

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.



Mocktail Nachmittag

Montag, 12. Oktober 2026 | 15:00 – 16:00

Genießen Sie heute einen guten Mocktail am Nachmittag.

HausKlub Margareten

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

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



Gymnastik mit den Smovey-Ringen

Montag, 12. Oktober 2026 | 15:00 – 15:30

Smovey ist ein sanftes Ganzkörpertraining mit schwingenden Ringen, das Bewegung und Entspannung kombiniert. Durch rhythmische Übungen werden Muskeln aktiviert, die Durchblutung gefördert und die Koordination verbessert. Das Training ist leicht erlernbar, gelenkschonend und eignet sich besonders gut für ältere Menschen, um fit und mobil zu bleiben.

Klub Montleartstraße 14-18/3

Montleartstraße 14-18/3 1160 Wien,
Montleartstraße 14-18/3
01/31399 286161

gratis

Plätze: unbegrenzt



Yoga im Sitzen

Montag, 12. Oktober 2026 | 15:00 – 16:00

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

Klub Fasangartengasse 65a/5

Fasangartengasse 65a/5 1130 Wien,
Fasangartengasse 65a/5
01 31399 283 111

gratis

Plätze: unbegrenzt



Lateinamerikanische Solotänze für Anfänger*innen

Montag, 12. Oktober 2026 | 15:00 – 16:00

Lateinamerikanischer Solotanz 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+ Balance

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

Leider Abgesagt!

**Gymnastik mit Mathias**

Montag, 12. Oktober 2026 | 15:00 – 16:00

Gymnastik mit den Therabändern im Sitzen .

Klub Meidlinger Hauptstraße 4Meidlinger Hauptstraße 4 1120 Wien,
Meidlinger Hauptstraße 4
01 31399 282141**gratis****Plätze: unbegrenzt****Einfach vorbeikommen****Qigong**

Montag, 12. Oktober 2026 | 15:00 – 16:00

Wir laden Sie zu einer Qigong-Stunde im Sitzen mit Frau
Wagner in den HausKlub ein.**HausKlub Liebhartstal**Liebhartstal 1160 Wien,
Ottakringer Straße 264
+43 1 313 99 1320**gratis****Plätze: unbegrenzt****Stadt Land Fluss**

Montag, 12. Oktober 2026 | 15:00 – 16:00

"Stadt Land Fluss" fördert die Kreativität, das
Allgemeinwissen und schnelles Denken auf spielerischer
Art & Weise.**Klub Perchtoldsdorfer Straße 1 (Liesing)**Perchtoldsdorfer Straße 1 (Liesing) 1230 Wien,
Perchtoldsdorfer Straße 1 (Liesing)
01 313 99 293 171**gratis****Plätze: unbegrenzt****Gymnastik mit den Smovey-Ringen**

Montag, 12. Oktober 2026 | 15:00 – 16:00

Smovey ist ein sanftes Ganzkörpertraining mit
schwingenden Ringen, das Bewegung und Entspannung
kombiniert. Durch rhythmische Übungen werden Muskeln
aktiviert, die Durchblutung gefördert und die Koordination
verbessert. Das Training ist leicht erlernbar,
gelenkschonend und eignet sich besonders gut für ältere
Menschen, um fit und mobil zu bleiben.**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**

**Bingo**

Montag, 12. Oktober 2026 | 15:00 – 16:00

Spannung und Nervenkitzel bei Bingo. Komm und erlebe
den aufregenden Spielspaß!

Klub Fliederhof 6/1

Fliederhof 6/1 1100 Wien,
Fliederhof 6
01 31399 280 111

gratis**Plätze: unbegrenzt****Einfach vorbeikommen****Vortrag Sicher unterwegs mit den Öffis Wiener Linien**

Montag, 12. Oktober 2026 | 15:00 – 16:00

Sicher unterwegs mit den Öffis Wiener Linien

Klub Jedleseer Straße 66/37

Jedleseer Straße 66/37 1210 Wien,
Jedleseer Straße 66/37
01 31399 29 1141

gratis**Plätze: unbegrenzt**