

So 29.09. Radtour nach Eendingen Treffpunkt: Marktplatz Vauban um 10.30 Uhr. Wir laden herzlich zum Mitradeln zu unserer Partnergemeinde Eendingen ein. In Kiechlinbergen besuchen wir das große Zwiebelkuchenfest. Ankunft gegen 15 Uhr. Rückfahrt: Rad oder Bahn. Infos: www.stadtteilverein-vauban.de Bitte anmelden unter kontakt@stadtteilverein-vauban.de oder Tel. 0761-76994370 (AB).

Mi 02.10. Vauban dances into Unity ab 21 Uhr, Saal Haus 037, Alfred-Döblin-Platz 1, Eintritt: 5 Euro / Menschen mit Behinderung haben freien Eintritt. Benefizveranstaltung für Projekte der Quartiersarbeit Vauban. Erlebt eine mitreißende Nacht mit electro, tech house, breakbeat, uk bass und idm – präsentiert von den DJs der Millenials Generation: patman, sauced und dinn.



Sa 12.10. Reparaturcafé Vauban um 14–17 Uhr im Familienzentrum Kita Wiesengrün, Wiesentalstr. 20: bis 16 Uhr können Geräte oder Textilien zum gemeinsamen Reparieren und Nähen mitgebracht werden. Infos auf quartiersarbeit-vauban.de



Mi 16.10. Arbeitskreis Inklusion um 18 Uhr im Büro der Quartiersarbeit Vauban im Stadtteilzentrum Haus 37, Alfred-Döblin-Platz 1. Kontakt: lytvynenko@diakonie-freiburg.de

Do 17.10. Vernissage von Bildern von Geflüchteten aus der Ukraine im Rahmen des Café für alle von 15:30 bis 17:30 Uhr: Ausstellung der Bilder von 15.10. - 15.11. in den Räumen der Kirche in Vauban, Vaubanallee 11

Fr 18.10. Vauban trifft Vauban: Ein Raum für Begegnung, Kultur und Gastronomie von 18 bis 21 Uhr: offene Bühne für Kleinkunst mit Kneipencharakter; Speisen und Getränke auf Spendenbasis; in Hansens Esszimmer, Marie-Curie-Str. 1, Eintritt frei, Info + Kontakt: lytvynenko@diakonie-freiburg.de

Mi 23.10. Beirat der Quartiersarbeit um 16 Uhr im Saal A, Stadtteilzentrum Haus 037, Alfred-Döblin-Platz 1. Alle sind herzlich willkommen, um die Quartiersarbeit und Akteure aus dem Stadtteil persönlich kennen zu lernen. Kontakt: Quartiersarbeit Vauban, lytvynenko@diakonie-freiburg.de

Do 24.10. Biografie Spiel "Lebensreise" mit Ulrike Hagemann, im Rahmen vom Café für alle, von 15:30 bis 17:30 Uhr, Vaubanallee 11, Eintritt frei

So 27.10. Konzert mit Jan F. Kurth und Anne Munka um 18 Uhr im Haus 37 zur Einweihung der neuen Akustik im Saal des Stadtteilzentrums. Die beiden Sänger*innen verbinden moderne Kompositionen mit Improvisation, Soundscapes, Klangcollagen sowie Sprach- u. Stimmakrobatik. Veranstalt.: Haus 37

Fr 08.11. +Sa 09.11. Leben mit dem Tod Meditatives Seminar mit Maruma Mundhaas und Lupus Richter: Trotz Glaubenssätzen, Tabus, Widerständen und Ängsten durch liebevolle Zuwendung Lebendigkeit und neue Kraft gewinnen. Ort: Lichtraum Vaubanallee 49. Info/Anmeldung: www.lupusrichter.de, E-Mail: kontakt@lupusrichter.de

Sa 09.11. +So 10.11. Ausstellung Ak Kunst Vauban von 11 bis 18 Uhr im Haus 037, Saal A+B 10 Künstler der Atelieregemeinschaft stellen aus: Malerei, Zeichnungen, Drucke - auch mit Bezug zu 25 Jahre Vauban. Musik am Sa 11 Uhr und So ab 14.30 Uhr: "Klezmer und mehr" mit Annette Wiedemann, Klavier und Clemens Müller Haser

Kreativmarkt am 16. November
 von 14 bis 19 Uhr in den Sälen von Haus 037 und auf dem Alfred-Döblin-Platz
 Standplätze: **Künstler und Kreative können 3 m für 15 € reservieren**
 Außerdem gesucht: **Interessierte, die die musikalische Umrahmung im Bühnenzelt auf dem Alfred-Döblin-Platz mitgestalten.**
 Kontakt und Anmeldung: Quartiersarbeit Vauban, lytvynenko@quartiersarbeit-vauban.de



Anzeigen

bücher Lesen ist out?
 NICHT BEI UNS!
 SCHAUEN SIE VORBEI!

BUCHHANDLUNG
VAUBAN

ONLINE 24 STUNDEN
 an 7 tagen:
WWW.BUCHHANDLUNG-VAUBAN.DE

ODER BEI UNS IM LADEN:
 VAUBANALLEE 12

Schöner Raum (ca.55m²)
 für Kreativ-Kurse vom Malen und Singen
 bis Yoga, Tanzen und Meditation.

<https://www.raum-der-stille.de/>
 Anfragen unter: info@raum-der-stille.de
 oder 0176-96804024, Olaf Greifzu

DIVA

beflügelnder
 Gesangsunterricht

Almut Schuster
www.gesang-freiburg.de

Quartiersladen


der
 Bioladen
 im
 Vauban

Quartiersladen eG | Vaubanallee 38 | 79100 Freiburg
www.quartiersladen.de | info@quartiersladen.de

natürlich & bio

KULTURKALENDER VAUBAN - OKTOBER 2024 - Ausgabe 173

Kalendereinträge bitte bis zum 18. des Vormonats an: kuka@stadtteilverein-vauban.de
Preise pro Eintrag: 8 € gemeinnützig / 10 € privat / 15 € kostenpflichtige Kurse etc.
Herausgeber ist der Stadtteilverein Vauban e.V. – Redaktion und Layout: Daniel Haas

Fotoausstellung zur Artenvielfalt im Stadtteil Vauban von 30.09. bis 15.11.24 immer Mo-Do, 9-18 Uhr, Fr -12-30 Uhr in der VHS Galerie, Rotteckring 12: 17 erläuterte Fototafeln zu den Themen Singvögel, Mauersegler, Bienen und Co, naturnahe Gärten, Obstgehölze und Bäume, Bildungsprojekt im urbanen Garten, Gründächer, Hausbegrünung, Nischenpflanzen. Verant: Stadtteilverein Vauban e.V. in Kooperation mit der Volkshochschule Fr. 

Hatha-Yoga montags 9:55-10:55 Uhr / 14.10.-16.12.24 / 10 Einheiten im Haus 37 im DG . Inhalte & Ziele: Asanas und Meditation / Entspannt und gestärkt zugleich / einfach nur auf sich selbst fokussieren / ankommen im Hier & Jetzt / zur Ruhe kommen. Kosten: 100 €. Kontakt: Iris Jacobs, www.pilatestrainingjacobs.de / 0171 19 55508

Yogakurs mit Doris Kundaliniyoga, eine dynamische Form des Yogas, angepasst an jedes Alter. Hält fit und beweglich und ist gepaart mit Entspannung und tiefer Meditation mit dem Ziel das Bewusst Sein zu entwickeln. Montags 9 Uhr – 10.45 Uhr, Raum der Stille, Haus 37 im DG, 15 € pro Termin / 10er Karte 130 €. doris.mueller@vauban.de, 01520 2395 395

Yoga mit Olaf auf und mit dem Stuhl - Yoga für ältere und bewegungseingeschränkte Menschen. Dienstags von 9:45 bis 11:15 Uhr im „Raum der Stille“, Alfred-Döblin Platz 1, Kontakt: Olaf Greifzu, olaf.yogaraum@posteo.de, Tel. 0176-96804024 96804024

Pilates Präventionskurs Präsenzkurs im Haus 37 im DG 14.10.-16.12.24 (10 Wochen) montags 8:50-9:50 Uhr oder Online-Kurs per MS-Teams 15.10.-17.12.24 dienstags 19:30-20:30 Uhr. Fokus: Rücken- & Schulterbereich, Beckenboden- und Atemübungen für Kraft/Stabilität/Beweglichkeit. Kosten: 150 €, Zuschuss gesetzl. Kasse bis 75 €. Leitung: Iris Jacobs, Sportwissenschaftlerin B.A., Hatha Yoga, Zertifiz. Pilateslehrerin (BASi). Kontakt: info@pilatestraingjacobs.de / 0171 19 55508

Tai-Chi, Qigong, Meditation - Regelmäßig neue Einsteigerkurse. Termine auch nach Absprache: MO - FR zwischen 8 und 15 Uhr. Einstieg jeder Zeit möglich. Keine Vorkenntnisse notwendig. Kurse auch für/bei Firmen möglich. Kosten: 55 € für 5 Termine. Schnupperstunde kostenfrei. Kontakt: Ägota Hölzel-Kiss, terugas@gmail.com, 0152-01974 894, 0761-21409287

Bewegungstreff donnerstags 9:30 bis 10:15 Uhr; Treffpunkt: Grünspange 3 (Vauban-Mitte, 100m Richtung Abenteuerhof). Einfache angeleitete Übungen, um Kraft, Balance und Beweglichkeit zu erhalten und sich gemeinsam an der frischen Luft zu bewegen. Leitung: Hanne Irion und Franz Doll. Kostenlos, keine Anmeldung. Veranstalter: AK Älter werden / Quartiersarbeit

Kundalini Yoga - Donnerstag von 10.30 bis 12 Uhr + laufender Kurs Mo 9-10.30 Uhr Einstieg möglich. Finde deine innere Mitte, öffne Dein Herz, sei präsent. Ort: Raum der Stille im Haus 037, Kontakt: doris.mueller@vauban.de oder Tel. 01520 2395 395.

Café für Alle donnerstags von 15.30 bis 17.30 Uhr in der Oase, Vaubanallee 11. Ungezwungenes Treffen für Gespräche aller Art. Eine Kooperation von Quartiersarbeit Vauban, Kirche im Vauban u. Stadtteilverein Vauban 

ChiGong und TaiChi mit Helmut: immer Freitag morgens 9:15 bis 10:15 Uhr im Raum der Stille Haus 37. Übungen zur Erhaltung und Förderung der Gesundheit von Körper, Geist und Seele. Spendenbasis 10-15 €. Infos und Kontakt unter <https://freude-am-sein.net>

Anzeigen

vividanza

die Tanzschule im Vauban!
... mehr als nur Standard- und Latein
Lise-Meitner-Str. 12
www.vividanza.de
Viviane Amann
2148571

Schöner Raum im Vauban

ca. 50 qm mit Parkettboden,
Stühle etc. vorhanden,
stunden- / tageweise oder
regelmäßig, z.B. für Kurse, Gruppen,
Versammlungen u.ä. zu vermieten.
Tel. 0163-1382336 mit AB



Schule für Kampfkunst Walter Ruder



Kung Fu • Tai Chi Chuan • Qi Gong

Marie-Curie-Str. 1 - Villaban - Tel. 2853022