

Veranstaltungen

Bewegung für Körper und Geist

Montag, 19. Oktober 2026 | 11:00 – 11:30

Mit dem QR Trainer*in Sicher gesund in Wien

Gespräche gegen Einsamkeit

Montag, 19. Oktober 2026 | 12:00 – 17:00

Plaudern und über den Tag reden

Deutsches Sprachcafe

Montag, 19. Oktober 2026 | 12:00 – 13:30

Deutsch üben in gemütlicher Atmosphäre - für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Lima

Montag, 19. Oktober 2026 | 12:00 – 13:00

Gedächtnis und Bewegungstraining miteinander kombiniert

Vortrag vom Roten Kreuz. Anmeldung im Klub!

Montag, 19. Oktober 2026 | 12:00 – 14:00

Vortrag und Verkostung von Produkten vom Roten Kreuz. Bitte um Anmeldung im Klub.

MitEinander Trommeln

Montag, 19. Oktober 2026 | 12:00 – 13:00

Es werden mit der Technik "Hand to Hand" gemeinsam einfache Rhythmen erlernt und gemeinsam mit Percussion-Instrumenten Sessions gespielt und (wer möchte) bei öffentlichen Auftritten gezeigt.

MitEinander Trommeln

Montag, 19. Oktober 2026 | 12:00 – 13:00

Es werden mit der Technik "Hand to Hand" gemeinsam einfache Rhythmen erlernt und gemeinsam mit Percussion-Instrumenten Sessions gespielt und (wer möchte) bei öffentlichen Auftritten gezeigt.

Lachyoga

Montag, 19. Oktober 2026 | 12:30 – 13:30

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

Gymnastik

Montag, 19. Oktober 2026 | 12:30 – 13:30

Sitzgymnastik, Koordinationsspiele u. Meditation

Gemeinsam Spazieren

Montag, 19. Oktober 2026 | 12:30 – 13:30

Gemeinsam die Natur erleben und Gemeinsam Spazieren gehen (Bitte um Anmeldung im Klub)
