

Veranstaltungen

Frühstück

Donnerstag, 3. September 2026 | 09:00 – 11:00

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

Gemeinsam frühstücken

Donnerstag, 3. September 2026 | 09:00 – 10:30

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

Malen mit Hermi

Donnerstag, 3. September 2026 | 09:00 – 12:00

Wir sind zusammen kreativ

Gemeinsam frühstücken

Donnerstag, 3. September 2026 | 09:00 – 10:00

Gemeinsam frühstücken

Miteinander Spielen: Kartenspiel "10er"

Donnerstag, 3. September 2026 | 09:00 – 17:00

Spiel und Spaß erwarten dich bei 'Miteinander Spielen'. Komm und erlebe unterhaltsame Stunden mit uns!

Line Dance Fortgeschrittene

Donnerstag, 3. September 2026 | 09:30 – 12:30

Musik und Tanz

Puzzle

Donnerstag, 3. September 2026 | 09:30 – 11:00

Kunstkurs

Donnerstag, 3. September 2026 | 09:30 – 12:30

Malen im Klub! Unter der Anleitung der akademisch ausgebildeten Künstlerin Ana Jelenkovic-Benesch können Teilnehmer*innen verschiedene Mal- und Zeichentechniken kennenlernen oder bereits vorhandene Fähigkeiten vertiefen. Bitte um Anmeldung im Klub! Material: Bitte eigenes Material mitbringen. Welche Utensilien sinnvoll sind, erfährt man direkt zu Kursbeginn (dies kann je nach Thema variieren). Bitte um Anmeldung im Klub.

Tai Chi Quan & Tai Chi mit Fächern mit Yongli Liu

Donnerstag, 3. September 2026 | 09:30 – 11:00

Sanfte Bewegung, fließende Abläufe und innere Ruhe: In dieser Aktivität entdecken wir gemeinsam die wohltuende Wirkung von Tai Chi Quan sowie die elegante Kunst des Tai Chi mit Fächern. Durch achtsame Bewegungen werden Körpergefühl, Balance, Konzentration und Entspannung gefördert. Jede*r ist willkommen.

Jazz Tanz

Donnerstag, 3. September 2026 | 10:00 – 11:00

Um Anmeldung im Klub wird gebeten

Grätzel Café: Miteinander Singen

Donnerstag, 3. September 2026 | 10:00 – 12:00

Singen macht glücklich-und gemeinsam noch viel mehr! Jede Stimme ist willkommen!

Yoga

Donnerstag, 3. September 2026 | 10:00 – 11:00

Bewegung für Körper und Geist

Englisch für Anfänger

Donnerstag, 3. September 2026 | 10:00 – 11:30

Englischkurs für Anfänger-Beitragkosten 2 Euro

Tanzen mt Freddy

Donnerstag, 3. September 2026 | 10:00 – 12:00

Latino Dance

Kreatives Handarbeiten

Donnerstag, 3. September 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!

Line Dance für Fortgeschrittene

Donnerstag, 3. September 2026 | 10:00 – 11:00

Level: Fortgeschrittene. Bitte um Anmeldung!

Radfahren

Donnerstag, 3. September 2026 | 10:00 – 11:00

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

Tischtennis

Donnerstag, 3. September 2026 | 10:00 – 11:00

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

Deutschunterricht für Männer

Donnerstag, 3. September 2026 | 10:00 – 11:30

Gemeinsam wollen wir unsere Deutsch-Sprachkenntnisse verbessern.

Kreatives Malen

Donnerstag, 3. September 2026 | 10:00 – 13:00

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

Line Dance für Anfänger+ Fortgeschrittene

Donnerstag, 3. September 2026 | 10:00 – 12:15

Line Dance ist eine Choreografierte Tanzform bei der einzelne Tänzer in Reihen vor-und nebeneinander tanzen

Sprachcafe mit Mahaweb

Donnerstag, 3. September 2026 | 10:00 – 11:30

Beratung und Vortrag auf arabisch zu verschiedenen Themen

Bingo im Klub

Donnerstag, 3. September 2026 | 10:00 – 10:30

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

Pilates

Donnerstag, 3. September 2026 | 10:30 – 11:30

Turnen mit Rasa auf Matten

Orientalischer Tanz

Donnerstag, 3. September 2026 | 10:30 – 11:30

Charakteristisch sind isolierte Bewegungen von Bauch, Hüfte, Brustkorb und Schultern

Smovey im Klub

Donnerstag, 3. September 2026 | 10:45 – 11:30

Bewegungsübungen mit smovey- Ringen

Linedance

Donnerstag, 3. September 2026 | 11:00 – 12:40

Für Anfänger*innen & Fortgeschrittene

Gesellschaftsspiele

Donnerstag, 3. September 2026 | 11:00 – 16:30

Rummikub, Schnapsen, Tarockieren

Line Dance für leicht Fortgeschrittene

Donnerstag, 3. September 2026 | 11:00 – 12:00

Level: leicht Fortgeschrittene. Bitte um Anmeldung!

PC Unterstützung

Donnerstag, 3. September 2026 | 11:00 – 12:00

Zusammen lernen und üben wir praktisch den Umgang mit dem Computer.

Workshop: Schmuckdesign aus Fimo

Donnerstag, 3. September 2026 | 11:00 – 13:00

In dieser Aktivität gestalten die Teilnehmenden ihren eigenen Schmuck aus Fimo. Dabei werden grundlegende Techniken des Modellierens und Gestaltens erlernt.

Sitztanz

Donnerstag, 3. September 2026 | 11:00 – 12:00

Tanzen im Sitzen mit Musik

Sesselgymnastik

Donnerstag, 3. September 2026 | 11:30 – 12:15

Turnen mit Rasa auf Sitzen

Sanftes Tanz Workout

Donnerstag, 3. September 2026 | 11:30 – 12:30

Sanfte Kräftigungsübungen kombiniert mit Elementen aus dem Aerobic

Qi Gong für Anfänger*innen mit Rick Sue

Donnerstag, 3. September 2026 | 11:30 – 13:30

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

Kreatives Basteln

Donnerstag, 3. September 2026 | 12:00 – 16:00

Um Anmeldung im Klub wird gebeten

Tarock und diverse Spiele

Donnerstag, 3. September 2026 | 12:00 – 16:00

Tarock spielen

Trommel

Donnerstag, 3. September 2026 | 12:00 – 13:00

Trommeln mit Djumbe

Plauderrunde

Donnerstag, 3. September 2026 | 12:00 – 13:00

Wir sprechen gemeinsam über verschiedene Tagethemen.

Mittagstisch

Donnerstag, 3. September 2026 | 12:00 – 13:00

Vorauskasse (10,50€)

Spielenachmittag

Donnerstag, 3. September 2026 | 12:00 – 17:00

Gemeinsames Spiel

Frauensprachcafé

Donnerstag, 3. September 2026 | 12:00 – 16:00

Sprachen verbinden Menschen. Trete unserem 'Sprachcafé' bei und tausche dich in entspannter Atmosphäre mit anderen aus. Kommunikation ohne Grenzen!

Dart

Donnerstag, 3. September 2026 | 12:00 – 15:00

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

Nordic Walking

Donnerstag, 3. September 2026 | 12:00 – 13:00

Gemeinsames Gehen mit Stöcken zur Verbesserung unseres Körpers.

Tarock Runde

Donnerstag, 3. September 2026 | 12:00 – 17:00

Es wird mehrere Gruppen, die Tarock turnieren.

Smovey

Donnerstag, 3. September 2026 | 12:00 – 15:00

Ganzkörpertraining

MitEinander Jausnen

Donnerstag, 3. September 2026 | 12:00 – 13:00

MitEinander Palatschinken essen

Hernalser Gesundheits- und Sozialmesse

Donnerstag, 3. September 2026 | 12:00 – 18:00

eine Informations und Ausstellung Veranstaltung, die sich ganz den Themen Vorsorge, Wohlbefinden und medizinischer Fortschritt widmet.

Hernalser Gesundheits- und Sozialmesse

Donnerstag, 3. September 2026 | 12:00 – 18:00

Am 03.09. findet die Gesundheits- und Sozialmesse in der Kalvarienberggasse statt. Themen rund um Gesundheit, Prävention und soziale Unterstützung werden behandelt. Kommen Sie vorbei und lassen Sie sich von der Veranstaltung begeistern!

Gespräche gegen Einsamkeit

Donnerstag, 3. September 2026 | 12:00 – 17:00

Plaudern und über den Tag reden
