

Veranstaltungen

Miteinander Plaudern

Freitag, 21. August 2026 | 12:00 – 16:45

Sich entspannt, zwanglos und gemütlich mit jemanden zu unterhalten oder angeregt über banale Dinge zu erzählen

Gymnastik mit Theraband

Freitag, 21. August 2026 | 12:00 – 13:00

Um Anmeldung im Klub wird gebeten

Radfahren

Freitag, 21. August 2026 | 12:00 – 16:00

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

Dart

Freitag, 21. August 2026 | 12:00 – 16:30

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

Spielenachmittag

Freitag, 21. August 2026 | 12:00 – 17:00

Es werden diverse Spiele gespielt wie z.B. Tarock, Bauernschnapsen, Rummikub und vieles mehr.

HERStory: Frauen erzählen ihr Leben

Freitag, 21. August 2026 | 12:00 – 13:30

Ihr seid Zeitzeuginnen privater und gesellschaftlicher Veränderungen. Mich interessiert euer Alltag, welchen Herausforderungen ihr begegnet seid und wie ihr sie gemeistert habt. Ein Erzählkreis nur für Frauen.

Miteinander Tanzen: Jazz- und Swing Tanz für Anfänger*innen

Freitag, 21. August 2026 | 12:00 – 14:00

Wir bewegen uns zu Jazzmusik im lebhaften Swing-Rhythmus! Kräftigt den gesamten Körper (Hüpfen und Beine) und fördert das Gleichgewicht. Anschließend gibt es leichte Gymnastikübungen.

Workshop: Tarockspiel und Bauernschnapsen

Freitag, 21. August 2026 | 12:00 – 17:00

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

Mit Einander Gesellschaftsspiele

Freitag, 21. August 2026 | 12:00 – 17:00

Div. Gemeinschaftsspiele

Miteinander Spielen

Freitag, 21. August 2026 | 12:00 – 14:00

Im Klub stehen verschiedene Karten-, Brett- und Quizspiele zur Auswahl!

Schach + Spielenachmittag

Freitag, 21. August 2026 | 12:00 – 17:00

Gemeinsames Spiel

Smartphoneschulung

Freitag, 21. August 2026 | 12:00 – 14:00

Smartphonebedienung leicht gemacht! Lernen Sie mit uns die Tricks und Kniffe um ihr Smartphone.

Griechisches Sprachcafé

Freitag, 21. August 2026 | 12:00 – 13:00

Konversation auf Griechisch für alle Niveaus zugänglich.

Miteinander Tanzen: Jazz- und Swing Tanz, Anf. u. Fortg.

Freitag, 21. August 2026 | 12:30 – 13:30

Wir bewegen uns zu Jazzmusik im lebhaften Swing-Rhythmus! Kräftigt den gesamten Körper (Hüften und Beine) und fördert das Gleichgewicht. Anschließend gibt es leichte Gymnastikübungen.

Gesellschaftsspiele

Freitag, 21. August 2026 | 12:30 – 16:30

Schach, Rummikub, Karten spielen und vieles mehr. Kommt gerne mit euren Spielpartner*innen vorbei oder auch gern alleine und lernt neue Leute kennen!

Spazieren im Freien

Freitag, 21. August 2026 | 13:00 – 14:00

Bewegung und zusammen spazieren in der Umgebung. Eine Anmeldung ist erforderlich

Eiskaffee

Freitag, 21. August 2026 | 13:00 – 16:00

Miteinander genießen wir am Freitag eine kleine Eiskaffe-Zeit in einer entspannten Atmosphäre .

MitEinander Kochen

Freitag, 21. August 2026 | 13:00 – 14:00

Gemeinsam kochen wir etwas Köstliches im Klub!

Workshop: Tarockspiel - "Königrufen"

Freitag, 21. August 2026 | 13:00 – 16:30

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

Tischtennis Spielen

Freitag, 21. August 2026 | 13:00 – 17:00

Bewegung für Körper und Geist

Tischtennis

Freitag, 21. August 2026 | 13:00 – 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!

Miteinander Tischtennis spielen

Freitag, 21. August 2026 | 13:00 – 16:00

Ping Pong für Sportliche

Smartphone - Stammtisch

Freitag, 21. August 2026 | 13:00 – 14:00

Unterstützung bei der Nutzung von Smartphones

Bingo

Freitag, 21. August 2026 | 13:00 – 14:00

1 Euro/Los

Smartphone Stammtisch

Freitag, 21. August 2026 | 13:00 – 14:30

Gemeinsam machen wir einen Smartphoneworkshop.

Cool Down & Dehnen

Freitag, 21. August 2026 | 13:30 – 14:00

Im Anschluss an Jazz- und Swing Tanz. Mit Iryna

Lachyoga

Freitag, 21. August 2026 | 13:30 – 14:30

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

(AUSGEBUCHT) Spanisch-Kurs für Anfänger*innen

Freitag, 21. August 2026 | 13:30 – 15:00

¡Hola! Dieser Spanischkurs richtet sich an alle Besucher*innen, die eine neue Sprache entdecken oder vorhandene Kenntnisse auffrischen möchten. In angenehmer und entspannter Atmosphäre lernen wir gemeinsam einfache Wörter, nützliche Sätze für den Alltag sowie Wissenswertes über die spanische Kultur. Der Kurs findet ohne Leistungsdruck statt und bietet viel Gelegenheit zum Üben, Lachen und Austausch in der Gruppe. Max. 12 Teilnehmer. Bitte um Anmeldung im Klub!

Tanzen mit Freddy

Freitag, 21. August 2026 | 13:30 – 15:30

Besuchen Sie unseren Tanzkurs mit unseren lieben Trainer Freddy. Lernen Sie lateinamerikanische Tänze im Klub.

Eisparty

Freitag, 21. August 2026 | 14:00 – 16:00

Gemeinsam essen wir Eisbecher. Einfach vorbeikommen und verwöhnen lassen.

Vernissage mit Werken des Mal-Workshops.

Freitag, 21. August 2026 | 14:00 – 16:00

Präsentation der Werke des Malworkshops. Diese Veranstaltung wird durch das Projekt "Nachbarschatz" der Gebietsbetreuung Stadterneuerung für den 22. Bezirk unterstützt.

Gesellschaftsspiele und Kaffeekränzchen

Freitag, 21. August 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.

Dartspielen

Freitag, 21. August 2026 | 14:00 – 16:00

Wir spielen Dart - Jeder Pfeil ein Treffer!

Spielenachmittag

Freitag, 21. August 2026 | 14:00 – 17:00

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

Spielenachmittag

Freitag, 21. August 2026 | 14:00 – 17:00

Wir laden Sie ein zu einem geselligen Nachmittag mit lustigen Brett- und Kartenspielen.

Bingo im Rahmen des Klubbetriebs

Freitag, 21. August 2026 | 14:00 – 15:00

Alle Zahlen in einer Reihe?

Gesellschaftsspiele

Freitag, 21. August 2026 | 14:00 – 16:00

Miteinander spielen

Spielerisches Kaffeeplauscherl

Freitag, 21. August 2026 | 14:00 – 17:00

Genießen Sie ihre Jause und spielen Sie mit den anderen Bewohnern verschiedene Brett, Kartenspiele und am Care table.

Sitzgymnastik

Freitag, 21. August 2026 | 14:00 – 14:30

Bewegung im sitzen in der Gruppe

Tischtennis für alle

Freitag, 21. August 2026 | 14:00 – 16:00

lockeres und entspanntes Tischtennisspiel - keine Vorkenntnisse notwendig

Miteinander Kartenspielen

Freitag, 21. August 2026 | 14:00 – 17:00

Gespielt wird Rummikub und Bauernschnapsen

Sitzyoga

Freitag, 21. August 2026 | 14:00 – 15:00

Yoga im Sitzen

Bingo

Freitag, 21. August 2026 | 14:30 – 15:00

Spiele im Klub (2 Bingoscheine für 1€, Gewinnchance auf kleine Preise)

Miteinander Jausnen

Freitag, 21. August 2026 | 14:30 – 15:00

Lass uns gemeinsam jausnen. Sei dabei und genieße einen Nachmittag in netter Gesellschaft

Jakkolo

Freitag, 21. August 2026 | 14:30 – 16:00

Geschicklichkeitsspiel: Schiebe die Holzscheibe ins Ziel auf dem Sjoelbak!

Gesunde Jause

Freitag, 21. August 2026 | 14:30 – 15:30

Genieße mit uns eine gesunde Jause.

Eiskaffee

Freitag, 21. August 2026 | 14:30 – 15:30

Passend zum Sommer genießen eine köstlich kühle Erfrischung.

Yoga im Sitzen

Freitag, 21. August 2026 | 15:00 – 16:00

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

Darts

Freitag, 21. August 2026 | 15:00 – 16:00

Wurfspiel mit Pfeilen

Smovey

Freitag, 21. August 2026 | 15:00 – 16:00

Diese Übung sorgt für eine ausgewogene Wirkung auf die Muskulatur, hilft beim Fettabbau und löst gleichzeitig Verspannungen.

QUIZ mit Tania!

Freitag, 21. August 2026 | 15:00 – 16:30

QUIZ mit Tania! Wer die Millionenshow kennt, weiß, worum es geht. Mit viel Spaß und Lächeln spielen wir gemeinsam. Das Quiz findet im kleinen Saal im Erdgeschoss statt. Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

Kreativklub

Freitag, 21. August 2026 | 15:00 – 16:00

Es wird Zeit für etwas Kreativität, kommen Sie vorbei und gestalten Sie mit uns mit!

Tanz im Freien im Sophienpark mit Viktor

Freitag, 21. August 2026 | 15:00 – 16:30

Kubanische Rhythmen unter freiem Himmel! Gemeinsam tanzen wir zu mitreißender Musik, lernen einfache Schritte und genießen Bewegung, Freude und Sommerstimmung. Offen für alle – mit oder ohne Tanzerfahrung.

Wir lesen und Sprechen auf Deutsch mit Ernst

Freitag, 21. August 2026 | 15:00 – 16:00

für Menschen mit nicht-deutscher Muttersprache

Brett- & Kartenspiele

Freitag, 21. August 2026 | 15:00 – 17:00

Es stehen viele verschiedene Spiele zur Verfügung.

Musical in Concert

Freitag, 21. August 2026 | 15:00 – 16:15

Tauchen Sie ein in die phantastische Welt der Musicals. Unsere Klubbetreuer*innen nehmen Sie heute auf eine musikalische Reise mit.

Bingo

Freitag, 21. August 2026 | 15:00 – 16:00

Bingo ist ein Spiel, welches man leicht lernen kann und auch sehr viel Spaß bringt. Der/Die GewinnerIn erhält einen Preis!

Tai Chi

Freitag, 21. August 2026 | 15:00 – 16:00

chinesische Meditations-, Konzentrations- und Bewegungsform zur Kultivierung von Körper und Geist.

Miteinander Spielen: Rummikub

Freitag, 21. August 2026 | 15:00 – 17:00

Wir spielen Gemeinsam Rummikub

Stadt-Land

Freitag, 21. August 2026 | 16:00 – 17:00

Späßige runde Stadt-Land

Verstehen statt verzweifeln-Hilfe für PC & iPhone mit Ernst

Freitag, 21. August 2026 | 16:15 – 16:45

Tipps und Tricks

Tanz aus Fernost

Samstag, 22. August 2026 | 11:00 – 13:00

Entdecken Sie die Welt der fließenden Bewegungen und erleben Sie sanfte Elemente aus dem chinesischen klassischen Tanz, energiegelade mongolische und tibetische Volkstanzbewegungen sowie ausdrucksstarken Bauchtanz.

Chinesischer Drachentanz

Samstag, 22. August 2026 | 11:00 – 13:00

Der Drachentanz ist ein farbenfroher und lebendiger Brauch aus China, der Glück, Stärke und Gemeinschaft symbolisiert. Gemeinsam bewegen wir einen Drachen im Rhythmus der Musik und erleben so ein Stück chinesischer Kultur hautnah. Die Aktivität fördert Bewegung, Koordination und vor allem das Miteinander - denn nur im Team "erwacht" der Drache zum Leben. Vorkenntnisse sind nötig! **Bitte beachten: An diesen Tagen ist der Klub nicht durch das Team betreut, daher seid ihr in dieser Zeit eigenständig unterwegs! ZUR INFO: Bitte bringen Sie zur Einheit eine Trinkflasche mit. Im Turnsaal bitte keine Straßenschuhe verwenden!**

Asiatischer Kulturaustausch

Samstag, 22. August 2026 | 12:00 – 18:00

Wir laden zu einem gemütlichen Beisammensein ein. Bringen Sie jemanden mit, bringen sie gerne etwas zum Essen mit und spielen ihre Lieblingsspiele oder plaudern Sie einfach mit den anderen Besucher*innen. Bitte beachten Sie, dass an diesem Tag keine Betreuerin vor Ort ist - die Teilnahme erfolgt in eigener Verantwortung. Das gemütliche Beisammensein wird von einer asiatischen Community (Ansprechpartner: Herr Teng) organisiert.

Qi Gong/Tai Chi für Anfänger*innen

Samstag, 22. August 2026 | 13:00 – 15:00

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! ZUR INFO: Bitte bringen Sie zur Einheit eine Trinkflasche mit. Im Turnsaal bitte keine Straßenschuhe verwenden!

Würfelpockern

Samstag, 22. August 2026 | 14:00 – 16:00

Ein unterhaltsames Würfelspiel für die ganze Gruppe. Gewürfelt wird reihum, Ziel ist es, bestimmte Kombinationen zu erreichen und Punkte zu sammeln.

Qi Gong

Samstag, 22. August 2026 | 14:00 – 15:00

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

Mitmach-Aktivität: Achtsamkeits- und Meditationsübung

Samstag, 22. August 2026 | 14:00 – 15:00

Die Acht Edlen Übungen sind ruhige Achtsamkeits- und Meditationsübungen aus der buddhistischen Tradition. Sie fördern Entspannung, innere Ruhe und Konzentration und unterstützen dabei, Stress abzubauen und mehr Gelassenheit im Alltag zu finden. Bitte beachten Sie, dass an diesem Tag keine Betreuerin vor Ort ist - die Teilnahme erfolgt in eigener Verantwortung. Die Übungen werden von unserer ehrenamtlichen Mitarbeiterin Frau Zhuofeng organisiert. Es handelt sich um eine gemeinsame Mitmach-Aktivität ohne Anleitung oder Kursleitung. Vorkenntnisse in Achtsamkeits- oder Meditationsübungen sind daher von Vorteil. Max. 12 Teilnehmer*innen.

Qi Gong Team Training für Fortgeschrittene

Samstag, 22. August 2026 | 15:00 – 17:00

Gemeinsames Qi Gong Training für Besucher*innen, die gerne Trainingseinheiten mit anderen absolvieren oder gemeinsam anleiten möchten. Sanfte Übungen fördern Balance, Wohlbefinden, Austausch und ein harmonisches Miteinander. 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! ZUR INFO: Bitte bringen Sie zur Einheit eine Trinkflasche mit. Im Turnsaal bitte keine Straßenschuhe verwenden!

Tischtennis

Samstag, 22. August 2026 | 17:00 – 20:00

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.

Tanz aus Fernost

Sonntag, 23. August 2026 | 11:00 – 13:00

Entdecken Sie die Welt der fließenden Bewegungen und erleben Sie sanfte Elemente aus dem chinesischen klassischen Tanz, energiegelade mongolische und tibetische Volkstanzbewegungen sowie ausdrucksstarken Bauchtanz.

Asiatischer Kulturaustausch

Sonntag, 23. August 2026 | 12:00 – 18:00

Wir laden zu einem gemütlichen Beisammensein ein. Bringen Sie jemanden mit, bringen sie gerne etwas zum Essen mit und spielen ihre Lieblingsspiele oder plaudern Sie einfach mit den anderen Besucher*innen. Bitte beachten Sie, dass an diesem Tag keine Betreuerin vor Ort ist - die Teilnahme erfolgt in eigener Verantwortung. Das gemütliche Beisammensein wird von einer asiatischen Community (Ansprechpartner: Herr Teng) organisiert.

Qi Gong

Sonntag, 23. August 2026 | 14:00 – 15:00

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

Ausflug nach Stubenberg Am See

Montag, 24. August 2026 | 08:00 – 18:00

Abfahrtsstellen: 08:00 Uhr - 10., Wienerbergstraße 7 vor Holiday Inn 08:15 Uhr - 10., Laaerbergstraße 166 **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.

Frühstück

Montag, 24. August 2026 | 09:00 – 11:00

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

Miteinander Nordic Walking

Montag, 24. August 2026 | 09:30 – 10:30

Für sportlich aktive Seniorinnen. Nur bei trockenem Wetter!

MitEinander Frühstücken

Montag, 24. August 2026 | 09:30 – 10:30

gemeinsames Frühstück-mit vorheriger Anmeldung verbunden

Sitzgymnastik

Montag, 24. August 2026 | 09:30 – 10:30

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

Nähworkshop für Anfänger*innen

Montag, 24. August 2026 | 09:30 – 12:00

Sie wollten schon immer nähen lernen oder Ihre ersten Schritte an der Nähmaschine machen? In diesem Workshop entdecken Anfänger*innen die Grundlagen des Nähens. lernen wir die Grundlagen des Nähens und den Umgang mit der Nähmaschine - vom Einfädeln bis zu einfachen Stichen und kleinen Nähtechniken. Eigene einfache Projekte können mit Unterstützung umgesetzt werden. Bitte bringen sie eigene Stoffe mit! Materialien können nach Absprache auch gegen einen Kostenbeitrag von 3,50 € bereitgestellt werden.

Line Tanz (für Fortgeschrittene)

Montag, 24. August 2026 | 09:30 – 11:00

Tanz zu Country-Musik

Gymnastik mit den Smovey-Ringen

Montag, 24. August 2026 | 10:00 – 11:00

Um Anmeldung im Klub wird gebeten

Line Dance für Anfänger

Montag, 24. August 2026 | 10:00 – 11:00

Rhythmische Tänze, die die kognitive Funktion verbessern

Sitz-Tanz-Gymnastik

Montag, 24. August 2026 | 10:30 – 11:30

Sitzgymnastik mit Musik! Leichte Übungen für Arme und Hände, Rücken und Bauch.

Miteinander Trommeln

Montag, 24. August 2026 | 11:00 – 12:00

Wir lernen verschiedene Rythmen und Trommeln auch bei verschiedenen Veranstaltung.

Miteinander Nachrichten hören

Montag, 24. August 2026 | 11:00 – 12:00

Smovey

Montag, 24. August 2026 | 11:00 – 11:30

Leichtes Training mit den Ringen

Latino Fitness

Montag, 24. August 2026 | 11:00 – 12:00

Latino Fitness (oft auch Latin Dance Fitness oder Zumba genannt) ist ein energiegeladenes Tanz-Workout. Es kombiniert lateinamerikanische Tänze—wie Salsa, Merengue, Bachata und Reggaeton - mit klassischen Aerobic- und Fitnessübungen. Im Vordergrund steht

Senior*innen unterwegs nach Seeschlacht – Wolke7

Montag, 24. August 2026 | 11:00 – 17:00

Einfach zur Abfahrtsstelle kommen und mitfahren: **1110, Simmeringer Platz/Hasenleitengasse, bei den Bussen**

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.

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.

Senior*innen unterwegs nach Tribuswinkel

Montag, 24. August 2026 | 11:00 – 17:00

Einfach zur Abfahrtsstelle kommen und mitfahren: **1190, Heiligenstadt/U-Bahnstation** Der Fahrtkostenbeitrag für diesen Halbtagesausflug beträgt 10 Euro. Keine Anmeldung notwendig! Sie können direkt im Bus eine Einzelfahrkarte erwerben. Bitte halten Sie dafür das Entgeld 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.

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.

Senior*innen unterwegs nach Seeschlacht – Langenzersdorf (aktualisiert)

Montag, 24. August 2026 | 11:00 – 17:00

Korrektur: Statt laut Katalog "Orth an der Donau" fahren wir nach Seeschlacht – Langenzersdorf.

Einfach zur Abfahrtsstelle kommen und mitfahren: **1230, Gatterederstraße 12, Pensionist*innen-Wohnhaus ATZGERSDORF** Der Fahrtkostenbeitrag für diesen Halbtagesausflug beträgt 10 Euro. Keine Anmeldung notwendig! Sie können direkt im Bus eine Einzelfahrkarte erwerben. Bitte halten Sie dafür das Entgeld 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.

Seeschlacht – Langenzersdorf

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.

Line Dance für Fortgeschrittene

Montag, 24. August 2026 | 11:00 – 12:00

Rhythmische Tänze, die die kognitive Funktion verbessern

Jazz-Modern Dance 60+

Montag, 24. August 2026 | 11:45 – 12:45

beim Tanzen in ruhigem Tempo fördern wir Beweglichkeit, Koordination, Gleichgewicht und Wohlbefinden

Tischtennis

Montag, 24. August 2026 | 12:00 – 16:30

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

Tarock im Klub

Montag, 24. August 2026 | 12:00 – 17:00

Tarockierer*innen treffen sich zusammen zum gemeinsamen Kartenspielen

Tischtennis

Montag, 24. August 2026 | 12:00 – 17:00

Gemeinsam spielen wir Tischtennis!

Gymnastik mit den Smovey-Ringen

Montag, 24. August 2026 | 12:00 – 12:30

Bewegung mit Ringen - Übungen, die die Muskeln stärken und die Koordination verbessern!

Gymnastik

Montag, 24. August 2026 | 12:00 – 13:00

Sitzgymnastik, Koordinationsspiele u. Meditation

Tanzen mit den Smovey-Ringen

Montag, 24. August 2026 | 12:00 – 12:30

Bewegung mit Musik



Häuser
zum Leben

Für die
Stadt Wien

Gesellschaftsspiele

Montag, 24. August 2026 | 12:00 – 17:00

Gemeinsames Spiel und Spass

Yoga auf der Matte

Montag, 24. August 2026 | 12:00 – 12:50

Sanfte Bewegungsabläufe kombiniert mit tiefer Atmung



Die Pensionist*innen
Klubs

Für die
Stadt Wien