

Das Sport-Programm der Wiener NATURFREUNDE

Stand: ab 28.06.2023

| Termine | Titel | Treffpunkt | Kriterien | Kosten | Anmeldung/ Info | LeiterIn | NATURFREUNDE |
|-----------------------------|---|---|---|---|---|-----------------|--------------|
| Gymnastik und Turnen | | | | | | | |
| Mittwochs 17:00 - 18:00 | Gesundheits- gymnastik | 1100, Turnsaal der Schule Neilreichgasse 111 / Sahulkastraße | ab Mi., 6.9.2023 außer an schulfreien Tagen | € 3,- | 0676/ 40 11 000 info.naturfreunde10@chello.at | Günter Damesch | Favoriten |
| Mittwochs 18:00 - 19:30 | Konditionstraining | 1100, Turnsaal der Schule Neilreichgasse 111/ Sahulkastraße | ab Mi., 6.9.2023 außer an schulfreien Tagen | € 3,- | 0676/ 40 11 000 info.naturfreunde10@chello.at | Günter Damesch | Favoriten |
| jeden Mittwoch | Gymnastik und Ballspport für Jung und Junggebliebene | 1140 Wien, Turnsaal II der Schule Hochsatzengasse 22-24 | ab Sept. 2023 - außer in den Schulferien! 18:00 Volleyball 19:00 Gymnastik, Wirbelsäulengymnastik | Unkostenbeitrag € 2,- für NF-Mitglieder | naturfreunde.penzing@aon.at | Norbert Pentsch | Penzing |
| Mo., 19:30 - 20:30 | Volleyball | 1070, Zollergasse 41, Turnsaal Schule | Ab 11. September 2023 außer an schulfreien Tagen | € 3,- pro Abend | Auskunft bei Günther Koch 0664/73870313 oder E-Mail.: g.a.koch@aon.at | | Neubau |
| Di., 18:00 - 21:00 | Turnabend im Turnsaal | 1180, Cottagegasse 17 | ab 5.9.2023 18:00-19:30 Musikgymnastik 19:30-21:00 Volleyball Findet nicht in Schulferien statt! | | 01 470 73 52 waehring@naturfreunde.at | Fitz Weinke | Währing |

Termine Titel Treffpunkt Kriterien Kosten Anmeldung/ Info LeiterIn NATURFREUNDE

Laufen und Nordic Walking

| | | | | | | | |
|-----------------------|----------------------|--|--|--|---|----------------------|--------------|
| Freitags | Nordic Walking | Treffpunkt: Eingang Steinhofgründe bei der Feuerwache, 1140 | Bitte immer anmelden! Jeden Freitag von Mai bis Juni und September bis November 17 Uhr In den Sommerferien findet Nordic Walking ab 18 Uhr immer am Mittwoch statt! Ausrüstung: Stöcke, Sportschuhe und gute Laune | keine | RSteinberger@gmx.net 0650 606 38 68 | Reinhard Steinberger | Penzing |
| Do., 18:00 - 19:15 | Nordic Walking | Ernst Sadil Platz 1, NF-Kaisermühlen | Bis zur Sommer- auf Winterzeit-Umstellung Oktober 2023 | € 1,- NF Mitglieder € 2,- Gäste € 1,- Leihstöcke | eva.zakeri@gmx.at info@naturfreunde-kaisermuehlen.at | Eva Zakeri-Marakani | Kaisermühlen |
| Mo., 18:00 - 19:30 | Nordic Walking-Treff | 1180., Türkenschanzpark, Gregor Mendel Straße/Ecke Hasenauerstraße | Für Anfänger und Fortgeschrittene - Immer Montags an Werktagen - nicht an schulfreien Tagen | Die Teilnahme ist gratis, Leihstöcke € 2,- | 01 479 59 49 | Renate Schmitt | Währing |

Das Sport-Programm der Wiener NATURFREUNDE

Stand: ab 28.06.2023

| Termine | Titel | Treffpunkt | Kriterien | Kosten | Anmeldung/ Info | LeiterIn | NATURFREUNDE |
|----------------------------------|------------------------------------|--|--|--------|--|-------------------|---------------------------|
| Jeden Freitag um 18:00 | Langsam-Lauf-Treff : Jeden Freitag | Winterzeit: Ottakringer Hallenbad 1160 Wien, Johann-Staudstr.11 Sommerzeit: Steinhofgründe 1140 Wien, Eingang Heschweg 100 (Feuerwehr Steinhof) | Bitte vorher unbedingt anmelden! | | Leopold.amstaetter@gmx.at | Leopold Amstätter | Penzing |
| | Langsam laufen | Wienerwald oder Donaubereich | Termine undTreffpunkte bitte erfragen! | | 01 470 73 52 friedrich@weinke.at | Friedrich Weinke | Währing |
| Wassersport und Sonstiges | | | | | | | |
| | Leichtathletik | 1220, Erzherzog Karl Straße 108 | Anfragen direkt bei der Fachgruppe | | 0676/ 847 46 417 Helmut.baudis@gmx.at | Helmut Baudis | FG Leichtathletik Stadlau |
| | Orientierungslauf | | Anfragen direkt bei der Fachgruppe | | office@nfwien-orienteeing.at www.nfwien-ol.at | Thomas Radon | FG Orientierungs-lauf |
| | | | | | | | |

NATURFREUNDE Wien
 Erzherzog-Karl-Straße 108, 1220 Wien
 T 01 893 6141, E wien@naturfreunde.at
<http://wien.naturfreunde.at>



Das Sport-Programm der Wiener NATURFREUNDE

Stand: ab 28.06.2023

| Termine | Titel | Treffpunkt | Kriterien | Kosten | Anmeldung/ Info | LeiterIn | NATURFREUNDE |
|---------------------------------|---|--------------------------------|---|--------|--|--|--------------|
| Von April bis September 2024 | Paddeln | Paddelzentrum Wien Kuchelau | Anfrage direkt bei der Fachgruppe Anfängertraining, Oldiepaddeln, Seekajaktraining, SUP | | paddelzentrum.kuchelau@naturfreunde.at fachgruppe-paddler.naturfreunde.at | Julia Votter | OG Paddler |
| Sa, 29.06.2024 | Bike&Paddle MTB Ausfahrt Kahlenberg+ Paddeln | 10 Uhr Bootshaus Kuchelau | Dauer ca. 2-3 Stunden, 300 hm, anschließend Schnupperpaddeln | | Anmeldung erforderlich! andreas.hoellmueller@gmx.at; 0699 11 66 8680 fachgruppe-paddler.naturfreunde.at | Andreas Höllmüller, Julia Votter | Paddelgruppe |
| September 14.- 21.09.2024 | Kite Camp Rhodos | Rhodos | Anfrage direkt bei der Ortsgruppe für 2024 | | penzing.naturfreunde.at naturfreunde.penzing@gmx.at | | Penzing |

NATURFREUNDE Wien
 Erzherzog-Karl-Straße 108, 1220 Wien
 T 01 893 6141, E wien@naturfreunde.at
<http://wien.naturfreunde.at>



Termine Titel Treffpunkt Kriterien Kosten Anmeldung/ Info LeiterIn NATURFREUNDE

Klettern Kinder- und Jugendliche/In- und Outdoor

| | | | | | | | |
|-------------------|-------------------------------------|--------------------|--|--------|---------------------------|-----------------|---------|
| Fr, 19.04.2024 | KiJu Klettern am Fels Weichtalklamm | Info bei Anmeldung | Klettergruppe für Fortgeschrittene von 6-10 Jahre | | moritz.rudigier@gmail.com | Moritz Rudigier | Penzing |
| Fr, 19.04.2024 | KiJu Klettern am Fels Weichtalklamm | Info bei Anmeldung | Klettergruppe für Fortgeschrittene von 11-15 Jahre | | moritz.rudigier@gmail.com | Moritz Rudigier | Penzing |
| Sa, 20.04.2024 | KiJu Klettern am Fels Weichtalklamm | Info bei Anmeldung | Klettergruppe für Fortgeschrittene von 6-10 Jahre | | moritz.rudigier@gmail.com | Moritz Rudigier | Penzing |
| Sa, 20.04.2024 | KiJu Klettern am Fels Weichtalklamm | Info bei Anmeldung | Klettergruppe für Fortgeschrittene von 11-15 Jahre | | moritz.rudigier@gmail.com | Moritz Rudigier | Penzing |
| So, 28.04.2024 | KiJu Klettertraining in der KHW | 12:30 - 14:30 Uhr | Klettergruppe für Fortgeschrittene von 6-10 Jahre | € 15,- | moritz.rudigier@gmail.com | Moritz Rudigier | Penzing |
| So, 28.04.2024 | KiJu Klettertraining in der KHW | 15:00 - 18:00 Uhr | Klettergruppe für Fortgeschrittene von 11-15 Jahre | € 15,- | moritz.rudigier@gmail.com | Moritz Rudigier | Penzing |
| Mi 01.05.2024 | KiJu Klettertraining in der KHW | 12:30 - 14:30 Uhr | Klettergruppe für Fortgeschrittene von 6-10 Jahre | € 15,- | moritz.rudigier@gmail.com | Moritz Rudigier | Penzing |

NATURFREUNDE Wien

Erzherzog-Karl-Straße 108, 1220 Wien
T 01 893 6141, E wien@naturfreunde.at
<http://wien.naturfreunde.at>



Das Sport-Programm der Wiener NATURFREUNDE

Stand: ab 28.06.2023

| Termine | Titel | Treffpunkt | Kriterien | Kosten | Anmeldung/ Info | LeiterIn | NATURFREUNDE |
|-----------------------------------|---|--------------------|---|--------|---------------------------|-----------------|--------------|
| Mi 01.05.2024 | KiJu Klettertraining in der KHW | 15:00 - 18:00 Uhr | Klettergruppe für Fortgeschrittene von 11-15 Jahre | € 15,- | moritz.rudigier@gmail.com | Moritz Rudigier | Penzing |
| SO, 05.05.2024 | KiJu Klettern am Fels Peilstein | Info bei Anmeldung | Klettergruppe für Fortgeschrittene von 6-10 Jahre | | moritz.rudigier@gmail.com | Moritz Rudigier | Penzing |
| SO, 05.05.2024 | KiJu Klettern am Fels Peilstein | Info bei Anmeldung | Klettergruppe für Fortgeschrittene von 11-15 Jahre | | moritz.rudigier@gmail.com | Moritz Rudigier | Penzing |
| SO 26.05.2024 | KiJu Klettertraining in der KHW | 12:30 - 14:30 Uhr | Klettergruppe für Fortgeschrittene von 6-10 Jahre | € 15,- | moritz.rudigier@gmail.com | Moritz Rudigier | Penzing |
| So, 26.05.2024 | KiJu Klettertraining in der KHW | 15:00 - 18:00 Uhr | Klettergruppe für Fortgeschrittene von 11-15 Jahre | € 15,- | moritz.rudigier@gmail.com | Moritz Rudigier | Penzing |
| So, 09.06.2024 | KiJu Klettertraining in der KHW | 12:30 - 14:30 Uhr | Klettergruppe für Fortgeschrittene von 6-10 Jahre | € 15,- | moritz.rudigier@gmail.com | Moritz Rudigier | Penzing |
| So, 09.06.2024 | KiJu Klettertraining in der KHW | 15:00 - 18:00 Uhr | Klettergruppe für Fortgeschrittene von 11-15 Jahre | € 15,- | moritz.rudigier@gmail.com | Moritz Rudigier | Penzing |
| Sa, 15.06.2024 – 16.06.2024 | KiJu Klettertraining Klettern am Fels Weichtalklamm | 13:00 – 18:00 Uhr | Details bei Anmeldung | | moritz.rudigier@gmail.com | Moritz Rudigier | Penzing |

NATURFREUNDE Wien
 Erzherzog-Karl-Straße 108, 1220 Wien
 T 01 893 6141, E wien@naturfreunde.at
<http://wien.naturfreunde.at>



Das Sport-Programm der Wiener NATURFREUNDE

Stand: ab 28.06.2023

| Termine | Titel | Treffpunkt | Kriterien | Kosten | Anmeldung/ Info | LeiterIn | NATURFREUNDE |
|------------------------------------|------------------------------------|-------------------|---|--------|---------------------------|-----------------|--------------|
| So, 23.06.2024 | KiJu Klettertraining in der KHW | 12:30 - 14:30 Uhr | Klettergruppe für Fortgeschrittene von 6-10 Jahre | € 15,- | moritz.rudigier@gmail.com | Moritz Rudigier | Penzing |
| So, 23.06.2024 | KiJu Klettertraining in der KHW | 15:00 - 18:00 Uhr | Klettergruppe für Fortgeschrittene von 11-15 Jahre | € 15,- | moritz.rudigier@gmail.com | Moritz Rudigier | Penzing |
| Sa, 29.06.2024 | KiJu Klettertraining in der KHW | 12:30 - 14:30 Uhr | Klettergruppe für Fortgeschrittene von 6-10 Jahre | € 15,- | moritz.rudigier@gmail.com | Moritz Rudigier | Penzing |
| Sa, 29.06.2024 | KiJu Klettertraining in der KHW | 15:00 - 18:00 Uhr | Klettergruppe für Fortgeschrittene von 11-15 Jahre | € 15,- | moritz.rudigier@gmail.com | Moritz Rudigier | Penzing |
| Sa, 29.07.2024 – 03.08. 2024 | KiJu Klettercamp Hopfürglhütte | 08:00 - 20:00 Uhr | Details bei Anmeldung | | moritz.rudigier@gmail.com | Moritz Rudigier | Penzing |

Klettern + Klettersteig Erwachsene /In- und Outdoor

| | | | | | | | |
|---|----------------------------------|-----------------------------------|--|--|---|-----------------------|------------|
| Di., ab 05.09.2023 18:00-21:00 | Klettertreff wöchentlich | Kletterhalle Wien oder Outdoor | Details auf der Website der NF Landstraße | | https://landstrasse.naturfreunde.at | Aurore und Stephan | Landstraße |
| Do., ab 07.09.2023 18:00-21:00 | Klettertreff alle 2 Wochen | Kletterhalle Wien oder Outdoor | Details auf der Website der NF Landstraße | | https://landstrasse.naturfreunde.at | Karin | Landstraße |

NATURFREUNDE Wien
Erzherzog-Karl-Straße 108, 1220 Wien
T 01 893 6141, E wien@naturfreunde.at
<http://wien.naturfreunde.at>



Termine Titel Treffpunkt Kriterien Kosten Anmeldung/ Info LeiterIn NATURFREUNDE

Mountainbiken Training und Touren

| | | | | | | | |
|-------------------|-----------------------------|----------------------------------|---|--|---|--------------------------------------|--------------|
| Sa, 20.04.2024 | MTB-Ausfahrt Hütteldorf | | Dauer ca. 3-4 Stunden; 20 - 30 km, ca. 600 - 800 hm, moderates Tempo E-biker*innen, die sich geschwindigkeitsmäßig anpassen sind willkommen | | Anmeldung erforderlich! moritz.wels@aon.at 0676 3505889 | Moritz Wels | Penzing |
| Sa, 27.04.2024 | MTB-Tagestour Bratislava | An und Rückreise mit der Bahn | Für Fortgeschrittene 30 – 45 km, ca. 700 - 1000 hm, moderates Tempo E-biker*innen, die sich geschwindigkeitsmäßig anpassen sind willkommen | | Anmeldung erforderlich! andreas.hoellmueller@gmx.at; 0699 11 66 8680 | Andreas Hölmüller, Moritz Wels | Wien/Penzing |
| Sa, 04.05.2024 | MTB-Ausfahrt Bisamberg | | Dauer ca. 3-4 Stunden; 20 - 30 km, ca. 600 - 800 hm, moderates Tempo E-biker*innen, die sich geschwindigkeitsmäßig anpassen sind willkommen | | Anmeldung erforderlich! moritz.wels@aon.at 0676 3505889 | Moritz Wels | Penzing |
| Sa, 25.05.2024 | MTB-Ausfahrt Youngsters | 10 Uhr Bahnhof Hütteldorf | Du bist zwischen 12 und 14 Jahre, kurze Touren im Wienerwald 20 km, ca. 400-500 hm | | Anmeldung erforderlich! andreas.hoellmueller@gmx.at; 0699 11 66 8680 | Andreas Hölmüller | Wien |
| Sa, 08.06.2024 | MTB-Tagestour Anninger | An und Rückreise mit der Bahn | Für Fortgeschrittene 30 – 45 km, ca. 700 - 1000 hm, moderates Tempo E-biker*innen, die sich geschwindigkeitsmäßig anpassen sind willkommen | | Anmeldung erforderlich! moritz.wels@aon.at 0676 3505889 | Moritz Wels | Penzing |
| Sa, 15.06.2024 | MTB-Ausfahrt Youngsters | 10 Uhr Bahnhof Hütteldorf | Du bist zwischen 12 und 14 Jahre, kurze Touren im Wienerwald 20 km, ca. 400-500 hm | | Anmeldung erforderlich! andreas.hoellmueller@gmx.at; 0699 11 66 8680 | Andreas Hölmüller | Wien |

NATURFREUNDE Wien

Erzherzog-Karl-Straße 108, 1220 Wien
T 01 893 6141, E wien@naturfreunde.at
<http://wien.naturfreunde.at>



Das Sport-Programm der Wiener NATURFREUNDE

Stand: ab 28.06.2023

| Termine | Titel | Treffpunkt | Kriterien | Kosten | Anmeldung/ Info | LeiterIn | NATURFREUNDE |
|-------------------|----------------------------|------------|---|--------|---|----------------|--------------|
| Sa, 22.06.2024 | MTB-Ausfahrt Hütteldorf | | Dauer ca. 3-4 Stunden; 20 - 30 km, ca. 600 - 800 hm, moderates Tempo E-biker*innen, die sich geschwindigkeitsmäßig anpassen sind willkommen | | Anmeldung erforderlich! moritz.wels@aon.at 0676 3505889 | Moritz Wels | Penzing |
| | | | | | | | |

Nähere Infos zum Angebot der Wiener Naturfreunde findet ihr unter: wien.naturfreunde.at/events