

- So 05.09.** **Body Alignment Workshop** - Füße schlagen Wurzeln – Mit kreativen Vorstellungsbildern zu einer ausgeglichenen Körperhaltung und mehr Leichtigkeit in deinen Bewegungen; 14 – 18 Uhr; Studio Pro Arte, Am Rohrgraben 4a in Merzhausen; 45 €; mit Annabell Loewe & Eva Bräutigam Anmeldung: info@loewe-design.de oder 01771473782; Infos: www.eva-braeutigam.de
- Mo 07.09. - Fr 11.09.** **Future Labs: Ferienprogramm für Kinder und Jugendliche.** Studio pro Arte bietet jeweils von 10 bis 15 Uhr im Haus 37 ein künstlerisches Projekt für Kinder/Jugendliche (10–16 J.) an, in dem gesellschaftl. Themen wie Zusammenleben und Teilhabe gemeinsam erforscht und mit Capoeira und Tinkering/Musik ausgedrückt werden. Ziel: Auftritt beim Frei Art Festival (s.u.). Infos + Anmeldung Workshop: <https://www.studioproarte.de/post/future-labs>
- Do 10.09.** **Biografisches Erzählcafé** um 15.30 Uhr bis 17.30 Uhr Vaubanallee 11 / Quartiersarbeit Vauban. Kaffee - Tee - Gebäck - Eintritt frei
- Sa 12.09. - So 13.09.** **Frei Art Festival** Die Ergebnisse des Future Labs (s.o.) werden zwischen 11:30 Uhr und 16:30 Uhr im Haus 37 und auf dem Alfred-Döblin-Platz als Performances, Installationen und Ausstellungen präsentiert. Infos: <https://www.freiartfestival.com>
- Sa 12.09.** **Reparaturcafé Vauban** um 14–17 Uhr im Familienzentrum Kita Wiesengrün, Wiesentalstraße 20: mit defekten Geräten oder zu nähenden Textilien bis 16 Uhr vorbeikommen zum gemeinsamen Tüfteln. Infos: quartiersarbeit-vauban.de
- Mi 16.09.** „Unsere Seite, unsere Spiele“ – Begegnungscfé und alles rund um die gemeinsam gestaltete Quartiersbibliothek von 18:00 bis 20:00 Uhr in der Vaubanallee 11. Mit Kunst des Aktionskreises Kunst Vauban, coolen Getränken und guten Gesprächen. Ohne Anmeldung, Eintritt frei.
- Do 17.09.** **Stammtisch DrITTtes Lebensalter** um 19.00 Uhr in Hansens Esszimmer, Marie-Curie-Straße 1, unter dem Motto: “Von Nachbarn für Nachbarn” – einfach vorbeikommen! Veranstalter: Quartiersarbeit Vauban
- Korrektur: Do 17.09.** **Dialog Methode nach David Bohm:** Leben und Ideen um 19:30 Uhr in der Vaubanallee 11, **Bitte Anmeldung** bei info@quartiersarbeit-vauban.de. Teilnahme kostenfrei, Veranstaltung aus der Reihe „Dialog tut gut“
- Sa 19.09.** **Quartiers-Flohmarkt** von 13 Uhr bis 17 Uhr auf dem Alfred-Döblin-Platz zum Flanieren, Stöbern und Plaudern. Für private Anbieter - Kinder wie Erwachsene. Standplätze von 3 Metern kosten regulär 15 € (für Leistungsempfänger 10 €, für Schwerbehinderte 5 €). Aufbau ab 12 Uhr. Anmeldung online und weitere Infos auf www.quartiersarbeit-vauban.de
- So 20.09.** **Mitradeln zum Zwiebelkuchenfest in Kiechlingsbergen** Abfahrt 10:30 Uhr, Treffpunkt: Marktplatz Vauban. Bitte anmelden bis 19. Sep., 12 Uhr beim Stadtteilverein Vauban e.V., kontakt@stadtteilverein-vauban.de, Tel: 0761-79 02 78 82 (mit AB). Rückfahrt per Rad oder Bahn.
- So 20.09.** **Röckchen wechsel Dich – Kleidertausch für Frauen** von 14 - 16 Uhr im Haus 37. Kleiderabgabe ab 13 Uhr, Kostenbeitrag: 5 €, Anmelden nicht nötig, einfach vorbeikommen! Gut erhaltene, saubere Kleidung, Schuhe, Accessoires f. Herbst und Winter mitbringen und neue Lieblingsstücke aussuchen, ohne Geld etc. Was übrig bleibt wird für guten Zweck gespendet. Veranstalterin: Renate Müller-Procyk, renate@newdance-freiburg.de, 0177 377 09 10
- Do 01.10.** **Offenes Atelier des AK Kunst im Vauban** 19 Uhr im Atelierraum, Haus 37 im 2. OG. Teilnahme frei, keine Vorkenntnisse nötig. Infos: www.akkunstvauban.de

Regelmäßige Termine und Kurse: bitte wenden

Anzeigen

SONNENGRUSS

DAS LAGER

Lörracher Str. 37a im 2. Hinterhof
Mo 10-18/Die, Mi 10-15 Uhr
Yogamatten und Kissen, Klangschalen, Felle,
Mineralien, Olivenölkampagne, Teekampagne.
Tel. 0761 88 14 941
Sonnen-Gruss.de

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

CATERING ITALIANO

Sie feiern, ich koche bei Ihnen
zu Hause!
Meine wichtigsten Zutaten:
passione, amore und (auf
Wunsch) musica.
Buffet oder ein 4 Gänge Menu
vegetarisch, vegan oder mit
Fleisch
Paolo: 0176-24300593

Gruppen- und Therapieraum 33 m²

EG Küchenzeile, WC + Dusche
ab Juni 2026 im Vauban zu mieten
Tage- oder stundenweise, auch abends.
Schöner, heller, hoher Raum
Parkett mit Fußbodenheizung
W-LAN | Matten + Sitzkissen |
Stühle + Tische | Flipchart
Kontakt: sonnenhof@vauban.de

KULTURKALENDER VAUBAN - SEPTEMBER 2026 - Ausgabe 191

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

Pilates-Präventionskurse: montags 8:30-9:30 Uhr ab 14.09.26 oder donnerstags 8:45-9:45 Uhr ab 17.09.26, (evtl. späterer Einstieg) mit je 10 Einheiten im Haus 37 im DG. Kosten: 150 €. Zuschuss gesetzl. Krankenkassen möglich Pilates fundiert kennenlernen, Fokus: Rücken- & Schulterbereich, inkl. Beckenboden- und Atemübungen. Leitung: Iris Jacobs, Zertifizierte Pilates-Lehrerin. Kontakt: www.pilatestrainingjacobs.de / info@pilatestrainingjacobs.de / 0171 19 55508

Rentenberatung montags von 15 bis 17 Uhr in den Räumen der Quartiersarbeit, Vaubanallee 11. Jörg Korn, Versichertenberater der Dt. Rentenversicherung, bietet kostenlos u. ehrenamtlich Unterstützung bei Rentenanträgen, Formularen, Kontenerklärungen... Anmeldung erforderlich: Tel. 0176-52941259

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

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

Hatha-Yoga Präventonskurs: dienstags von 18:00-19:15 Uhr ab 22.09.26 im Haus 37 im DG / Kräftigen & Dehnen / Zur Ruhe kommen / Bei sich ankommen / Kurze Meditationen. Kosten: 160 € für 10x75-minütige Einheiten. Kontakt: Iris Jacobs, Zertifizierte Hatha-Yoga Lehrerin. www.pilatestrainingjacobs.de / info@pilatestrainingjacobs.de / 0171 19 55508

Yoga rückengerecht mit Maruma Mundhaas-Richter: Dienstags von 18.30 bis 20 Uhr im Lichtraum, Vauban Allee 49

YogaKurs - Das Herz des Yoga. Erfahre authentisches abwechslungsreiches Yoga, das deine Flexibilität erhält und dich in eine innere Verbindung mit dir selbst bringt. Kursleiterin Eva Makkos lehrt und forscht zum Yoga & Meditation seit 2011 und praktiziert seit 1992. 9x ab 15.9. bis 24.11.: 20.00-21.15 Uhr. Haus 037. Info + Anmeldung: www.laya-art.net/yoga-kurse, Tel. (0761) 4589 3449

Yoga des Seins mit Mahinur Ibis: Mittwochs 16 - 17.30 Uhr im Lichtraum, Neuer Kursbeginn ab 15. September - Einstieg ist jederzeit möglich - www.maruma.de. Info und Anmeldung bei info@maruma.de

Bewegungstreff donnerstags um 9:30 Uhr, Treffpunkt: Grünspange 3 (Vauban-Mitte, 100m in Richtung Abenteuerhof). Einfache angeleitete Übungen, um Kraft, Balance und Beweglichkeit zu erhalten u. sich gemeinsam an frischer Luft zu bewegen. Leitung: Hanne Irion mit Team. Kostenlos, keine Anmeldung. Veranstalter: AK Älter werden / Quartiersarbeit

Café für alle donnerstags von 15.30 bis 17.30 Uhr in den Räumen der Oase (jetzt Quartiersarbeit) in der Vaubanallee 11. Ein ungezwungenes Treffen für Gespräche aller Art, oft mit eigenen Angeboten (Ausstellungen, Spielen, Impulsvorträgen...) Kooperation von Quartiersarbeit, Stadtteilverein Vauban e.V. und Kirche im Vauban.



„So wie du atmest lebst du“. Erfahre, wie dein Atemmuster mit Emotionen, Fokus, Energie, Wohlbefinden und evtl. psychosom. Beschwerden zusammenhängt und wie du darauf Einfluss nehmen kannst. 5x ab Do 17.9. 18.30 - 19.30 Uhr, Physio-Praxis A.Gewalt, Info und Anmeldung: www.breathwork-freiburg.de/atemkurs-anfaenger-freiburg, Tel. (0761) 4589 3449 - Eva Makkos

Tai-Chi, Qigong, Achtsame Bewegung Termine MO-FR zwischen 8:30 und 15:30 Uhr. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig. Einstieg und kostenfreies Schnupperr sind jeder Zeit möglich. 55 € für alle Kurse 5 Wochen lang. Kontakt: Ágota Hölzel-Kiss, info@agota.de, 0152-01974 894, 0761-214 09 287



Kuka-Austrägerinnen gesucht !
Interessiert an kleinem Nebenjob?
Dann bitte melden bei
kuka@stadtteilverein-vauban.de

Samstag, 24. Oktober (korrigiert)
um 13-17 Uhr
auf dem Alfred-Döblin-Platz:
Vauban Flohmarkt
+ Kreativmarkt
Infos auf
www.quartiersarbeit-vauban.de

Anzeigen

DIVA la musica
beflügelnder
Gesangsunterricht
Almut Schuster
www.gesang-freiburg.de

Quartiersladen
der
Bioladen
im
Vauban
Quartiersladen eG | Vaubanallee 18 | 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

Schule für Kampfkunst
Walter Ruder
Kung Fu • Tai Chi Chuan • Qi Gong
Marie-Curie-Str. 1 - Villaban - Tel. 2853022