

- Sa 15.03.**  **Aktionstag auf dem Abenteuerhof:** Kommt ab 14:00 Uhr vorbei und erlebt mit uns Spiel und Spaß! Neben frischer Pizza aus dem Holzofen gibt es Schauschmieden und barrierefreies Klettern mit Kollegen des DAV.
- Sa 15.03.** **Pflanzen einfach vermehren durch Stecklinge** von 14:30 bis 17:30 Uhr im WandelGarten (bei Haltestelle Innsbrucker Straße). Mit Matheus Jutglar (Gärtner und Baumpfleger) und Monica Lüers (Mitgründerin des WandelGartens), Infos und Anmeldung siehe <https://tinyurl.com/stecklinge>
- Do 20.03.** **Freiburg auf dem Weg zur Schwammstadt?** 18:30–20:30 Uhr im HS 1199, KG I der Uni Freiburg: Bern und Städte an Emscher u. Ruhr als Vorbild, Regenwasser sinnvoll zu nutzen. Mit Andreas Giga (Zukunftsinitiative Klima.Werk) und Madina Vogt (Uni Bern). Veranstalter: schwammstadt-freiburg.de (Initiative von AK regioWasser, Nabu Freiburg, Stadtteilverein Vauban u.v.a.) 
- Fr 21.03.**  **Writing Sounds** um 20 Uhr im Saal, Haus 37: die Schriftstellerin Annette Pehnt und der Violonist Harald Kimmig improvisieren mit Schreiben und Musik. Dabei schaffen sie in ihrer Live-Performance einen immer neuen Raum aus Spiel, Text und Klang. Tickets 15 Euro/ermäßigt 10 € unter mail@haus37.de
- Sa 22.03.**  **Platz für Mädchen auf dem Kinderabenteuerhof:** Tag nur für Mädchen zwischen 9 und 14 Jahren: Ab 10 Uhr den Abenteuerhof erkunden, Spielen, Bauen, Tiere erleben, gemeinsam Kochen und die Schmiede ausprobieren!
- So 23.03.**  **Alchemie mit Prof. Bubbles** um 15 Uhr im Saal, Haus 37: Julian Bell alias Prof. Bubbles verwandelt in seiner Show Seifenblasen in pures Lachen! Helium, Feuer und Nebel entführen Kinder wie Erwachsene in geheimnisvolle Welten. Tickets 10 Euro Erwachsene, 5 Euro Kinder unter mail@haus37.de
- Do 27.03.**  **Cafe für alle: Menschen von nebenan** mit Gunhild Rauch, die zeigt, warum Plastik auf dem Teller landet und was wir sofort dagegen tun können, und mit Barbara Ibo, die kreative Upcycling-Produkte aus der „Upcycling WERTstatt“ präsentiert. Vaubanallee 11, Eintritt frei.
- Sa 29.03.**  **Platz für Jungs** Heute ist der Abenteuerhof nur für Jungs zwischen 8 und 14 Jahren geöffnet. Kommt vorbei, wir werden Feuer machen und darüber kochen, die Tiere versorgen, bauen und werkeln, oder einfach Freispielen - alles nur unter Jungs. Veranstalter: Kinderabenteuerhof Freiburg e.V.
-
- Do 03.04.**  **Offenes Atelier des AK Kunst Vauban** um 19.00 Uhr im Atelierraum im Haus 37, 2. OG, Aktionskreis Kunst e.V.: künstl. Arbeiten mit schönem kreativen Input, Es sind keine Vorkenntnisse nötig, Material ist vorhanden – Spenden willkommen. Kontakt: Annette Burrer, malerei-burrer@gmx.de
- Sa 05.04.**  **Frühlingflohmarkt Vauban für „Erwachsene“** um 13 bis 18 Uhr auf dem Alfred-Döblin-Platz, Eintritt frei. Standgebühr: 15 €, Bürgergeld-Empfänger erm. 5 €. Aufbau ab 12 Uhr. Anmeldung und weitere Infos auf www.quartiersarbeit-vauban.de 
- So 06.04.** **Röckchen wechsel Dich – Kleidertausch für Frauen** 14-16 Uhr im Haus 37. Beitrag: 4 €. Kleiderabgabe ab 13 Uhr: Gut erhaltene, saubere Kleidung, Schuhe, Accessoires für Frühling+Sommer mitbringen und neue Lieblingsstücke finden, ohne Geld oder Gegenwert. Ohne Anmeldung, einfach vorbeikommen! Veranstalterin: Renate Müller-Procyk, renate@newdance-freiburg.de, T. 0177 377 09 10
- Sa 12.04.**  **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. Weitere Infos auf quartiersarbeit-vauban.de 
- Sa 12.04.**  **13 MINUTEN – wie Georg Elser beinahe die Welt verändert hätte** 20 Uhr–21:30 Uhr im Saal A Haus 37. Bühnenstück von Bernd Wengert (Skript, Regie und Schauspiel) und Michael Moravek (Songs, Gitarre, Zither, Gesang) über den weitsichtigen Menschen und Hitler-Attentäter Georg Elser, anlässlich dessen 80. Todestags. 

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

DIVA la musica



beflügelnder
Gesangsunterricht
Almut Schuster
www.gesang-freiburg.de

KULTURKALENDER VAUBAN - MÄRZ / APRIL 2025 - Ausgabe 177

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

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 Bewusstsein 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

“LeNa singt”: Neustart am 18.03. mit Almut Schuster, jetzt dienstags von 17 bis 18 Uhr. miteinander singen tut gut und macht Freu(n)de! LeNa steht für Lebendige Nachbarschaft. Für die ältere Generation. Ort: DIVA la musica, Lise-Meitner-Str.12, EG links, Unkostenbeitrag 5 €

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

Yoga – rückengerecht mit Maruma Mundhaas: dienstags 18.30 Uhr im Lichtraum in der Vaubanallee 49. Kontakt: info@maruma.de - www.maruma.de



Bewegungstreff donnerstags 9:30 bis 10:15 Uhr; Treffpunkt: Grünsperg 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 bei Café und Kuchen. Eine Kooperation von Quartiersarbeit Vauban, Stadtteilverein Vauban und Kirche im Vauban.



SOMA Breath Atemmeditation und Atemreisen: Donnerstags 18-19 Uhr, Haus 037. Eine einfache, wirkungsvolle wissenschaftl. basierte Atemmethode für mehr Entspannung, Kreativität, Freude, Leichtigkeit, Motivation, zur Regulierung des Nervensystems bei Stress, Angst, Erschöpfung, Trauma etc. Anmeldung bei Eva Makkos, Tel. (0761) 5951 8915 oder E-Mail an eva.makkos@gmail.com, 18 € einmalig, 5er Karte 80 €

Naturverbundenheit und Achtsamkeit - Wochenend-Retreat 21.-23.03. mit Mirjam Luthe & Andrea Zacke. Das wahre Schöne sehen - Herzensweisheit und engagierte Achtsamkeit in herausfordernden Zeiten. Beginn Freitag: 18 Uhr, Ende Sonntag: 12 Uhr. Ort: Lichtraum Vauban und umliegende Natur am Schönberg, Kosten: 200 €. Info & Anmeldung bis 14.3. an welcome@walk-in-beauty.org

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: Ágota Hölzel-Kiss, terugras@gmail.com, 0152-01974 894, 0761-21409287

Anzeigen

Quartiersladen
der Bioladen im Vauban



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

natürlich & biologisch

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

Musik wie eine Sprache lernen!

mittwochs zur Marktzeit
Früherziehungs-Gruppen
im Vauban

www.kilemusik.de



Samstag, 05. April um 13-18 Uhr
auf dem Alfred-Döblin-Platz:

Vauban

Frühlings-Flohmarkt

Infos + Anmeldung auf

www.quartiersarbeit-vauban.de



**Schule für Kampfkunst
Walter Ruder**



Kung Fu • Tai Chi Chuan • Qi Gong

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