

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.



Gemütliches Beisammensein

Sonntag, 15. März 2026 | 14:00 – 18:00

Wir laden zu einem gemütlichen Beisammensein ein. Bringen Sie gerne etwas zum Essen, Ihre Lieblingsspiele mit oder plaudern Sie einfach mit den anderen Besucher*innen. Bitte beachten Sie, dass an diesem Tag keine Betreuerin vor Ort ist - die Teilnahme erfolgt in eigener Verantwortung. Das gemütliche Beisammensein wird von einer chinesischen Community (Herr Teng) organisiert.

Klub+ All in Neubau

Neubaugürtel 6A 1070 Wien,
Neubaugürtel 6A
01 313 99 277071

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



Qi Gong

Sonntag, 15. März 2026 | 14:00 – 15:00

Chinesische Meditations-, Konzentrations- und Bewegungsform zur Kultivierung von Körper und Geist. Jede*r ist willkommen. Zur Info: An diesen Tagen ist der Klub nicht durch das Team betreut, daher seid ihr in dieser Zeit eigenständig unterwegs!

Klub+ All in Penzing

Käthe-Dorsch-Gasse 17/1 1140 Wien,
Käthe-Dorsch-Gasse 17/1
01 31399 - 284 131

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



Orpheum - Sonderpreis für Klubmitglieder

Sonntag, 15. März 2026 | 19:00 – 21:00



Zwei

Karten zum Preis von Einer!

15.03.2026 **Paddy's Return** – „St. Patrick's Night 2026“, Kartenpreis € 32,50 - Beginn: 19:00 24.03.2026 **Gerald Fleischhacker** – „ALTER NICER MANN“, Kartenpreis € 28,50 [Nähere Infos zu den Programmen finden Sie auf der Orpheum Homepage!](#) Dieses Angebot ist gültig bis das Kontingent erschöpft ist. Diese Veranstaltungen finden ohne Beteiligung von KWP-MitarbeiterInnen statt.

Das Ganze funktioniert folgendermaßen: Reservierung der Karten direkt im Orpheum entweder...

- online über die Homepage www.orpheum.at
- per E-Mail an office@orpheum.at oder
- telefonisch unter 01 4811717

*Bitte geben Sie bei der Reservierung folgendes Kennwort bekannt: **KWP**. Bei der Kartenabholung zeigen Sie Ihre Klubkarte her. **ÖFFNUNGSZEITEN:** Kartenabholung / Reservierung Dienstag 12:00 – 16:30, an Veranstaltungstagen immer auch von 17:30 – 20:30 Uhr*

Klub+ Besondere Veranstaltungen

Orpheum Wien 1220 Wien,
Steigenteschgasse 94 b
Orpheum-Kartenreservierung: 01 4811717

Preis siehe Beschreibung

Plätze: unbegrenzt

Externe Veranstaltung / Buchung direkt im Orpheum



Nordic Walking

Montag, 16. März 2026 | 08:45 – 10:00

sehr schnelles gehen mit Stöcken

Klub Burgersteingasse 1

48er Platz 1140 Wien,
Ecke Warwagasse
0131399284111

gratis

Plätze: unbegrenzt



Frühstück klein oder groß

Montag, 16. März 2026 | 09:00 – 11:00

Gesundes Frühstück klein oder groß

Klub Jedlersdorfer Straße 99/19

Jedlersdorfer Straße 99/19 1210 Wien,
Jedlersdorfer Straße 99/19
01 / 313 99 291 131

Preis siehe Beschreibung

Plätze: unbegrenzt



Yoga

Montag, 16. März 2026 | 09:00 – 10:00

Verschiedene Übungen für Körper und Geist

Klub Rennbahnweg 27

Rennbahnweg 27 1220 Wien,
Rennbahnweg 27 (Passage 12) Passage Lokal 12
01 313 99 292 191

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



Gemeinsam frühstücken

Montag, 16. März 2026 | 09:00 – 11:00

Preis von 4€ (2 Stk Semmel, Butter, Marmelade, Schinken
und Käse)

Klub Gymnasiumstraße 38

Gymnasiumstraße 38 1180 Wien,
Gymnasiumstraße 38
01 31399 288 111

Preis siehe Beschreibung

Plätze: unbegrenzt

Anmeldung im Klub erforderlich, siehe Beschreibung



Yoga

Montag, 16. März 2026 | 09:00 – 10:00

Verschiedene Übungen für Körper und Geist

Klub Rennbahnweg 27

Rennbahnweg 27 1220 Wien,
Rennbahnweg 27 (Passage 12) Passage Lokal 12
01 313 99 292 191

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



Frauen Sprachcafé

Montag, 16. März 2026 | 09:30 – 12:00

In unseren Sprachcafé könnt ihr in entspannter
Atmosphäre eure Kommunikationsfähigkeit in Deutsch
verbessern.

Klub Erlaaer Straße 131 (Erlaa)

Erlaaer Straße 131 (Erlaa) 1230 Wien,
Erlaaer Straße 131 (Erlaa)
01 31399 293 121

gratis

Um tel. Anmeldung im Klub wird gebeten



Line Tanz (für Fortgeschrittene)

Montag, 16. März 2026 | 09:30 – 11:00

Tanz zu Country-Musik

Klub+ All in Ottakring

Hofferplatz 3 1160 Wien,
Hofferplatz 3, Eingang Kirchstetternegasse
01/31399 286131

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



Line Dance Fortgeschrittene

Montag, 16. März 2026 | 09:30 – 11:00

Musik und Tanz

Klub Wurlitzergasse 59 (Eingang Seeböckgasse 12-14)

Wurlitzergasse 59 (Eingang Seeböckgasse 12-14) 1160 Wien,
Wurlitzergasse 59 (Eingang Seeböckgasse 12-14)
01/31399 2 86 20 1

gratis

Plätze: unbegrenzt



Trittsicher & Aktiv - Kurs 1

Montag, 16. März 2026 | 09:30 – 10:20

In der 12-wöchigen Kursreihe werden gezielte Gleichgewichts-, Kraft- und Koordinationsübungen vermittelt, die dabei unterstützen, bei regelmäßigem Üben das eigene Sturzrisiko zu verringern. Die Teilnahme ist auch möglich, wenn man eine Gehhilfe oder einen Rollator im Alltag verwendet. Mindestvoraussetzungen sind, dass die Teilnehmenden selbstständig aufstehen können und gruppenfähig sind. Turnkleidung ist nicht notwendig. Alltagskleidung und bequeme Alltagsschuhe sind ausreichend. ACHTUNG: KEINE ANMELDUNG MEHR MÖGLICH!

Klub Gumpendorfer Straße 117

Gumpendorfer Straße 117 1060 Wien,
Gumpendorfer Straße 117
0131399276101

gratis

Plätze: unbegrenzt

Um Anmeldung im Klub wird gebeten



Nordic Walking

Montag, 16. März 2026 | 10:00 – 12:00

Wir gehen mit Nordic Walking Stöcken eine Runde durch den Zentralfriedhof, Treffpunkt 1.Tor bei der Strassenbahnstation

Klub Muhrhoferweg 17/4

Muhrhoferweg 17/4 1110 Wien,
Muhrhoferweg 17/4
01 31399281141

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



MitEinander Tanzen

Montag, 16. März 2026 | 10:00 – 12:00

Lateinamerikanische Musik und verschiedene Tanzstile bringen jeden in Schwung - Kommen Sie vorbei und lassen Sie sich von der Musik mitreißen! - Bei Schlechtwetter findet die Aktivität im Klub statt.

Klub Rabengasse 2-10

Rabengasse 2-10 1030 Wien,
Rabengasse 2-10
01 31399 273131

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



Salsa für Fortgeschrittene

Montag, 16. März 2026 | 10:00 – 11:30

Tanzen mit Viktor

Klub Karl-Lothringer-Straße 32

Karl-Lothringer-Straße 32 1210 Wien,
Karl-Lothringer-Straße 32
01 31399 291171

gratis

Plätze: unbegrenzt



Nordic Walking Treffpunkt: Meidlinger Tor

Montag, 16. März 2026 | 10:00 – 11:00

Nordic Walking ist eine gelenkschonende Bewegungsaktivität an der frischen Luft, die Ausdauer, Kraft und Wohlbefinden fördert. Gemeinsam wird in gemütlichem Tempo gegangen, begleitet von Schwung und guter Laune. Treffpunkt: Meidlinger Tor. Jede*r ist willkommen.

Klub+ All in Neubau

Neubaugürtel 6A 1070 Wien,
Neubaugürtel 6A
01 313 99 277071

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



Sitz-Yoga

Montag, 16. März 2026 | 10:00 – 11:00

Wir machen Sitzyoga! Beim Sitzyoga wird die Flexibilität erhöht, verspannte Muskeln gelockert, das Gleichgewicht und die Bewegung verbessert. Jede*r ist willkommen!

Klub+ All in Neubau

Neubaugürtel 6A 1070 Wien,
Neubaugürtel 6A
01 313 99 277071

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



Kochrunde für Gesundheit & Gemeinschaft

Montag, 16. März 2026 | 10:00 – 13:00

Beim gemeinsamen Kochen steht nicht nur das Zubereiten gesunder Mahlzeiten im Mittelpunkt, sondern auch das Miteinander. In gemütlicher Runde wird gemeinsam geschnippelt, gekocht und anschließend gegessen. Der Austausch von Rezepten, Erinnerungen und Erfahrungen macht die Aktivität besonders wertvoll. Eine ausgewogene Ernährung trägt wesentlich zum Wohlbefinden im Alter bei - gemeinsam zu kochen fördert zudem soziale Kontakte und Freude im Alltag. Kostenbeitrag 4,50 €.

Klub+ All in Neubau

Neubaugürtel 6A 1070 Wien,
Neubaugürtel 6A
01 313 99 277071

Preis siehe Beschreibung

Plätze: unbegrenzt

Kostenpflichtig, Preis laut Beschreibung



Kreatives Mandala malen

Montag, 16. März 2026 | 10:00 – 11:00

Mandala malen dient zur Entspannung und stärkt die Feinmotorik.

Klub Meidlinger Hauptstraße 4

Meidlinger Hauptstraße 4 1120 Wien,
Meidlinger Hauptstraße 4
01 31399 282141

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



Würfeln

Montag, 16. März 2026 | 10:00 – 16:00

Würfeln, Punkte sammeln und gewinnen!

Klub Castelligasse 3/2 (Gartengasse)

Castelligasse 3/2 (Gartengasse) 1050 Wien,
Castelligasse 3/2 (Gartengasse)
01 31399 275 101

gratis

Plätze: unbegrenzt



Jazztanz mit Bianca

Montag, 16. März 2026 | 10:00 – 11:00

Jazztanz mit Bianca für die körperliche Fitness

Klub+ Balance

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

gratis

Plätze: unbegrenzt



Seelen-Klang

Montag, 16. März 2026 | 10:00 – 11:00

Tiefe Entspannung, Loslassen von Stress & Blockaden, etc.

Klub Ahornergasse 11

Ahornergasse 11 1070 Wien,
Ahornergasse 11
0131399277131

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



Hundetherapie

Montag, 16. März 2026 | 10:15 – 11:00

Bruno + Lucy - Dog4mend-Hundetherapie - Da die Teilnahme begrenzt ist, bitten wir um telefonische Voranmeldung bei der Rezeption.

HausKlub Margareten

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

Preis siehe Beschreibung

Um tel. Anmeldung im Haus wird gebeten



Sitz-Tanz-Gymnastik

Montag, 16. März 2026 | 10:30 – 11:30

Sitzgymnastik mit Musik! Leichte Übungen für Arme und Hände, Rücken und Bauch.

Klub+ All in Penzing

Käthe-Dorsch-Gasse 17/1 1140 Wien,
Käthe-Dorsch-Gasse 17/1
01 31399 - 284 131

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



Smovey. Anmeldung im Klub erforderlich!

Montag, 16. März 2026 | 10:30 – 11:00

Gymnastik mit Smoveys. Anmeldung im Klub erforderlich!

Klub Castelligasse 3/2 (Gartengasse)

Castelligasse 3/2 (Gartengasse) 1050 Wien,
Castelligasse 3/2 (Gartengasse)
01 31399 275 101

gratis

Plätze: unbegrenzt

Um Anmeldung im Klub wird gebeten



Trittsicher & Aktiv - Kurs 2

Montag, 16. März 2026 | 10:45 – 11:35

In der 12-wöchigen Kursreihe werden gezielte Gleichgewichts-, Kraft- und Koordinationsübungen vermittelt, die dabei unterstützen, bei regelmäßigem Üben das eigene Sturzrisiko zu verringern. Die Teilnahme ist auch möglich, wenn man eine Gehhilfe oder einen Rollator im Alltag verwendet. Mindestvoraussetzungen sind, dass die Teilnehmenden selbstständig aufstehen können und gruppenfähig sind. Turnkleidung ist nicht notwendig. Alltagskleidung und bequeme Alltagsschuhe sind ausreichend. ACHTUNG: KEINE ANMELDUNG MEHR MÖGLICH!

Klub Gumpendorfer Straße 117

Gumpendorfer Straße 117 1060 Wien,
Gumpendorfer Straße 117
0131399276101

gratis

Plätze: unbegrenzt

Um Anmeldung im Klub wird gebeten



Spielen und Plaudern

Montag, 16. März 2026 | 11:00 – 16:30

Gemeinsam Spielen und Austauschen

Klub Biberhaufenweg 78

Biberhaufenweg 78 1220 Wien,
Biberhaufenweg 78
01 31399 292 252

gratis

Plätze: unbegrenzt



Gymnastik mit den Smovey-Ringen

Montag, 16. März 2026 | 11:00 – 12:00

Um Anmeldung im Klub wird gebeten

Klub+ Weitblick

Greiseneckergasse 5 1200 Wien,
Greiseneckergasse 5
01/ 31399 290201

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



Mit.einander Trommeln

Montag, 16. März 2026 | 11:00 – 12:00

es werden mit der Technik "Hand to Hand" gemeinsam einfache Thrythmen erlernt und gemeinsam mit Percussion Instrumenten musiziert

Klub Melangasse 1/88

Melangasse 1/88 1220 Wien,
Melangasse 1/88
01 313 99 292 161

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



MitEinander Trommeln

Montag, 16. März 2026 | 11:00 – 12:00

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.

Klub Erdbergstraße 16-28/3

Erdbergstraße 16-28/3 1030 Wien,
Erdbergstraße 16-28/3
01 31399273101

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



Balkan Fitness

Montag, 16. März 2026 | 11:00 – 12:00

Balkan Fitness ist ein energiegeladenes und rhythmisches Trainingskonzept, das traditionelle und moderne Musik vom Balkan mit Fitnessübungen und Aerobic-Elementen kombiniert.

Klub+ All in Village3

Ljuba-Welitsch-Promenade 12A/B 1030 Wien,
Ljuba-Welitsch-Promenade 12A/B
01 / 313 99 273 121

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



Miteinander Nachrichten hören

Montag, 16. März 2026 | 11:00 – 12:00

Nachrichten der Woche in einfacher Sprache

Klub+ All in Penzing

Käthe-Dorsch-Gasse 17/1 1140 Wien,
Käthe-Dorsch-Gasse 17/1
01 31399 - 284 131

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



Klöppeln

Montag, 16. März 2026 | 11:00 – 18:00

kreativ handwerk

Klub Alser Straße 71

Alser Straße 71 1080 Wien,
Alser Straße 71
01 31399 278131

gratis

Plätze: unbegrenzt



Line Dance

Montag, 16. März 2026 | 11:00 – 14:30

Ausschließlich für Fortgeschrittene Tänzer. Um Voranmeldung im Klub wird gebeten.

Klub Marchfeldstraße 16-18/4

Marchfeldstraße 16-18/4 1200 Wien,
Marchfeldstraße 18/4
01 31 399 29 01 51

gratis

Plätze: unbegrenzt

Um Anmeldung im Klub wird gebeten



Gymnastik mit Musik

Montag, 16. März 2026 | 11:00 – 12:00

Entdecke die Welt der Bewegung bei unserer 'Gymnastik mit Musik'. Sanfte Übungen für alle Altersgruppen, die Körper und Geist beleben!

Klub Kalvarienberggasse 29

Kalvarienberggasse 29 1170 Wien,
Kalvarienberggasse 29
01 313 99287111

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



Yoga auf der Matte

Montag, 16. März 2026 | 11:30 – 12:30

Namaste! Yoga auf der Matte. Übungen (Ashtanga, Pranayama, Kundalini) für Körper und Geist! Bitte leichtes Gewand mitbringen. Jede*r ist willkommen.

Klub+ All in Neubau

Neubaugürtel 6A 1070 Wien,
Neubaugürtel 6A
01 313 99 277071

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



Gesellschaftsspiele

Montag, 16. März 2026 | 12:00 – 17:00

Gemeinsames Spiel und Spass

Klub Blériotgasse 21/13

Blériotgasse 21/13 1110 Wien,
Blériotgasse 21/13
01/31 3 99 28 1111

gratis

Plätze: unbegrenzt



Kreatives Basteln

Montag, 16. März 2026 | 12:00 – 16:00

Um Anmeldung im Klub wird gebeten

Klub+ kreatives Handwerk

Klosterneuburger Straße 118/19 1200 Wien,
Klosterneuburger Straße 118/19 (Eingang Gaulhofergasse)
01 313 99 29 01 21

gratis

Plätze: unbegrenzt



Seelen-Klang

Montag, 16. März 2026 | 12:00 – 13:00

Tiefe Entspannung, Loslassen von Stress & Blockaden,
etc.

Klub Ahornergasse 11

Ahornergasse 11 1070 Wien,
Ahornergasse 11
0131399277131

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



Tischtennis

Montag, 16. März 2026 | 12:00 – 17:00

Einfach vorbei kommen. Schläger, Bälle und Platte
vorhanden

Klub Sillerplatz 7/6

Sillerplatz 7/6 1130 Wien,
Sillerplatz 7/6
01 31399 283121

gratis

Plätze: unbegrenzt



Spielen und Plaudern

Montag, 16. März 2026 | 12:00 – 16:45

Mit.einander Gesellschaftsspiele spielen

Klub Pappelweg 4

Pappelweg 4 1220 Wien,
Pappelweg 4
01 313 99 292 181

gratis

Plätze: unbegrenzt



Tarocknachmittag

Montag, 16. März 2026 | 12:00 – 16:30

Sie spielen gerne Tarock ? Kommen Sie vorbei und
spielen mit.

Klub Süßenbrunner Hauptstraße 22

Süßenbrunner Hauptstraße 22 1220 Wien,
Süßenbrunner Hauptstraße 22
01 313 99 292 231

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



Spielenachmittag

Montag, 16. März 2026 | 12:00 – 17:00

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

Klub Rotenhofgasse 80/10

Rotenhofgasse 80/10 1100 Wien,
Rotenhofgasse 80-84/10, 1100 Wien; Zugang gegenüber von Bernhardtstalgasse 26, 1100 Wien
01 31399 280 161

gratis

Plätze: unbegrenzt



Kartenspiele

Montag, 16. März 2026 | 12:00 – 17:00

Kartenspiele

Klub Bernardgasse 10

Bernardgasse 10 1070 Wien,
Bernardgasse 10
01 313 99 277101

gratis

Plätze: unbegrenzt



Schach

Montag, 16. März 2026 | 12:00 – 17:00

Spiel der Könige

Klub Salvatorgasse 7a

Salvatorgasse 7a 1010 Wien,
Salvatorgasse 7a
01 31399 271101

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



Ballett 60+

Montag, 16. März 2026 | 12:00 – 13:00

beim Tanzen in ruhigem Tempo fördern wir Beweglichkeit, Koordination, Gleichgewicht und Wohlbefinden

Klub+ All in Penzing

Käthe-Dorsch-Gasse 17/1 1140 Wien,
Käthe-Dorsch-Gasse 17/1
01 31399 - 284 131

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



Sitzgymnastik

Montag, 16. März 2026 | 12:00 – 12:30

Ideal für alle, diese Aktivität kombiniert sanfte Dehn- und Atemübungen

Klub+ All in Ottakring

Hofferplatz 3 1160 Wien,
Hofferplatz 3, Eingang Kirchstetterngasse
01/31399 286131

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



LIMA

Montag, 16. März 2026 | 12:00 – 13:00

Gedächtnis und Bewegungstraining miteinander kombiniert

Klub Faistauergasse 68

Faistauergasse 68 1130 Wien,
Faistauergasse 68
01 31399 283101

gratis

Plätze: unbegrenzt



Yoga auf der Matte

Montag, 16. März 2026 | 12:00 – 12:50

Sanfte Bewegungsabläufe kombiniert mit tiefer Atmung

Klub+ fit und aktiv

Reinprechtsdorfer Straße 1 1050 Wien,
Reinprechtsdorfer Straße 1
01 31399 275 141

gratis

Plätze: unbegrenzt

Um Anmeldung im Klub wird gebeten



Gesellschaftsspiele

Montag, 16. März 2026 | 12:30 – 16:30

Schach, Rummikub, Karten spielen und vieles mehr.
Kommt gerne mit euren Spielpartner*innen vorbei oder
auch gern alleine und lernt neue Leute kennen!

Klub Gersthofer Straße 77

Gersthofer Straße 77 1180 Wien,
Gersthofer Straße 77 (Ecke Alseggerstraße)
01 31399 288101

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



Gymnastik mit den Smovey-Ringen

Montag, 16. März 2026 | 12:30 – 13:00

Bewegung mit Ringen-Übungen, die die Muskeln stärken
und die Koordination verbessern!

Klub Weyringergasse 15-17

Weyringergasse 15-17 1040 Wien,
Weyringergasse 15-17
01 31399 274111

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



Qi Gong

Montag, 16. März 2026 | 12:30 – 13:30

Chinesische Meditations, Konzentration und
Bewegungsform. Es wirkt sich regelmäßiges Üben positiv
auf die Funktionen von Herz und Kreislauf aus. Zur Praxis
gehören Atemübungen, Körper- und Bewegungsübungen,
Konzentrationsübungen und Meditationsübungen.

Klub Rudolf-Zeller-Gasse 58-60/10 (Mauer)

Rudolf-Zeller-Gasse 58-60/10 (Mauer) 1230 Wien,
Rudolf-Zeller-Gasse 58-60/10 (Mauer)
01 31399 293 201

gratis

Plätze: unbegrenzt

Um Anmeldung im Klub wird gebeten



Darts/ Tischtennis

Montag, 16. März 2026 | 12:30 – 16:30

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

Klub Kinskygasse 16-30 (Inzersdorf)

Kinskygasse 16-30 (Inzersdorf) 1230 Wien,
Kinskygasse 16-30 (Inzersdorf)
01 313 99 293 161

gratis

Plätze: unbegrenzt



Merengue für Anfänger

Montag, 16. März 2026 | 12:30 – 14:30

Tanzen mit Viktor

Klub Karl-Lothringer-Straße 32

Karl-Lothringer-Straße 32 1210 Wien,
Karl-Lothringer-Straße 32
01 31399 291171

gratis

Plätze: unbegrenzt



Miteinander CHORsingen

Montag, 16. März 2026 | 12:30 – 13:30

CHORgesang im Klub

Klub Schlagergasse 2/1

Schlagergasse 2/1 1090 Wien,
Schlagergasse 2/1
0676/83250 1032

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



Gymnastik

Montag, 16. März 2026 | 12:30 – 13:30

Sitzgymnastik, Koordinationsspiele u. Meditation

Klub Trauttmansdorffgasse 18

Trauttmansdorffgasse 18 1130 Wien,
Trauttmansdorffgasse 18
01 31399 283131

gratis

Plätze: unbegrenzt



Spielenachmittag

Montag, 16. März 2026 | 12:30 – 16:00

Gemeinsam Brett- oder kartenspiele spielen.

Klub Schönbrunner Straße 107

Schönbrunner Straße 107 1050 Wien,
Schönbrunner Straße 107
01 31399 275131

gratis

Plätze: unbegrenzt



Tanzen mit Bianka

Montag, 16. März 2026 | 12:30 – 14:00

Jazz, Swing auch für Anfänger

Klub Gustav-Pick-Gasse 2/8

Gustav-Pick-Gasse 2/8 1190 Wien,
Gustav-Pick-Gasse 2/8
01 31399 289111

gratis

Plätze: unbegrenzt



Beckenboden-Gymnastik

Montag, 16. März 2026 | 12:30 – 13:30

In dieser Einheit aktivieren wir unser Beckenboden-
Muskulatur

Klub Erzherzog-Karl-Straße 169

Erzherzog-Karl-Straße 169 1220 Wien,
Erzherzog-Karl-Straße 169
0131399 292 121

gratis

Plätze: unbegrenzt

Um Anmeldung im Klub wird gebeten



Yoga im Sitzen

Montag, 16. März 2026 | 12:45 – 13:45

Bewegung für Körper und Geist

Klub Leystraße 2-8/Stiege 5

Leystraße 2-8/Stiege 5 1200 Wien,
Leystraße 2-8/bei Stiege 5
01 31399 290 141

gratis

Plätze: unbegrenzt



Nordic-Walking-Runde

Montag, 16. März 2026 | 13:00 – 14:00

Treffpunkt beim Eingang

Klub Sillerplatz 7/6

Sillerplatz 7/6 1130 Wien,
Sillerplatz 7/6
01 31399 283121

gratis

Plätze: unbegrenzt



Salsa

Montag, 16. März 2026 | 13:00 – 14:30

Salsa mit Yuri

Klub Anton Sattler Gasse 64-68/4

Anton Sattler Gasse 64-68/4 1220 Wien,
Anton-Sattler-Gasse 64-68/4
01 313 99 292-101

gratis

Plätze: unbegrenzt



Workshop: Gemeinsam leben in Österreich (arabisch)

Montag, 16. März 2026 | 13:00 – 15:00

Gemeinsam verschiedene Kulturen kennenlernen und
Herausforderungen lösen. Eine Gesprächsrunde in
arabischer Sprache mit Gästen aus Organisationen.

Klub Dr. Josef-Resch-Platz 6

Dr. Josef-Resch-Platz 6 1170 Wien,
Dr. Josef-Resch-Platz 6
01 / 313 99 28 11 01

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



St.Patrick's Day mit Kathrina Hughes

Montag, 16. März 2026 | 13:00 – 16:00

Wir feiern im Klub den St.Patrick's Day

Klub Wehlstraße 164

Wehlstraße 164 1020 Wien,
Wehlstraße 164
01 313 99 27211

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



Nordic Walking. Mind. 5Pers. Nur bei trockenem Wetter

Montag, 16. März 2026 | 13:00 – 14:00

Für sportlich aktive Seniorinnen. Nur bei trockenem Wetter!

Klub+ All in Essling

Essling Umgebung 1220 Wien,
Telephonweg 1

gratis

Plätze: unbegrenzt



Miteinander Plaudern

Montag, 16. März 2026 | 13:00 – 15:00

Gemütliche Plauderrunde

Klub Linzer Straße 22-24

Linzer Straße 22-24 1140 Wien,
Linzer Straße 22-24
01 31399 284 161

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



Nordic Walking

Montag, 16. März 2026 | 13:00 – 14:00

Gemeinsames Gehen mit Stöcken zur Verbesserung unseres Körpers.

Klub Ketzergasse 40 (Siebenhirten)

Ketzergasse 40 (Siebenhirten) 1230 Wien,
Ketzergasse 40 (Siebenhirten)
01 313 99 293 151

gratis

Plätze: unbegrenzt

Um Anmeldung im Klub wird gebeten



Gemeinsam Essen

Montag, 16. März 2026 | 13:00 – 14:00

Zusammen werden wir im Klub essen. Hauptspeise Kalt 4 Euro/Hauptspeise warm 5 Euro. Eine telefonische Anmeldung ist erforderlich.

Klub Erlaaer Straße 131 (Erlaa)

Erlaaer Straße 131 (Erlaa) 1230 Wien,
Erlaaer Straße 131 (Erlaa)
01 31399 293 121

Preis siehe Beschreibung

Um tel. Anmeldung im Klub wird gebeten



Ehrenamtskaffe Wienweit

Montag, 16. März 2026 | 13:00 – 17:00

Kaffetreff EA Wienweit

Klub+ All in Breitenlee

Lotte-Hass-Weg 2/1A 1220 Wien,
Lotte-Hass-Weg 2/1A
01 313 99 292 151

gratis

Plätze: unbegrenzt



Gedächtnistraining

Montag, 16. März 2026 | 13:00 – 14:00

Gemeinsam trainieren wir unser Gedächtnis.

Klub Weißgerberländer 56

Weißgerberländer 56 1030 Wien,
Weißgerberländer 56
01 31399 273151

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



Workshop: Schmuckdesign

Montag, 16. März 2026 | 13:00 – 15:30

In unserem Workshop lernst du alles über Schmuck!

Klub+ All in Village3

Ljuba-Welitsch-Promenade 12A/B 1030 Wien,
Ljuba-Welitsch-Promenade 12A/B
01 / 313 99 273 121

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



Sitzturnen mit Senada

Montag, 16. März 2026 | 13:00 – 14:00

Turnen im Sitzen

Klub Fasangartengasse 65a/5

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

gratis

Plätze: unbegrenzt



Modewerkstatt - Nähen für Anfänger

Montag, 16. März 2026 | 13:00 – 17:00

Gemeinsames Modeschöpfen und Upcycling für
Modebegeisterte - egal ob Beginner oder Fortgeschritten

Klub+ Atelier

Schmidgasse 11 1080 Wien,
Schmidgasse 11
01 31399 278121

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



Vortrag zum Thema "erholsamer Schlaf"

Montag, 16. März 2026 | 13:00 – 15:00

Vortrag von den Community Nurses

Klub+ All in Ottakring

Hofferplatz 3 1160 Wien,
Hofferplatz 3, Eingang Kirchstetterngasse
01/31399 286131

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



Bewegungs Training

Montag, 16. März 2026 | 13:00 – 14:00

Bewegungs für körper und Geist

Klub Alser Straße 71

Alser Straße 71 1080 Wien,
Alser Straße 71
01 31399 278131

gratis

Plätze: unbegrenzt



Tarock

Montag, 16. März 2026 | 13:00 – 16:00

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

Klub Troststraße 17/7

Troststraße 17/7 1100 Wien,
Troststraße 17/7
01 31399 280 171

gratis

Plätze: unbegrenzt



Orientalischer Tanzen

Montag, 16. März 2026 | 13:00 – 14:00

Orientalischer Tanz verbindet Bewegung , Musik und
Ausdruck und fördert körperliches und seelisches
Wohlbefinden

Klub Gersthofer Straße 77

Gersthofer Straße 77 1180 Wien,
Gersthofer Straße 77 (Ecke Alseggerstraße)
01 31399 288101

gratis

Plätze: unbegrenzt



Englisch Konversation

Montag, 16. März 2026 | 13:00 – 14:30

Anfänger (2€).

Klub+ Musikwerkstatt

Im Werd 17 1020 Wien,
Im Werd 17
01 313 99-27 22 41

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



Line Dance mit Vorkenntnisse

Montag, 16. März 2026 | 13:00 – 14:00

Musik und Tanz

Klub Wurlitzergasse 59 (Eingang Seeböckgasse 12-14)

Wurlitzergasse 59 (Eingang Seeböckgasse 12-14) 1160 Wien,
Wurlitzergasse 59 (Eingang Seeböckgasse 12-14)
01/31399 2 86 20 1

gratis

Plätze: unbegrenzt



Sturzprophylaxe

Montag, 16. März 2026 | 13:00 – 13:50

Trittsicher durch den Alltag

Klub+ fit und aktiv

Reinprechtsdorfer Straße 1 1050 Wien,
Reinprechtsdorfer Straße 1
01 31399 275 141

gratis

Plätze: unbegrenzt

Um Anmeldung im Klub wird gebeten



Trittsicher & Aktiv - Kurs 3

Montag, 16. März 2026 | 13:00 – 13:40

In der 12-wöchigen Kursreihe werden gezielte Gleichgewichts-, Kraft- und Koordinationsübungen vermittelt, die dabei unterstützen, bei regelmäßigem Üben das eigene Sturzrisiko zu verringern. Die Teilnahme ist auch möglich, wenn man eine Gehhilfe oder einen Rollator im Alltag verwendet. Mindestvoraussetzungen sind, dass die Teilnehmenden selbstständig aufstehen können und gruppenfähig sind. Turnkleidung ist nicht notwendig. Alltagskleidung und bequeme Alltagsschuhe sind ausreichend. ACHTUNG: KEINE ANMELDUNG MEHR MÖGLICH!

Klub Gumpendorfer Straße 117

Gumpendorfer Straße 117 1060 Wien,
Gumpendorfer Straße 117
0131399276101

gratis

Plätze: unbegrenzt

Um Anmeldung im Klub wird gebeten



Latin-Tanz mit Freddy (Salsa, Merengue, Bachata)

Montag, 16. März 2026 | 13:00 – 15:00

Salsa

Klub Böcklinstraße 43

Böcklinstraße 43 1020 Wien,
Böcklinstraße 43
01 313 99 27 21 11

gratis

Plätze: unbegrenzt



Vortrag: Sexuelle Gesundheit im Alter

Montag, 16. März 2026 | 13:00 – 14:00

Gemeinsam hören wir uns einen Vortrag zur sexuellen Gesundheit im Alter an.

Klub Rabengasse 2-10

Rabengasse 2-10 1030 Wien,
Rabengasse 2-10
01 31399 273131

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



Gymnastik im Sitzen

Montag, 16. März 2026 | 13:30 – 14:00

Entdecke die Welt der Bewegung im Sitzen bei unserer 'Gymnastik im Sitzen'. Sanfte Übungen für alle Altersgruppen, die Körper und Geist beleben!

Klub Favoritenstraße 18

Favoritenstraße 18 1040 Wien,
Favoritenstraße 18
01 31399 274101

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



Spanisch- Gedächtnistaining

Montag, 16. März 2026 | 13:30 – 14:30

Um Anmeldung im Klub wird gebeten

Klub+ Weitblick

Greiseneckergasse 5 1200 Wien,
Greiseneckergasse 5
01/ 31399 290201

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



Jausnen

Montag, 16. März 2026 | 13:30 – 14:00

miteinander Jausnen mit plaudern

Klub Burgersteingasse 1

Burgersteingasse 1 1140 Wien,
Burgersteingasse 1
01/ 313 99 284 111

gratis

Plätze: unbegrenzt



Smovey

Montag, 16. März 2026 | 13:30 – 14:15

Diese Übung sorgt für eine ausgewogene Wirkung auf die Muskulatur, hilft beim Fettabbau und löst gleichzeitig Verspannungen.

Klub Breitenfurter Straße 452/1 (Rodaun)

Breitenfurter Straße 452/1 (Rodaun) 1230 Wien,
Breitenfurter Straße 452/1 (Rodaun)
01 31399 293221

gratis

Um tel. Anmeldung im Klub wird gebeten



Vortrag: Sicher älter werden zu Hause

Montag, 16. März 2026 | 13:30 – 15:30

Gemeinsam hören wir uns einen Vortrag vom FSW bezüglich "Sicher älter werden zu Hause" an.

Klub+ All in Village3

Ljuba-Welitsch-Promenade 12A/B 1030 Wien,
Ljuba-Welitsch-Promenade 12A/B
01 / 313 99 273 121

Preis siehe Beschreibung

Plätze: unbegrenzt



Lateinamerikanische Solotänze für Anfänger*innen

Montag, 16. März 2026 | 13:30 – 14:30

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+ All in Neubau

Neubaugürtel 6A 1070 Wien,
Neubaugürtel 6A
01 313 99 277071

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



Gymnastik mit Elfi

Montag, 16. März 2026 | 13:30 – 14:00

Fit bleiben

Klub Hubergasse 8

Hubergasse 8 1160 Wien,
Hubergasse 8
01/31399 286121

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



Seelen-Klang

Montag, 16. März 2026 | 14:00 – 15:00

Tiefe Entspannung, Loslassen von Stress & Blockaden,
etc.

Klub Ahornergasse 11

Ahornergasse 11 1070 Wien,
Ahornergasse 11
0131399277131

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



Kegeln im Haus Prater

Montag, 16. März 2026 | 14:00 – 17:00

Um Anmeldung im Klub wird gebeten

Klub Engerthstraße 199/4

Haus Prater 1020 Wien,
Engerthstraße 255

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



Winterspaziergang im Augarten

Montag, 16. März 2026 | 14:00 – 15:00

Bewegung für Körper und Geist

Klub Karl-Meißl-Straße 11

Karl-Meißl-Straße 11 1200 Wien,
Karl-Meißl-Straße 11
01 31399 290 111

gratis

Plätze: unbegrenzt

einfach vorbeikommen



Mit.einander Kegeln - nur mit Anmeldung!

Montag, 16. März 2026 | 14:00 – 17:00

wir kegeln gemeinsam im Haus Tamariske

Klub Melangasse 1/88

Haus Tamariske Sonnenhof 1220 Wien,
Zschokkegasse 89

gratis

Plätze: unbegrenzt

Um Anmeldung im Klub wird gebeten



Stadt Land Fluss

Montag, 16. März 2026 | 14:00 – 15:00

"Stadt Land Fluss" fördert die Kreativität, das
Allgemeinwissen und schnelles Denken auf spielerischer
Art & Weise.

Klub Rabengasse 2-10

Rabengasse 2-10 1030 Wien,
Rabengasse 2-10
01 31399 273131

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



Gymnastik im Sitzen mit Physiotherapeutin Daniela

Montag, 16. März 2026 | 14:00 – 15:00

Entdecke die Welt der Bewegung im Sitzen bei unserer 'Gymnastik im Sitzen'. Sanfte Übungen für alle Altersgruppen, die Körper und Geist beleben!

Klub+ Gehörlosenwelt

Waldgasse 13 1100 Wien,
Waldgasse 13
01 31399 280201

gratis

Plätze: unbegrenzt

Um Anmeldung im Klub wird gebeten



Spielenachmittag

Montag, 16. März 2026 | 14:00 – 15:00

verschiedene Gesellschaftsspiele

Klub Weimarer Straße 8-10

Weimarer Straße 8-10 1180 Wien,
Weimarer Straße 8-10
01/ 313 99 288 131

gratis

Plätze: unbegrenzt

einfach vorbeikommen!



Miteinander Spielen: Brettspiele

Montag, 16. März 2026 | 14:00 – 16:30

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

Klub Laaer-Berg-Straße 166

Laaer-Berg-Straße 166 1100 Wien,
Laaer-Berg-Straße 166
01 31399 280 141

gratis

Plätze: unbegrenzt



Quiz mit Christian Klein

Montag, 16. März 2026 | 14:00 – 15:00

Der Trainer Christian Klein stellt kunterbunte Wissensfragen.

Klub Sperrgasse 17

Sperrgasse 17 1150 Wien,
Sperrgasse 17
01 31399 285 141

gratis

Plätze: unbegrenzt

Einfach vorbeikommen



Gesellschaftsspiele und Kaffeekränzchen

Montag, 16. März 2026 | 14:00 – 17:00

Wir laden Sie herzlich zu einem fröhlichen und geselligen Nachmittag mit Brett- und Kartenspielen ein - in entspannter Runde und bei einer Tasse Kaffee.

HausKlub Neubau

Neubau 1070 Wien,
Schottenfeldgasse 25-27
+43 1 313 99 1300

gratis

Plätze: unbegrenzt