

# 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.



## MitEinander Tanzen

Montag, 19. Januar 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**



## Sitz-Yoga

Montag, 19. Januar 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 Neubaugürtel 6A

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

**gratis**

**Plätze: unbegrenzt**

**Einfach vorbeikommen**



## Jazztanz mit Bianca

Montag, 19. Januar 2026 | 10:00 – 12:00

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**



## Hundetherapie

Montag, 19. Januar 2026 | 10:15 – 11:00

Dog4mend - Hundetherapie Uschi, Bruno und Lucy kommen zu uns. Um Anmeldung wird gebeten.

## Haus Margareten

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

**Preis siehe Beschreibung**

**Plätze: unbegrenzt**

**Um tel. Anmeldung im Haus wird gebeten**

**Gymnastik mit Musik**

Montag, 19. Januar 2026 | 10:30 – 11:30

Bewegung für Körper und Geist

**Klub Karl-Lothringer-Straße 32**Karl-Lothringer-Straße 32 1210 Wien,  
Karl-Lothringer-Straße 32  
01 31399 291171**gratis****Plätze: unbegrenzt****Sitz-Tanz-Gymnastik**

Montag, 19. Januar 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****Gymnastik für die Finger**

Montag, 19. Januar 2026 | 10:30 – 11:00

Fingergymnastik

**Klub Kalvarienberggasse 29**Kalvarienberggasse 29 1170 Wien,  
Kalvarienberggasse 29  
KBB Ivana: 0676832501035**gratis****Plätze: unbegrenzt****Smovey. Anmeldung im Klub erforderlich!**

Montag, 19. Januar 2026 | 10:30 – 11:00

Gymnastik mit Smoveys

**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, 19. Januar 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****Um Anmeldung im Klub wird gebeten****Gymnastik mit den Smovey-Ringen**

Montag, 19. Januar 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**