse 29  
01 313 99287111

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



#### MitEinander Spazieren

Dienstag, 28. Juli 2026 | 12:00 – 13:30

im Botanischengarten

#### Klub+ All in Village3

Ljuba-Welitsch-Promenade 12A/B 1030 Wien,  
Ljuba-Welitsch-Promenade 12A/B  
01 / 313 99 273 121

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



#### Deutsch für Anfänger\*innen (mindestens A1 Niveau)

Dienstag, 28. Juli 2026 | 12:00 – 13:00

Konversation auf Deutsch

#### Klub+ All in Ottakring

Hofferplatz 3 1160 Wien,  
Hofferplatz 3, Eingang Kirchstetterngasse  
01/31399 286131

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



#### Spielenachmittag

Dienstag, 28. Juli 2026 | 12:00 – 17:00

Gemeinsames Spiel

#### Klub Karl-Meißl-Straße 11

Karl-Meißl-Straße 11 1200 Wien,  
Karl-Meißl-Straße 11  
01 31399 290 111

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



#### Tischtennis

Dienstag, 28. Juli 2026 | 12:30 – 14:30

Tischtennis bietet Bewegung, Spaß und Geselligkeit. Ganz gleich ob Anfänger oder geübter Spieler – alle können mitmachen. Die lockeren Runden fördern die Fitness, halten den Kopf wach und machen in netter Gesellschaft besonders viel Freude. Jede\*r ist willkommen. **ZUR INFO: Bitte bringen Sie zur Einheit eine Trinkflasche mit. Im Turnsaal bitte keine Straßenschuhe verwenden!**

#### Klub+ All in Neubau

Turnsaal des Klub+ All in Neubau am Sophienpark 1070 Wien, Apollogasse 19

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



#### Smovey

Dienstag, 28. Juli 2026 | 13:00 – 13:30

Bewegung mit Smoveyringen

#### Klub Burgersteingasse 1

Burgersteingasse 1 1140 Wien,  
Burgersteingasse 1  
01/ 313 99 284 111

gratis

Plätze: unbegrenzt



#### Spielesachmittag

Dienstag, 28. Juli 2026 | 13:00 – 16:45

Um Anmeldung im Klub wird gebeten

#### Klub+ Weitblick

Greiseneckergasse 5 1200 Wien,  
Greiseneckergasse 5  
01/ 31399 290201

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



#### Wirbelsäulengymnastik

Dienstag, 28. Juli 2026 | 13:00 – 14:00

Mit gezielter Gymnastik und Kräftigungsübungen wird die Wirbelsäule besonders berücksichtigt

#### Klub Breitenfurter Straße 452/1 (Rodaun)

Breitenfurter Straße 452/1 (Rodaun) 1230 Wien,  
Breitenfurter Straße 452/1 (Rodaun)  
01 31399 293221

gratis

Online-Anmeldung nötig



#### Workshop: Tarockspiel - "Königrufen"

Dienstag, 28. Juli 2026 | 13:00 – 16:00

In unserem Workshop erfährst du alles über Tarockkarten und das spannende Kartenspiel "Königrufen". Komm vorbei und lass dich von dem Workshop begeistern!

#### Klub Rabengasse 2-10

Rabengasse 2-10 1030 Wien,  
Rabengasse 2-10  
01 31399 273131

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



#### Kreatives Malen

Dienstag, 28. Juli 2026 | 13:00 – 15:30

Kreatives Malen: Lass deiner Fantasie freien Lauf und erschaffe einzigartige Kunstwerke!

#### Klub+ All in Village3

Ljuba-Welitsch-Promenade 12A/B 1030 Wien,  
Ljuba-Welitsch-Promenade 12A/B  
01 / 313 99 273 121

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



Häuser  
zum Leben

Für die  
Stadt Wien



#### Jazz-Swing Tanz

Dienstag, 28. Juli 2026 | 13:00 – 14:00

Tanzen für Anfänger

#### Klub Alser Straße 71

Alser Straße 71 1080 Wien,  
Alser Straße 71  
01 31399 278131

gratis

Plätze: unbegrenzt



#### Hula-Hoop

Dienstag, 28. Juli 2026 | 13:00 – 14:00

Übungen mit dem Hula-Hoop

#### Klub+ All in Ottakring

Hofferplatz 3 1160 Wien,  
Hofferplatz 3, Eingang Kirchstetterngasse  
01/31399 286131

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



#### Gymnastik mit Theraband

Dienstag, 28. Juli 2026 | 13:30 – 14:30

Gymnastik mit Theraband mit Trainer Matthias

#### Klub Biberhaufenweg 78

Biberhaufenweg 78 1220 Wien,  
Biberhaufenweg 78  
01 31399 292 252

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



#### Sprachcafé: Ukrainisch

Dienstag, 28. Juli 2026 | 13:30 – 14:30

Ungezwungene Unterhaltung in verschiedenen Sprachen

#### Klub Alser Straße 71

Alser Straße 71 1080 Wien,  
Alser Straße 71  
01 31399 278131

gratis

Plätze: unbegrenzt



#### Plauderrunde

Dienstag, 28. Juli 2026 | 14:00 – 15:00

Diskutieren über aktuelle Themen

#### Klub Burgersteingasse 1

Burgersteingasse 1 1140 Wien,  
Burgersteingasse 1  
01/ 313 99 284 111

gratis

Plätze: unbegrenzt



#### Miteinander Kegeln

Dienstag, 28. Juli 2026 | 14:00 – 17:00

Freunde des Kegeln aufgepasst! 'Miteinander Kegeln'  
lädt zum geselligen Wettbewerb ein. Bereite dich auf "Alle  
Neune" und jede Menge Spaß vor!

#### Klub+ Gehörlosenswelt

Wiener Netze 1110 Wien,  
Otto- Herschmann Gasse 6

Preis siehe Beschreibung

Plätze: unbegrenzt

Um Anmeldung im Klub wird gebeten



Die Pensionist\*innen  
Klubs

Für die  
Stadt Wien

Fonds Kuratorium Wiener  
Pensionisten-Wohnhäuser



#### Qi Gong

Dienstag, 28. Juli 2026 | 14:00 – 15:00

Chinesisch Meditations-Konzentrations-und  
Bewegungsform zur Kultivierung von Körper und Geist.

#### Klub Breitenfurter Straße 452/1 (Rodaun)

Breitenfurter Straße 452/1 (Rodaun) 1230 Wien,  
Breitenfurter Straße 452/1 (Rodaun)  
01 31399 293221

gratis  
Online-Anmeldung nötig



#### Gesellschaftsspiele

Dienstag, 28. Juli 2026 | 14:00 – 16:30

Gemeinsam spielen, lachen und Spaß haben

#### Klub Gymnasiumstraße 38

Gymnasiumstraße 38 1180 Wien,  
Gymnasiumstraße 38  
01 31399 288 111

gratis  
Plätze: unbegrenzt  
Einfach vorbeikommen



#### Gesellschaftsspiele und Kaffeekränzchen

Dienstag, 28. Juli 2026 | 14:00 – 17:00

Wir laden Sie herzlich zu einem fröhlichen und geselligen  
Nachmittag mit Brett- und Kartenspielen ein- in  
entspannter Runde und bei einer Tasse Kaffee

#### Klub Herzgasse 15-19

Herzgasse 15-19 1100 Wien,  
Herzgasse 15-19  
01 31399 280 131

gratis  
Plätze: unbegrenzt  
Einfach vorbeikommen



#### Spielenachmittag

Dienstag, 28. Juli 2026 | 14:00 – 17:00

Gemeinsam spielen wir unsere Lieblingsspiele. Jede\*r ist  
willkommen!

#### Klub+ All in Neubau

Neubaugürtel 6A 1070 Wien,  
Neubaugürtel 6A; Top 2  
01 313 99 277071

gratis  
Plätze: unbegrenzt  
Einfach vorbeikommen



#### Tai Chi, Qi Gong & verschiedene Tänze

Dienstag, 28. Juli 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!

#### Klub+ RegenbogenTreff

Gumpendorfer Straße 117 1060 Wien,  
Gumpendorfer Straße 117  
0131399276101

gratis  
Plätze: unbegrenzt  
Einfach vorbeikommen



#### Lachyoga

Dienstag, 28. Juli 2026 | 14:00 – 14:45

Lachyoga kombiniert bewusstes Lachen mit  
Atemübungen, um Stress abzubauen, die Stimmung zu  
heben und das Wohlbefinden zu steigern.

#### Klub Kalvarienberggasse 29

Kalvarienberggasse 29 1170 Wien,  
Kalvarienberggasse 29  
01 313 99287111

gratis  
Plätze: unbegrenzt  
Einfach vorbeikommen



#### Gesellschaftsspiele und Kaffeekränzchen

Dienstag, 28. Juli 2026 | 14:00 – 17:00

Wir laden Sie herzlich zu einem fröhlichen und geselligen Nachmittag mit Brett- und Kartenspielen ein - in entspannter Runde und bei einer Tasse Kaffee.

#### HausKlub Neubau

Neubau 1070 Wien,  
Schottenfeldgasse 25-27  
+43 1 313 99 1300

gratis

Plätze: unbegrenzt



#### Eiskaffee

Dienstag, 28. Juli 2026 | 14:00 – 17:00

Unsere Klubmitarbeiterinnen freuen sich darauf, bei einem Eiskaffee in gemütlicher Runde mit Ihnen plaudern zu dürfen.

#### HausKlub Mariahilf

Mariahilf 1060 Wien,  
Loquaipplatz 5  
+43 1 313 99 1210

Preis siehe Beschreibung

Plätze: unbegrenzt



#### Kreatives Gestalten

Dienstag, 28. Juli 2026 | 14:00 – 17:00

Gestalten Sie mit unseren Klubbetreuerinnen Dekoration zu Themen im Jahreskreis

#### HausKlub Mariahilf

Mariahilf 1060 Wien,  
Loquaipplatz 5  
+43 1 313 99 1210

Preis siehe Beschreibung

Plätze: unbegrenzt



#### Tischfußball

Dienstag, 28. Juli 2026 | 14:00 – 16:00

Tischfußball – auch bekannt als Kickern, Wuzzeln (in Österreich) oder Töggelikasten (in der Schweiz) – ist ein rasantes Geschicklichkeitsspiel, das dem Fußball nachempfunden ist. Auf einem speziellen Tisch bewegen zwei bis vier Spieler kleine Figuren an r

#### Klub+ All in Village3

Ljuba-Welitsch-Promenade 12A/B 1030 Wien,  
Ljuba-Welitsch-Promenade 12A/B  
01 / 313 99 273 121

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



#### Salsa Tanzen

Dienstag, 28. Juli 2026 | 14:00 – 15:00

Bewegungen zu kubanischen Rythmen vermitteln uns Freude pur!

#### Klub+ All in Ottakring

Hofferplatz 3 1160 Wien,  
Hofferplatz 3, Eingang Kirchstetterngasse  
01/31399 286131

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



#### Kunstwerkstatt mit Daksha

Dienstag, 28. Juli 2026 | 14:00 – 16:00

Verbindung verschiedener Kunststyle, 2 EURO/Einheit

#### Klub+ All in Ottakring

Hofferplatz 3 1160 Wien,  
Hofferplatz 3, Eingang Kirchstetterngasse  
01/31399 286131

Preis siehe Beschreibung

Plätze: unbegrenzt

Kostenpflichtig, Preis laut Beschreibung



### Basteln (Anmeldung erbeten)

Dienstag, 28. Juli 2026 | 14:00 – 15:00

Gemeinsame Bastelstunde (Anmeldung erbeten)

### Klub Ahornergasse 11

Ahornergasse 11 1070 Wien,  
Ahornergasse 11  
0131399277131

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



### Tischtennis

Dienstag, 28. Juli 2026 | 14:30 – 16:30

Tischtennis bietet Bewegung, Spaß und Geselligkeit. Ganz gleich ob Anfänger oder geübter Spieler – alle können mitmachen. Die lockeren Runden fördern die Fitness, halten den Kopf wach und machen in netter Gesellschaft besonders viel Freude. Jede\*r ist willkommen.

### Klub+ All in Penzing

Käthe-Dorsch-Gasse 17/1 1140 Wien,  
Käthe-Dorsch-Gasse 17/1  
01 31399 - 284 131

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



### Quiz

Dienstag, 28. Juli 2026 | 14:30 – 15:30

Die Klubbetreuer\*innen stellen kunterbunte Wissensfragen an die Mitspieler\*innen.

### Klub Nobilegasse 33-35/5

Nobilegasse 33-35/5 1150 Wien,  
Nobilegasse 33-35/5  
01 31399 285111

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



### Sommerfest mit Sound of Joy

Dienstag, 28. Juli 2026 | 14:30 – 17:30

Schwungvoller Nachmittag und Taxitänzer\*innen (15€ für externe Gäste, 10€ für Klubkartenbesitzer\*innen)

### Haus Wienerberg

Haus Wienerberg 1100 Wien,  
Neilreichgasse 120  
+43 1 313 99 1250

Preis siehe Beschreibung

Um tel. Anmeldung im Haus wird gebeten



### Sing-Gruppe mit Lia

Dienstag, 28. Juli 2026 | 15:00 – 16:00

Singen macht glücklich - in unserer Singgruppe laden wir alle ein, die Lust am Singen haben und bereit sind, Texte und Lieder zu lernen und ihr musikalisches Wissen und Können zu erweitern.

### HausKlub Gustav Klimt

Gustav Klimt 1140 Wien,  
Felbigergasse 81  
+43 1 313 99 1200

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



### Shuffleboard Spielen

Dienstag, 28. Juli 2026 | 15:00 – 16:00

Shuffleboard ist ein klassisches Präzisionspiel bei dem Scheiben(Pucks) über eine lange, glatte Fläche geschoben werden, um Punkte in markierten Zonen zu erzielen

### Klub Pappelweg 4

Pappelweg 4 1220 Wien,  
Pappelweg 4  
01 313 99 292 181

Preis siehe Beschreibung

Plätze: unbegrenzt



#### **Smoveytraining im Sitzen**

Dienstag, 28. Juli 2026 | 15:00 – 15:45

Ein Ganzkörpertraining mit zwei vibrierenden Ringen für eine bessere Kondition und Muskelaufbau. Im Sitzen.

#### **Klub Liebknechtgasse 32**

Liebknechtgasse 32 1160 Wien,  
Liebknechtgasse 32  
01/31399 286141

**gratis**  
**Plätze: unbegrenzt**  
**Einfach vorbeikommen**



#### **Gesellschaftsspiele**

Dienstag, 28. Juli 2026 | 15:00 – 16:00

Wir spielen zusammen verschiedene Spiele

#### **Klub Albin-Hirsch-Platz 1**

Albin-Hirsch-Platz 1 1110 Wien,  
Albin-Hirsch-Platz 1  
01 313 99 28 11 02

**gratis**  
**Plätze: unbegrenzt**



#### **Qi Gong**

Dienstag, 28. Juli 2026 | 15:00 – 16:00

Chinesische Meditations-, Konzentrations- und Bewegungsform zur Kultivierung von Körper und Geist-

#### **Klub Meidlinger Hauptstraße 4**

Meidlinger Hauptstraße 4 1120 Wien,  
Meidlinger Hauptstraße 4  
01 31399 282141

**gratis**  
**Plätze: unbegrenzt**  
**Einfach vorbeikommen**



#### **Quiz**

Dienstag, 28. Juli 2026 | 15:00 – 16:00

Wer erinnert sich noch?

#### **HausKlub Augarten**

Augarten 1020 Wien,  
Rauscherstraße 16  
+43 1 313 99 1090

**gratis**  
**Plätze: unbegrenzt**



#### **Gartenkonzert - Kultursommer Wien**

Dienstag, 28. Juli 2026 | 15:00 – 16:00

Natasa Mirkovic & Vokalensemble GLAS: Die magische Polyphonie der Balkanregionen

#### **Haus Penzing**

Haus Penzing 1140 Wien,  
Dreyhausenstraße 29  
+43 1 313 99 1100

**gratis**  
**Plätze: unbegrenzt**



#### **Gymnastik im Sitzen**

Dienstag, 28. Juli 2026 | 15:00 – 15:45

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

#### **Klub Kalvarienberggasse 29**

Kalvarienberggasse 29 1170 Wien,  
Kalvarienberggasse 29  
01 313 99287111

**gratis**  
**Plätze: unbegrenzt**  
**Einfach vorbeikommen**



### Technik im Alltag

Dienstag, 28. Juli 2026 | 15:00 – 16:00

Kommen Sie vorbei und schnuppern Sie in die digitale Welt! Ob Anfänger oder schon etwas erfahren, lernen Sie bei einem entspannten Treffen alles, was Sie über Handys, Tablets und Computer wissen müssen. Wir zeigen Ihnen, wie Sie digitale Geräte sicher und mit Spaß nutzen. Dabei bleibt immer Zeit für Fragen und ein gemütlicher Austausch.

### HausKlub Neubau

Neubau 1070 Wien,  
Schottenfeldgasse 25-27  
+43 1 313 99 1300

**gratis**

**Plätze: unbegrenzt**



### Qi Gong

Dienstag, 28. Juli 2026 | 15:00 – 16:00

Finde zurück in deine Mitte. In dieser Einheit kombinieren wir sanfte, fließende Bewegungen mit bewusster Atmung. Wir lösen Verspannungen, beruhigen den Geist und stärken sanft den gesamten Körper. Ideal, um den Alltag hinter sich zu lassen und neue Kraft zu tanken. Keine Vorkenntnisse nötig - einfach mitmachen und durchatmen! Jede\*r ist willkommen. Zur Info: An diesen Tagen ist der Klub nicht durch das Team betreut, daher seid ihr in dieser Zeit eigenständig unterwegs!

### Klub+ All in Penzing

Käthe-Dorsch-Gasse 17/1 1140 Wien,  
Käthe-Dorsch-Gasse 17/1  
01 31399 - 284 131

**gratis**

**Plätze: unbegrenzt**

**Einfach vorbeikommen**



### Gymnastik und Entspannung

Dienstag, 28. Juli 2026 | 15:00 – 16:00

Fit bleiben mit einigen Übungen...das hält jung

### HausKlub Laaerberg

Laaerberg 1100 Wien,  
Ada-Christen-Gasse 3  
+43 1 313 99 1060

**gratis**

**Plätze: unbegrenzt**



### Musiknachmittag

Dienstag, 28. Juli 2026 | 15:00 – 16:00

Genießen Sie den Nachmittagsauftritt von Harry Blümel mit Oldies und Schlager ab 15:00 Uhr im GastHaus.

### HausKlub Maria Jacobi

Maria Jacobi 1030 Wien,  
Würtzlerstraße 25  
+43 1 313 99 1050

**gratis**

**Plätze: unbegrenzt**

**Einfach vorbeikommen**



### Smovey

Dienstag, 28. Juli 2026 | 15:00 – 16:00

Bewegung mit Smoveyringen

### Klub Trauttmansdorffgasse 18

Trauttmansdorffgasse 18 1130 Wien,  
Trauttmansdorffgasse 18  
01 31399 283131

**gratis**

**Plätze: unbegrenzt**



### Bingo

Dienstag, 28. Juli 2026 | 15:00 – 16:00

Spielen Sie mit!!

### HausKlub Rossau

Rossau 1090 Wien,  
Seegasse 11  
+43 1 313 99 1190

**gratis**

**Plätze: unbegrenzt**



#### Gedächtnstraining

Dienstag, 28. Juli 2026 | 15:00 – 16:00

Mit Grips durch den Nachmittag!

#### HausKlub Alszeile

Alszeile 1170 Wien,  
Alszeile 73  
+43 1 313 99 1150

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



#### Konzert mit Marion Meissner

Dienstag, 28. Juli 2026 | 15:00 – 16:00

Musikalischer Genuss im GastHaus mit Marion Meissner,  
Hiromi Landerl und Edi Neversal im GastHaus.

#### HausKlub Am Mühlengrund

Am Mühlengrund 1230 Wien,  
Breitenfurter Str. 269-279  
+43 1 313 99 1260

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



#### Miteinander Spielen: Rummikub

Dienstag, 28. Juli 2026 | 15:00 – 17:00

Wir spielen Gemeinsam Rummikub

#### Klub Alser Straße 71

Alser Straße 71 1080 Wien,  
Alser Straße 71  
01 31399 278131

gratis

Plätze: unbegrenzt



#### Bücherklub

Dienstag, 28. Juli 2026 | 15:00 – 16:00

Heute wird gelesen im HausKlub. Schließen Sie die Augen  
und lassen Sie sich in eine andere Welt entführen! Bei  
Schönwetter findet der HausKlub im Garten statt.

#### HausKlub Liebhartstal

Liebhartstal 1160 Wien,  
Ottakringer Straße 264  
+43 1 313 99 1320

gratis

Plätze: unbegrenzt



#### Seniors in Motion mit Tanja

Dienstag, 28. Juli 2026 | 15:30 – 16:30

Bewegung für Körper und Geist

#### Klub Karl-Meißl-Straße 11

Karl-Meißl-Straße 11 1200 Wien,  
Karl-Meißl-Straße 11  
01 31399 290 111

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



#### Gesichtstraining

Dienstag, 28. Juli 2026 | 15:45 – 16:00

Wir machen zusammen ein kurzes erfrischendes Training  
für das Gesicht, mit Massagebewegungen. Bitte Gesicht  
frei machen.

#### Klub Liebknechtgasse 32

Liebknechtgasse 32 1160 Wien,  
Liebknechtgasse 32  
01/31399 286141

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



#### Bastelgruppe mit Edyta

Dienstag, 28. Juli 2026 | 16:00 – 17:00

Bastelgruppe mit Edyta. Kommen Sie einfach vorbei und machen Sie mit! Unsere kreative Idee wird Sie bestimmt inspirieren.

#### HausKlub Gustav Klimt

Gustav Klimt 1140 Wien,  
Felbigergasse 81  
+43 1 313 99 1200

gratis  
Plätze: unbegrenzt  
Einfach vorbeikommen



#### Sprachcafé

Dienstag, 28. Juli 2026 | 16:00 – 18:00

Gemeinsames Vernetzen im multikulturellen Sprachcafé!  
Jede\*r ist Willkommen - alle Personen, die sich für ein  
ungezwungenes Sprachtraining interessieren.

#### Klub+ All in Penzing

Käthe-Dorsch-Gasse 17/1 1140 Wien,  
Käthe-Dorsch-Gasse 17/1  
01 31399 - 284 131

gratis  
Plätze: unbegrenzt  
Einfach vorbeikommen



#### Nordic Walking

Mittwoch, 29. Juli 2026 | 08:45 – 10:00

Sehr schnelles gehen mit Nordic Walking Stöcken

#### Klub Burgersteingasse 1

48er Platz 1140 Wien,  
Ecke Warwagasse  
131399284111

gratis  
Plätze: unbegrenzt



#### Gemeinsam frühstücken

Mittwoch, 29. Juli 2026 | 09:00 – 11:00

Preis von 4€ ( 2 Stk Semmel, Butter, Marmelade,  
Schinken, Käse und Gemüse) Anmeldung im Klub  
erforderlich

#### Klub Gymnasiumstraße 38

Gymnasiumstraße 38 1180 Wien,  
Gymnasiumstraße 38  
01 31399 288 111

Preis siehe Beschreibung  
Um Anmeldung im Klub wird gebeten



#### Frühstück

Mittwoch, 29. Juli 2026 | 09:00 – 11:00

Frühstück klein € 2,50 Frühstück groß € 4,00

#### Klub Jedlersdorfer Straße 99/19

Jedlersdorfer Straße 99/19 1210 Wien,  
Jedlersdorfer Straße 99/19  
01 / 313 99 291 131

Preis siehe Beschreibung  
Plätze: unbegrenzt  
Kostenpflichtig, Preis laut Beschreibung



#### Kunst-Workshop

Mittwoch, 29. Juli 2026 | 09:30 – 12:30

Malen im Klub

#### Klub Ahornergasse 11

Ahornergasse 11 1070 Wien,  
Ahornergasse 11  
0131399277131

gratis  
Plätze: unbegrenzt  
Einfach vorbeikommen



#### Gymnastikübungen: Morning Drive

Mittwoch, 29. Juli 2026 | 09:30 – 10:30

Mit sanften Bewegungs- und Dehnübungen starten wir gemeinsam aktiv in den Tag. Morning Drive fördert Beweglichkeit, Gleichgewicht und Kreislauf - angepasst an die Bedürfnisse von Senior\*innen und mit viel Freude an der Bewegung. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Jede\*r ist willkommen.

#### Klub+ All in Neubau

Neubaugürtel 6A 1070 Wien,  
Neubaugürtel 6A; Top 2  
01 313 99 277071

gratis  
Plätze: unbegrenzt  
Einfach vorbeikommen



#### Leserunde

Mittwoch, 29. Juli 2026 | 09:30 – 10:30

Eine organisierte, gemeinschaftliche Lektüre eines Buches, bei der sich eine Gruppe von Lesenden über einen festgelegten Zeitraum intensiv über denselben Text austauscht.

#### Klub Kalvarienberggasse 29

Kalvarienberggasse 29 1170 Wien,  
Kalvarienberggasse 29  
01 313 99287111

gratis  
Plätze: unbegrenzt  
Einfach vorbeikommen



#### Latio-Dance

Mittwoch, 29. Juli 2026 | 10:00 – 11:00

Am Wallensteinplatz und bei Schlechtwetter im klub Karl-Meißl-Straße

#### Klub+ Weitblick

Wallensteinplatz 1200 Wien,  
Wallensteinplatz 1  
1 313 99 290201

gratis  
Plätze: unbegrenzt  
Einfach vorbeikommen



#### Salsa

Mittwoch, 29. Juli 2026 | 10:00 – 11:00

Bewegung für Körper und Geist

#### Klub Jedlersdorfer Straße 99/19

Jedlersdorfer Straße 99/19 1210 Wien,  
Jedlersdorfer Straße 99/19  
01 / 313 99 291 131

gratis  
Plätze: unbegrenzt  
Einfach vorbeikommen



#### Nordic Walking

Mittwoch, 29. Juli 2026 | 10:00 – 11:00

Bewegung für Körper und Geist, Treffpunkt im Klub

#### Klub Jedlersdorfer Straße 99/19

Jedlersdorfer Straße 99/19 1210 Wien,  
Jedlersdorfer Straße 99/19  
01 / 313 99 291 131

gratis  
Plätze: unbegrenzt  
Einfach vorbeikommen



#### Vortrag mit Dr. Bahn

Mittwoch, 29. Juli 2026 | 10:00 – 11:30

Vortrag mit Dr. Bahn

#### Klub+ Balance

Grünentorgasse 7/2/1 1090 Wien,  
Grünentorgasse 7/2/1  
01 313 99 279101

gratis  
Plätze: unbegrenzt



**Bewegung im Freien: Nordic Walking**

Mittwoch, 29. Juli 2026 | 10:00 – 11:00

Eine gelenksschonende Ausdauersportart, bei der schnelles Gehen durch den Einsatz von zwei speziell entwickelten Stöcken im diagonalen Rhythmus unterstützt wird.

**Klub Kalvarienberggasse 29**

Kalvarienberggasse 29 1170 Wien,  
Kalvarienberggasse 29  
01 313 99287111

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



**MitEinander Kochen**

Mittwoch, 29. Juli 2026 | 10:00 – 12:00

Gemeinsam machen wir Pfannkuchen!

**Klub+ All in Village3**

Ljuba-Welitsch-Promenade 12A/B 1030 Wien,  
Ljuba-Welitsch-Promenade 12A/B  
01 / 313 99 273 121

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



**Mudra Yoga - Fingerymnastik**

Mittwoch, 29. Juli 2026 | 10:00 – 11:00

Fingerymnastik

**Klub+ All in Ottakring**

Hofferplatz 3 1160 Wien,  
Hofferplatz 3, Eingang Kirchstetterngasse  
01/31399 286131

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen