

# 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.



## Regenbogentreff: Regenbogenquiz

Montag, 13. Juli 2026 | 13:00 – 15:00

Teste dein Wissen rund um LGBTIQ+ beim nächsten RegenbogenTreff – informativ, spielerisch und mit viel Spaß! Haben Sie Lust, aus Ihrem Leben zu erzählen? Alle Lebens- und Liebesweisen sind willkommen! Wir freuen uns auf euch!

## Klub+ RegenbogenTreff

Gumpendorfer Straße 117 1060 Wien,  
Gumpendorfer Straße 117  
0131399276101

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



## Stadt Land Fluss

Montag, 13. Juli 2026 | 13:00 – 14:00

"Stadt Land Fluss" fördert die Kreativität, das Allgemeinwissen und schnelles Denken auf spielerischer Art & Weise.

## Klub Kalvarienberggasse 29

Kalvarienberggasse 29 1170 Wien,  
Kalvarienberggasse 29  
01 313 99287111

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



## Latin-Tanz mit Freddy (Salsa, Merengue, Bachata)

Montag, 13. Juli 2026 | 13:00 – 15:00

Latin-Tanz

## Klub Böcklinstraße 43

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

**gratis**  
**Plätze: unbegrenzt**



## LIMA Café (abgesagt)

Montag, 13. Juli 2026 | 13:00 – 13:30

Lebensqualität im Alter. Gedächtnistraining und Bewegungstraining miteinander kombiniert!

## Klub+ All in Penzing

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

**Leider Abgesagt!**



### Wine & Art Event

Montag, 13. Juli 2026 | 13:00 – 16:00

Lassen Sie sich von unserem künstlerischen Event begeistern!

### Klub+ All in Village3

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

**Preis: 2,00 €**

**Plätze: unbegrenzt**

**Kostenpflichtig, Preis laut Beschreibung**



### Kräftigungs- und Mobilitätstraining

Montag, 13. Juli 2026 | 13:00 – 14:00

Spezielle Übungen für Bewegungssicherheit im Alltag.

### Klub Weyringergasse 15-17

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

**gratis**

**Plätze: unbegrenzt**



### Tanznachmittag mit Johannes Junior

Montag, 13. Juli 2026 | 13:00 – 16:00

Musik und Tanz. Es gibt genügend Plätze. Jeder ist herzlich Willkommen

### Klub Wehlistraße 164

Wehlistraße 164 1020 Wien,  
Wehlistraße 164  
01 313 99 272211

**gratis**

**Plätze: unbegrenzt**

**Einfach vorbeikommen**



### Bewegungs Training

Montag, 13. Juli 2026 | 13:00 – 14:00

Fitness Übungen in der Gruppe

### Klub Alser Straße 71

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

**gratis**

**Plätze: unbegrenzt**



### (ABGESAGT) Lateinamerikanische Sopotänze für Anfänger\*innen

Montag, 13. Juli 2026 | 13:30 – 14:30

Lateinamerikanische Sopotänze verbindet rhythmische Bewegungen zu Musik wie Samba, Rumba oder Cha-Cha-Cha. Er ist ideal für Menschen ab 60+, da im eigenen Tempo getanzt wird. Der Tanz fördert Beweglichkeit, Gleichgewicht, Herz-Kreislauf-Fitness, Koordination sowie Gedächtnis, hebt die Stimmung und reduziert Stress. Jede\*r ist willkommen.

### Klub+ All in Neubau

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

**Leider Abgesagt!**



### Workshop: Trittsicher

Montag, 13. Juli 2026 | 13:30 – 15:30

Ein Workshop zu dem Thema Tritt sicher sein

### Klub+ Balance

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

gratis



### LIMA Einheit (abgesagt)

Montag, 13. Juli 2026 | 13:30 – 14:30

Lebensqualität im Alter. Gedächtnistraining und  
Bewegungstraining miteinander kombiniert!

### Klub+ All in Penzing

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

Leider Abgesagt!



### Bingo

Montag, 13. Juli 2026 | 14:00 – 15:00

Spiele mit Zufallszahlen ein Bingo Los kostet 1 Euro

### Klub Biberhaufenweg 78

Biberhaufenweg 78 1220 Wien,  
Biberhaufenweg 78  
01 31399 292 252

Preis: 1,00 €

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



### Yoga im Sitzen

Montag, 13. Juli 2026 | 14:00 – 15:00

Bewegung für Körper und Geist

### Klub Gymnasiumstraße 38

Gymnasiumstraße 38 1180 Wien,  
Gymnasiumstraße 38  
01 31399 288 111

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



### Kingschalenmeditation

Montag, 13. Juli 2026 | 14:00 – 15:00

Mit ein wenig Übung ,führt die Meditation mit Klangscha-  
len zu tiefer Entspannung für 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



### Basteln

Montag, 13. Juli 2026 | 14:00 – 16:00

Wir basteln zusammen

### Klub Albin-Hirsch-Platz 1

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

gratis

Plätze: unbegrenzt

**Spielenachmittag**

Montag, 13. 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****Stadt Land Fluss**

Montag, 13. Juli 2026 | 14:00 – 15:00

Stadt Land Fluss fördert die Kreativität, das Allgemeinwissen und schnelles Denken auf spielerischer Art & Weise.

**Klub Rabengasse 2-10**

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

**gratis****Plätze: unbegrenzt****Einfach vorbeikommen****Vortrag: Fit durch den Sommer-Heiße Tage,kühler Kopf**

Montag, 13. Juli 2026 | 14:00 – 15:30

Gemeinsam hören wir uns einen Vortrag von den Community Nurses an.

**Klub Kalvarienberggasse 29**

Kalvarienberggasse 29 1170 Wien,  
Kalvarienberggasse 29  
01 313 99287111

**gratis****Plätze: unbegrenzt****Einfach vorbeikommen****Miteinander Kegeln - Sommerpause!**

Montag, 13. Juli 2026 | 14:00 – 17:00

Wir kegeln im Haus Tamariske - Bitte um Anmeldung im Klub!

**Klub Melangasse 1/88**

Haus Tamariske 1220 Wien,  
Zschokkegasse 89  
01 313 99 292 161

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

Montag, 13. Juli 2026 | 14:00 – 15:00

Salzgrotte

**Klub Böcklinstraße 43**

Untere Viaduktgasse 6 1030 Wien,  
Untere Viaduktgasse 6

**gratis****Plätze: unbegrenzt**



Häuser  
zum Leben



Für die  
Stadt Wien



#### Gesellschaftsspiele und Kaffeekränzchen

Montag, 13. 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**



#### Bingo

Montag, 13. Juli 2026 | 14:00 – 16:00

Nehmen Sie teil am beliebten Spiel und sichern Sie sich tolle Preise – Schönes und Nützliches wartet auf Sie!  
Unkostenbeitrag pro Spielkarte: 1 Euro

#### HausKlub Mariahilf

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

**Preis siehe Beschreibung**

**Plätze: unbegrenzt**



#### Sommerspaziergang im Augarten mit Rosa

Montag, 13. Juli 2026 | 14:00 – 15:00

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**



#### Bingo

Montag, 13. Juli 2026 | 14:30 – 15:30

Pro Bingoschein 1€. Die Mitspieler\*innen haben die Chance schöne Preise zugewinnen.

#### Klub Nobilegasse 33-35/5

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

**Preis siehe Beschreibung**

**Plätze: unbegrenzt**

**Details siehe Beschreibung**



#### Bingo

Montag, 13. Juli 2026 | 14:30 – 15:30

Spiel mit Zufallszahlen. Ein Bingo - Los kostet € 1,00

#### Klub Trauttmansdorffgasse 18

Trauttmansdorffgasse 18 1130 Wien,  
Trauttmansdorffgasse 18  
01 31399 283131

**gratis**

**Plätze: unbegrenzt**



Die Pensionist\*innen  
Klubs



Für die  
Stadt Wien

Fonds Kuratorium Wiener  
Pensionisten-Wohnhäuser



### BINGO

Montag, 13. Juli 2026 | 15:00 – 16:00

BINGO – das Lieblingsspiel von allen! Kommen Sie vorbei und spielen Sie mit. Natürlich warten auf die Gewinner tolle Preise.

### HausKlub Gustav Klimt

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

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



### Line Dance für Anfänger\*innen mit Vorkenntnisse

Montag, 13. Juli 2026 | 15:00 – 16:00

Gemeinsam tanzen wir zu Musik. Level: Anfänger\*innen mit Vorkenntnisse. 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



### Smovey

Montag, 13. Juli 2026 | 15:00 – 16:00

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

### Klub Kinskygasse 16-30 (Inzersdorf)

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

gratis

Plätze: unbegrenzt



### Tischtennis

Montag, 13. Juli 2026 | 15:00 – 17:00

Gemeinsam Tischtennis spielen

### HausKlub Margareten

Margareten 1050 Wien,  
Arbeitergasse 45  
+43 1 313 99 1280

gratis

Einfach vorbeikommen



### Gartenkonzert - Kultursommer Wien

Montag, 13. Juli 2026 | 15:00 – 16:00

Banda Yala: Rebétiko - Urbane Klänge Griechenlands

### Haus Rossau

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

gratis

Plätze: unbegrenzt

Um tel. Anmeldung im Haus wird gebeten



### Malklub mit Christine

Montag, 13. Juli 2026 | 15:00 – 18:00

Malklub

### Klub Böcklinstraße 43

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

gratis

Plätze: unbegrenzt



### Bingo

Montag, 13. Juli 2026 | 15:00 – 16:00

Versuchen Sie Ihr Glück bei dem beliebten Spiel und verbringen Sie mit uns einen lustigen Nachmittag!

### HausKlub Neubau

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

gratis

Plätze: unbegrenzt



### Kreatives Gestalten

Montag, 13. Juli 2026 | 15:00 – 17:00

Basteln, Malen, Gestalten ... wir freuen uns immer über kreative Gäste mit neuen Ideen!

### HausKlub Laaerberg

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

gratis

Plätze: unbegrenzt



### Bingo im Klub

Montag, 13. Juli 2026 | 15:00 – 16:00

Kommen Sie zum Bingo von 15:00 bis 16:00 Uhr im kleinen Saal.

### HausKlub Maria Jacobi

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

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



### Yoga im Sitzen

Montag, 13. Juli 2026 | 15:00 – 16:00

Sitz Yoga kann helfen die Flexibilität zu verbessern, Nackensretch, Schulter rollen, ect.

### Klub Trauttmansdorffgasse 18

Trauttmansdorffgasse 18 1130 Wien,  
Trauttmansdorffgasse 18  
01 31399 283131

gratis

Plätze: unbegrenzt



### Kultursommer-Gartenkonzert

Montag, 13. Juli 2026 | 15:00 – 16:00

Gartenkonzert mit Banda Yala und Rebetiko

### HausKlub Rossau

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

gratis



### Kegelklub

Montag, 13. Juli 2026 | 15:00 – 16:00

Beim Kegeln ist viel Geschick gefragt. Räumen Sie heute ab!

### HausKlub Alszeile

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

**gratis**

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



### EDV-Beratung

Montag, 13. Juli 2026 | 15:00 – 17:00

Hilfe mit der nervigen EDV

### Klub Alser Straße 71

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

**gratis**

**Plätze: unbegrenzt**



### Schach für Anfänger

Montag, 13. Juli 2026 | 15:00 – 16:00

Schach lernen und spielen

### Klub Alser Straße 71

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

**gratis**

**Plätze: unbegrenzt**



### Stadt-Land-Fluss

Montag, 13. Juli 2026 | 15:00 – 16:00

Dieses Spiel ist beliebt bei Jung und Alt. Machen Sie mit und testen Sie Ihr Allgemeinwissen. Wir wünschen Ihnen viel Spaß!

### HausKlub Liebhartstal

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

**gratis**

**Plätze: unbegrenzt**



### Minigolf

Montag, 13. Juli 2026 | 15:15 – 17:00

Spiel und Spaß erwarten dich bei 'Mini Golf' im Böhmischem Prater! Komm und erlebe unterhaltsame Stunden mit uns! Nur bei Schönwetter!

### Klub+ Gehörlosenwelt

Böhmischer Prater 1100 Wien,  
Laaer Wald 36

**Preis: 8,00 €**

**Plätze: unbegrenzt**

**Um Anmeldung im Klub wird gebeten**



Häuser  
zum Leben

Für die  
Stadt Wien



### Yoga

Montag, 13. Juli 2026 | 15:30 – 16:30

Fördert Flexibilität, Kraft und Ausdauer

### Klub Weimarer Straße 8-10

Cooler Zone 1180 Wien,  
Martinstraße 100

gratis

Plätze: unbegrenzt



### Line Dance für Anf. Mit Vorkenntnisse und Fortgeschrittene

Montag, 13. 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 Bad Waltersdorf Ost-Stmk., Harter Teichschenke

Dienstag, 14. Juli 2026 | 08:00 – 18:00

**Abfahrtsstelle:** 08:00 Uhr - 05., Arbeitergasse 45 (Haus Margareten)

#### **Bitte (ganz unten) Menü vorbestellen:**

Suppe / Vorspeise: Tagessuppe

M1: Wienerschnitzel mit Reis und Salat

M2: Schweinsbraten mit Reis und Salat

M3: Gegrillte Hähnchenbrust mit Reis und Salat

M4: Gemüselaibchen mit Pommes und Salat

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 Castelligasse 3/2 (Gartengasse)

Bad Waltersdorf Ost-Stmk., Harter Teichschenke 8272 Großhart,  
Nr. 179

---

Preis: 45,00 €

Onlinebuchung oder Buchung im Klub erforderlich



Die Pensionist\*innen  
Klubs

Für die  
Stadt Wien

Fonds Kuratorium Wiener  
Pensionisten-Wohnhäuser



Häuser  
zum Leben

Für die  
Stadt Wien



#### Ausflug nach Lunz Am See, Haus Der Wildnis

Dienstag, 14. Juli 2026 | 08:00 – 18:00

**Abfahrtsstellen:** 08:00 Uhr - 06., Loquaipplatz/Liniengasse  
08:15 Uhr - 07., Stollgasse 2A 08:30 Uhr - 08.,  
Albertgasse 35 **Bitte (ganz unten) Menü vorbestellen:**  
Suppe / Vorspeise: Kräftige Rindsuppe mit Grießnockerl  
M1: Gedünsteter Rostbraten mit Serviettenknödel,  
Schwammerlsauce und Sauerrahm M2: Knusprig  
gebackenes Schweinsschnitzel mit Petersilerdäpfel und  
gemischtem Salat M3: Lunzer Spinatknödel mit  
Gemüsestreifen, gehobeltem Parmesan, würzigem  
Tomatenragout und Salbei Dessert: Joghurtcreme mit  
Früchten

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+ All in Neubau

Lunz Am See, Haus Der Wildnis 3293 Lunz/See,  
Seepromenade 11

---

**Preis: 45,00 €**

**Onlinebuchung oder Buchung im Klub erforderlich**



#### Ausflug nach Spitz a. d. Donau, Wachau Schifffahrt

Dienstag, 14. Juli 2026 | 08:00 – 18:00

**Abfahrtsstellen:** 08:00 Uhr - 23., Rudolf-Zeller-Gasse 58  
08:15 Uhr - 23., Perchtoldsdorferstr. 1 **Bitte (ganz unten)**  
**Menü vorbestellen:** Suppe / Vorspeise: Frittatensuppe  
oder Saisonale Gemüsesuppe mit Einlage M1: Wiener  
Schnitzel vom Huhn mit Erdäpfel-Gurkensalat und  
Preiselbeeren M2: Ricottaravioli mit Basilikumpesto M3:  
Glutenfrei: Hühnerschnitzel, Erdäpfel-Gurkensalat,  
Preiselbeeren Dessert: Saisonaler Obstkuchen oder  
Gemischtes Eis oder Guglhupf glutenfrei

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 Rudolf-Zeller-Gasse 58-60/10 (Mauer)

Spitz a. d. Donau, Wachau Schifffahrt 3313 Wallsee,  
Ufer 15

---

**Preis: 45,00 €**

**Onlinebuchung oder Buchung im Klub erforderlich**



#### Gemeinsam frühstücken

Dienstag, 14. 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**



Die Pensionist\*innen  
Klubs

Für die  
Stadt Wien

Fonds Kuratorium Wiener  
Pensionisten-Wohnhäuser

**Frühstück**

Dienstag, 14. 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****Kreatives Malen: Mandala**

Dienstag, 14. Juli 2026 | 09:30 – 11:00

Mandala malen im Klub!

**Klub Kalvarienberggasse 29**Kalvarienberggasse 29 1170 Wien,  
Kalvarienberggasse 29  
01 313 99287111**gratis****Plätze: unbegrenzt****Einfach vorbeikommen****Qi Gong/Tai Chi mit Yongli Liu**

Dienstag, 14. 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**