

Veranstaltungen

MitEinander Trommeln

Freitag, 4. September 2026 | 09:45 – 11:00

Es werden mit der Technik "Hand to Hand" gemeinsam einfache Rhythmen erlernt.

Wiener Vintage Chor

Freitag, 4. September 2026 | 09:45 – 12:00

Es wird gesungen und geprobt für Auftritte, falls Sie die Wiener Vintage live miterleben möchten, dann schauen Sie im Klub vorbei.

Line Dance

Freitag, 4. September 2026 | 10:00 – 11:00

Am Wallensteinplatz und bei Schlechtwetter im klub Greiseneckergasse5

Radfahren

Freitag, 4. September 2026 | 10:00 – 11:00

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

Yoga

Freitag, 4. September 2026 | 10:00 – 11:00

Yoga auf der Matte !Übungen für Körper und Geist! (BITTE MATTE SELBST MITNEHMEN)

Gymnastik mit Bianca

Freitag, 4. September 2026 | 10:00 – 11:00

Stärkung verschiedener Muskelgruppen durch verschiedene Übungen

Latino Dance mit Freddy (generationenübergreifend)

Freitag, 4. September 2026 | 10:00 – 12:00

Lateinamerikanische Musik und verschiedene Tanzstile unter Anleitung von unserem Trainer

Latino Dance mit Yuri

Freitag, 4. September 2026 | 10:00 – 12:00

Lernen wir gemeinsam mit Yuri mitreißende lateinamerikanische Tänze

(ABGESAGT) Yoga im Sitzen

Freitag, 4. September 2026 | 10:00 – 11:00

Stuhl-Yoga ist eine sanfte Form des Yoga, die im Sitzen auf einem Stuhl oder mit Unterstützung eines Stuhls ausgeführt wird. Die Übungen fördern Beweglichkeit, Kraft und Entspannung, ohne den Körper zu überlasten. Besonders geeignet ist Stuhl-Yoga für ältere Menschen, Anfänger oder Personen mit eingeschränkter Mobilität. Durch achtsame Bewegungen und Atemübungen wird das allgemeine Wohlbefinden gesteigert und Stress reduziert. Jede*r ist willkommen!

Raum für Kreativität

Freitag, 4. September 2026 | 10:00 – 12:00

Malen und Basteln. 2 Euro/ Einheit
