

Veranstaltungen

Sitz-Yoga mit Anja

Dienstag, 4. August 2026 | 10:00 – 11:00

Im Garten vom Haus Augarten

Tanzen mit Victor im Freien

Dienstag, 4. August 2026 | 10:00 – 11:30

Latino Dance mit unserem Tanztrainer Victor! Lateinamerikanische Musik und verschiedene Tanzstile bringen jeden in Schwung - Kommen Sie vorbei und lassen Sie sich von der Musik mitreißen! Treffpunkt im Klub Trauttmansdorffgasse. Bei Schlechtwetter (Regen oder zu heiß) findet die Aktivität im Klub statt.

Handarbeiten

Dienstag, 4. August 2026 | 10:00 – 13:00

Miteinander handarbeiten

Lateinamerikanischer Tanz

Dienstag, 4. August 2026 | 10:00 – 12:00

Tanzspaß nach Lust und Laune

Yin Yoga (Meditation)

Dienstag, 4. August 2026 | 10:00 – 11:00

Eine sanfte Meditationseinheit zur Ruhe, inneren Balance und Wohlbefinden

Miteinander Spazieren gehen

Dienstag, 4. August 2026 | 10:00 – 16:00

Baden - Soob, Informationen unter 0676/83250-1032

Sitzgymnastik

Dienstag, 4. August 2026 | 10:30 – 11:30

Gymnastikübungen im Sitzen mit Matthias

LIMA (Lebensqualität im Alter)

Dienstag, 4. August 2026 | 10:30 – 11:30

Gedächtnis- und Bewegungstraining miteinander kombiniert.

Balkan Zumba

Dienstag, 4. August 2026 | 11:00 – 12:00

Balkan Zumba ist ein energiegeladenes Tanz-Workout mit mitreißenden Beats aus dem Balkan, kombiniert mit Zumba-Moves, Spaß und guter Laune.

Yoga

Dienstag, 4. August 2026 | 11:00 – 12:00

Namaste! Ob Sitzyoga oder Mattenyoga, wir werden uns dehnen und entspannen
