

IMPULSE

LANDSTRASSE

LEBENSWERT

LESENSWERT

DAS MAGAZIN DER LANDSTRASSER KAUFLEUTE

Ausgabe 2/2016



Wir stellen vor:
SABINE CUZZOLIN-GIEFING
Leiterin der Raiffeisen Filiale Baumgasse

KUNST UND KULTUR
mit Galerierundgang

SPORT UND GESUNDHEIT
inklusive Yogaübung

MUST HAVES
für den Herbst

Wiener
**EINKAUFSS
STRASSEN**
einkaufsstrassen.at

Endloses Sommer- vergnügen finden, direkt vom Strand aus.



Thalia Buchhandlung W3

Landstraßer Hauptstraße 2a/2b, 1030 Wien

Telefon: 0732/7615-67522, E-Mail: w3@thalia.at

Über 30-mal in Österreich und auf www.thalia.at



Sportlich und gesund in den Herbst

Man mag es kaum glauben, aber die für viele schönsten Wochen des Jahres neigen sich bereits wieder unweigerlich ihrem Ende zu – der Urlaub und die Ferienzeit sind so schnell vergangen, die sommerlichen Unternehmungen und Genüsse könnten ruhig noch ein Weilchen andauern: Der Herbst ist bald da!

Und mit ihm unsere neueste Ausgabe der *Impulse*, dem Magazin der Landstraßer Kaufleute. Lassen Sie sich auf den kommenden Seiten überraschen, wie schwungvoll und ganzheitlich anregend die bevorstehenden Herbstwochen dank unserer vielfältigen Angebote für Sie sein können.

Mit im Gepäck haben wir eine bunt gemischte Palette an Informationen und Anregungen zu den Themen Sport, Gesundheit sowie Kunst und Kultur im Dritten. Wir freuen uns über neue Mitgliedsbetriebe, präsentieren Ihnen in unserer Reihe „*Impulse stellt vor*“ gerne wieder ein sehr interessantes Interview und haben jede Menge Veranstaltungstipps für Sie parat.

Damit Sie so richtig sportlich und rundum bewegt in den Herbst starten können, gibt es am 2. September einen *Sporttag* im Dritten. Und am 24. September steht bereits das 2. Straßenfest der Landstraßer Kaufleute – das *Landstraßer Lachspektakel* – am Programm. Hier werden bestimmt Ihre Lachmuskeln trainiert!

Die Landstraßer Kaufleute laden Sie herzlich ein: Zum Durchstöbern unserer aktuellen *Impulse*, zum Gusto-Holen auf Ihr ganz persönliches, wohlthuendes Mehr an Sport und Gesundheit sowie zum gemeinsamen Krafttanken nach diesem erfüllten Sommer.

Wir freuen uns sehr auf ein Kennenlernen und Wiedersehen in unseren Mitgliedsbetrieben und bei unseren zahlreichen Aktionen!

Lassen Sie sich dank unserer *Impulse* für den Herbst begeistern – ich freue mich auf Ihr Feedback! Herzlichst

Ihr Klaus Brandhofer

SEITE 5

10 Jahre Wiener Seife

SEITE 6

Im Schatten des Maulbeerbaums

SEITE 7

Must-Haves für den Herbst

Impulse meets A. Bortolotti

SEITE 8

Kunst und Kultur im Dritten

SEITE 9

Frau Drucker

SEITE 11

Sonnengruß - Yogaübung

SEITE 12

Sporttag im Dritten

Impulse meets UMEX



Foto: marichka_b

Der Anfang ist die Hälfte
des Weges Seite 10

SEITE 13

Landstraßer Spitäler

SEITE 14

Gewinnspiel

SEITE 15

Impulse meets Sporthotel

SEITE 16 + 17

Lachspektakel

Selfie-Aktion + DIY

SEITE 18

Programm Highlights



Impulse meets
Sabine Cuzzolin-Giefing
Seite 4

Foto: Bernhard Schramm



Foto: Anchiy

Laufen und Nordic
Walken Seite 14

Herausgeber:

Landstraßer Kaufleute - LH3
Obmann: Klaus Brandhofer
3., Landstraßer Hauptstr. 146/7/B1
E-Mail: office@lh3.at
www.lh3.at

Kontakt zu LH3:

Konrad Kolbe
Wiener Einkaufsstrassen Manager
E-Mail: konrad.kolbe@wkw.at
Te.: +43 1 514 50 - 6727
www.einkaufsstrassen.at

Coverfoto: Bernhard Schramm

Bilder: Bernhard Schramm, istock

Redaktion: Cornelia Feiertag,
Christiane Paulitsch, Gudrun Kirchert

Lektorat: Cornelia Feiertag,
Veronika Fischer

Grafik: Katharina Kastner

Agentur: Stadtfein - Gut für feine
Ideen, www.stadtfein.at

Druck: Druckerei Odysseus

Satz- und Druckfehler vorbehalten!

LH3
LANDSTRASSER
KAUFLUTE

Wiener
EINKAUFS
STRASSEN
einkaufsstrassen.at

Gefördert aus Mitteln der Stadt Wien durch
die Wirtschaftsagentur Wien. Ein Fonds
der Stadt Wien. mit Unterstützung der
Wirtschaftskammer Wien

Impulse meets Sabine Cuzzolin-Giefing

*"Ich begegne
Veränderungen
immer positiv"*



Foto: Bernhard Schramm

In der Reihe „Impulse stellt vor“ holen wir diesmal Frau Mag. Sabine Cuzzolin-Giefing, die Leiterin der Raiffeisen Filiale Baumgasse 1, vor den Vorhang:

Nach einem Jahr als Au-pair in Frankreich (aus Liebe zur Sprache) hat die gebürtige Steirerin bereits 1999, gleich nach ihrem Studium der Handelswissenschaften mit dem Schwerpunkt Verhaltenswissenschaftlich orientiertes Management, ihren Platz in der *Raiffeisenlandesbank NÖ-Wien AG* gefunden.

Frau Mag. Cuzzolin-Giefing, ihr beruflicher Weg hat Sie hier in den Dritten geführt – wie ist es dazu gekommen? Welche Stationen Ihres beruflichen Werdegangs sehen Sie als Ihre persönlichen Meilensteine?

Nach meinem Start im *Raiffeisen*-Trainee-programm im 19. Bezirk am Sonnbergplatz war ich als Kundenberaterin, im Private Banking für Freiberufler und vermögende Private tätig. Ich begegne Veränderungen immer positiv und nehme gerne neue He-

rausforderungen an. Deshalb wollte ich auch innerhalb des Unternehmens mehr Verantwortung übernehmen.

Im April 2012 habe ich schließlich die Leitung der Filiale Baumgasse übernommen. Diese Aufgabe macht mir großen Spaß und ich habe 14 sehr engagierte und auch erfahrene MitarbeiterInnen im Team.

Der 3. Bezirk ist für mich wie eine zweite Heimat geworden und das Schöne hier in der Landstraße ist, dass man sich im Grätzl kennt, das macht die Zusammenarbeit mit unseren KundInnen sehr persönlich.

Was hat es denn so generell mit der legendären Zahlenaffinität von BankmitarbeiterInnen auf sich? Braucht man diese Passion wirklich wie einen Bissen Brot, um tagtäglich im kunstvollen Jonglieren mit den verschiedensten Beträgen zu reüssieren?

Nein, also zumindest nicht ausschließlich, ich persönlich hatte allerdings schon von klein auf einen besonderen Bezug zu Geld. Ich habe als Kind wirklich gerne DKT gespielt und Geldscheine zwischen Buchseiten gepresst, damit sie so richtig glatt und schön werden. Eine gewisse Affinität zum Monetären wurde mir also offenbar bereits in die Wiege gelegt.

Aber letztendlich zählen die Menschen. Logisches Denken, Konzentration, besonderes Engagement und eine gute Merk-

fähigkeit würde ich als wesentlich nennen. Damit bringt man schon einen Gutteil an hilfreichen Voraussetzungen für die Arbeit im Bankgeschäft mit.

„Erfolgreiche Führung braucht Selbsterkenntnis“ – was halten Sie von diesem Leitspruch?

Es braucht noch viel mehr als Selbsterkenntnis für erfolgreiche Führung – nämlich die lernende Reflexion über sich selbst, die persönlichen Beziehungen und das organisatorische Umfeld.

Wer Menschen führt, muss Menschen mögen – das ist mein Leitsatz und die Basis des Führens mit Zielvereinbarung. Als Führungskraft ist es meine Aufgabe, Vorbild zu sein und optimale Rahmenbedingungen zu schaffen, damit sich alle meine MitarbeiterInnen mit den persönlichen Stärken voll einbringen können.

Wie würden Sie Ihren Führungsstil als Teamleiterin der Filiale Baumgasse beschreiben?

Mein Führungsstil ist grundsätzlich stark von der jeweiligen Situation abhängig – es gibt Situationen und Aufgaben, in denen ich durch Anweisungen entsprechend den unternehmensspezifischen Vorgaben führen muss.

Und dann gibt es wieder Themenstellungen – wie z. B. Vertretungsregelungen oder die Gestaltung von Aktionstagen – bei denen ich meine MitarbeiterInnen sehr gerne in die Entscheidungsfindung miteinbinde.



Foto: Bernhard Schramm

Welche persönliche Motivation haben Sie für Ihre ehrenamtliche Mitarbeit im Vorstand des Vereins Landstraßer Kaufleute?

Mir liegen der Dritte und ganz besonders die Landstraßer Hauptstraße mit ihrer guten Infrastruktur und Nähe zur Innenstadt sehr am Herzen. Ich bin selbst quasi Anrainerin, kaufe sehr gerne hier ein und möchte deshalb auch das Einkaufen im Grätzl persönlich fördern.

Dies kann ich im Rahmen meiner ehrenamtlichen Tätigkeit im Verein der Landstraßer Kaufleute sehr gut umsetzen.

Ein hervorragendes Beispiel dafür ist die Zusammenarbeit meiner Filiale mit der Galleria. Hier können wir als unmittelbare Nachbarn die Eventplattform im Untergeschoss für unsere Aktionstage im Zuge der

Neukundengewinnung nutzen – wie z. B. bei der Panini-Sticker-Tauschbörse und dem Basteln für Kinder.

Was mögen Sie im/am Dritten besonders, welche sind Ihre Lieblingsplätze – haben Sie auch private Anknüpfungspunkte?

Ja, sehr viele – nachdem ich direkt angrenzend an den Dritten wohne, bin ich auch privat sehr gerne hier unterwegs.

Zu meinen absoluten Lieblingsplätzen zählen im Winter der Wiener Eislaufverein und das Wiener Konzerthaus. Und im Sommer spaziere oder laufe ich sehr gerne im wunderschönen Belvederepark.

Auch der Stadtpark mit der Meierei und dem alljährlichen Genussfestival ist für mich top!

Gibt es Geschäfte oder Dienstleistungen im Dritten, die Sie unseren Impulse

LeserInnen aus persönlicher Erfahrung empfehlen können?

Die gibt es: Im Gastronomie-Bereich hat der Dritte wirklich einiges zu bieten. Sehr gerne empfehle ich das Fisch-Restaurant Lubin, das Ristorante Al Sarago und allen voran Uli's Veganeria.

Wer wie ich nur eine kurze Mittagspause hat, kann hier hervorragend und vor allem auch energispendend speisen. Täglich ein tolles, frisch zubereitetes Menü oder der Tagesteller mit einem kleinen Salat – im liebevoll gestalteten Garten mit seiner bezaubernden Atmosphäre genossen – und schon geht es voller Schwung und neuem Elan auf in die zweite Tageshälfte!

Liebe Frau Mag. Cuzzolin-Giefing, herzlichen Dank für Ihre perfekte Vorbereitung und unser sehr informatives und interessantes Gespräch!

10 Jahre Wiener Seife – 10 Jahre Wohlkultur

Im Herbst 2016 feiert die Manufaktur Wiener Seife ein ganz besonderes Jubiläum:

Mit Leidenschaft, Geschick und Expertise führt die gebürtige Vorarlbergerin Sonja Baldauf seit nunmehr einer Dekade ihr Unternehmen.

In der Hintzerstraße 6 werden nach einer geheimen Wiener Seifenrezeptur per Hand sanft gerührte und mit einem kräftigen Schuss Liebe zu duftenden Saubermachern mit Wiener Charme verfeinerte Seifen auf Kokosölbasis hergestellt.

Wiener Seife lädt anlässlich des Firmenjubiläums zu zwei Tagen der offenen Manufaktur. Schauen Sie am Donnerstag und Freitag, dem 22. und 23. September, von 14:00 - 20:00 Uhr dem Seifensieder über die Schulter!

Lassen Sie den Tag mit der Degustation einer feinen Auswahl an Köstlichkeiten in der duftenden Welt der Wiener Seife ausklingen – das Team freut sich auf Sie!



Foto: Robert Fritz

Gemeinsam wachsen

Der Dritte bietet eine Vielfalt an Unternehmen. Hier unsere neuesten Mitglieder:

LINGENHEL GmbH

Landstraßer Hauptstraße 74
1030 Wien
+43 1 710 15 66
office@lingenhel.com
www.lingenhel.com

Gustl Kocht

Erdbergsstraße 21
1030 Wien
+43 1 712 01 51
der@gustl-kocht.at
www.gustl-kocht.at

Nussknackerhaus

Landstraßer Hauptstraße 70
1030 Wien
+43 664 647 31 41
info@nussknackerhaus.at
www.nussknackerhaus.at

Eissalon Andrea Bortolotti

Landstraßer Hauptstraße 12/4
1030 Wien
+43 660 473 73 04
andreabvienna@gmail.com

UMEX Tauchsport & Reisen

Erdbergstraße 50
1030 Wien
+43 1 913 20 83
gerstl.a@umex.at
www.umex.at

Vienna Sporthotel

Baumgasse 83
1030 Wien
+43 1 798 82 01
info@vienna-sporthotel.at
www.vienna-sporthotel.at

Landstraßer
Kaufleute
auf
www.lh3.at

Aktuelle Tipps & Veranstaltungen finden Sie auch auf unserer Facebook-Seite:
www.facebook.com/landstrasse



Im Schatten des Maulbeerbaumes

Im Klostergarten findet
man das Naturdenkmal Nr. 4

hen auf ihm tatsächlich – es handelt sich hier entgegen anderslautender Meldungen nämlich nicht um eine *Morus alba* – noch immer die schwarzen, saftigen Beeren.

In seinem Schatten haben sich die geistlichen Schwestern einst niedergelassen, als sie nach Wien kamen, um den Orden hier anzusiedeln. Und dieser Baum trägt, dank der eifrigen Ernte von Sr. Paula Keindl – sie hegt und pflegt ihn bereits seit ihrem Ordenseintritt 1960 – weiterhin paradiesisch große Früchte. Von ihren Händen gepflückt, verarbeitet sie auch die üppige Pracht alle Jahre wieder zu einer köstlichen Marmelade.

Das Wertesystem der heiligen Elisabeth – in Fröhlichkeit den Menschen dienen

Das *Krankenhaus St. Elisabeth* in der Landstraßer Hauptstraße 4a gehört zu den ältesten Spitälern Wiens. Im Klostergarten findet man das Naturdenkmal Nr. 4, einen in Mitteleuropa sehr seltenen Schwarzen Maulbeerbaum. Erzählungen nach ist er vermutlich über 400 Jahre alt und es gedei-

Mitmenschlichkeit – das Elisabethbrot

Die Versorgung von notleidenden Menschen war immer schon Teil des Engagements des Elisabethinischen Konvents. Sr. Paula betreibt diese seit der Eröffnung

am Elisabeth-Tag (nach der Namensgeberin des Ordens, der heiligen Elisabeth von Thüringen) nun schon seit dem 19.11.2005 am neuen Standort, einer ehemaligen Tischlerei, in der Ungargasse 3.

Täglich wird hier Bedürftigen eine warme Mahlzeit bereitgestellt. Mit dem Brot und anderen Lebensmitteln, die verlässliche Quellen immer wieder spenden. Kostenlose Hilfe, von der an manchen Tagen über 100 Schützlinge profitieren.

Sr. Paula ist für alle Hilfsbereiten unter der **Tel.: +43 650 363 28 37** erreichbar.

Hypo Bank Linz, BLZ: 54000,

Konto: 104630173,

IBAN: AT93 5400 0001 0463 0173

BIC: OBLAAT2L,

Verwendungszweck: Elisabeth-Brot

Elisabethinen Linz Wien Elisabeth Brot,

Bethlehemstraße 23, 4020 Linz



**Raiffeisen
Meine Bank**



Jetzt kostenlos zum Wien Konto wechseln.



Das Konto mit dem Plus für alle Wiener. Mehr Musik, Kultur, Sport und Mobilität zum ermäßigten Preis.

Lernen Sie uns kennen, wir freuen uns auf Sie!

Raiffeisen Kundenzentrum Wien Mitte
Heinz-Peter Prusnik-Dragosits, CMC, CPB
3., Landstraßer Hauptstraße 2A, Tel.: 05 1700-67511

Raiffeisen Privatkundenbank Baumgasse
Mag. Sabine Cuzzolin-Giefing, CMC
3., Baumgasse 1, Tel.: 05 1700-64211

www.raiffeisenbank.at

DIE MUST-HAVES FÜR DEN HERBST

1 *Happiness – Fröhlichkeit & Glück*

Mit ihren *Willow Tree Figures* versucht Susan Lordi einen Moment im Leben festzuhalten oder ein tiefes Gefühl auszudrücken. Die Übertragung einer Emotion auf das Sinnbild dessen, was in uns Erinnerungen oder Ahnungen hervorruft. Mit der Figur Happiness vermittelt sie die Botschaft: FREI sein - um zu singen, zu lachen, zu tanzen... zu erschaffen!

**NUSSKNACKERHAUS, 1030 Wien,
Landstraßer Hauptstraße 70,
Tel.: +43 664 647 31 41,
info@nussknackerhaus.at,
www.nussknackerhaus.at**



Tipp der Redaktion

3

Magnesium und Gesundheit

Magnesium spielt für unseren Energiehaushalt eine wesentliche Rolle. Über die Haut wird Magnesium optimal vom Körper aufgenommen und gelangt so direkt in die Zellen, wo es gebraucht wird. Diverse Pflegeprodukte, Zechsal Pures Magnesium, und ergänzende Literatur finden Sie nun bei *Thalia W3*. Für Interessierte findet am 16.9. ab 11:00 Uhr eine Produktpräsentation statt.

**Thalia Buch & Medien – Center Wien Mitte,
Landstraßer Hauptstraße 2a/2b,
www.thalia.at**



4



Zwischen Fuß und dem Schuh ist was?

Richtig: der Socken! Nur allzu oft wird diesem zu wenig Achtung geschenkt, jedoch trägt dieser genauso zum komfortablen Laufen bei und sollte auch zum eigenen Stil und Schuh passen. Diese gibt es bei *WEMOVE* schon ab € 9,90.-

**WEMOVE RUNNINGSTORE,
Wien Mitte - The Mall, Ebene 2,
www.wemove.at**

Impulse meets Andrea Bortolotti

29 Sorten Eis, mehrmals täglich frisch zubereitet, und dazu noch eine extra Eissorte pro Woche – nach original italienischer Rezeptur, ohne künstliche Zusatzstoffe.

Der *Eissalon Andrea Bortolotti* in der Landstraßer Hauptstraße Nr. 12 weiß, wie man die süßen Herzen im Bezirk höher schlagen lässt! Und das, wie wir erfahren haben, täglich von 9:00 - 23:00 Uhr und nicht nur im Sommer!

Impulse hat Andrea Bortolotti um ein paar erfrischende Infos rund um den eiskalten Genuss in (fast) allen Jahreszeiten gebeten:

Herr Bortolotti, seit wann sind Sie in der Landstraßer Hauptstraße ansässig?

Wir sind seit April 2015 hier und haben in dieser Saison erfreulicherweise schon viele

StammkundInnen, die immer wieder vorbeikommen, um sich unsere Köstlichkeiten mit ins Büro oder auch mit nach Hause zu nehmen.

Wann geht Ihre Saison 2016 zu Ende oder hat Ihr Eissalon auch im Winter geöffnet?

Nach einer zweiwöchigen Herbstpause werden wir in diesem Jahr ab 7. November sogar bis Weihnachten offen halten. Unser Plan ist, unseren KundInnen in dieser Zeit zwar ein reduziertes Eisangebot, aber dafür auch verlockende Mehlspeisen und kleine Imbisse anzubieten.



Foto: Foxys_forest_manufacture



Illustration: Jasna Glavčić



Illustration: Regina Aigner

Kunst und Kultur im Dritten

Der Bezirk Landstraße hat vieles zu bieten – gerade auch auf dem kulturellen und künstlerischen Sektor. Sei es betreffend Musik oder hinsichtlich Gemälden, im Hinblick auf intellektuelle Güter oder im Zuge von Theateraufführungen – im Dritten ist immer etwas los!

GEIGENBAU

Hier ist neben anderen Landstraßer Meister- und Restaurationsbetrieben *Henriette Lersch* www.lerschgeigenbau.at in der Marxergasse 11 feder- bzw. bogenführend. In ihrer Werkstatt produziert, vertreibt und repariert die Geigenbauerin sowohl moderne als auch barocke Streichinstrumente aller Art. Unter dem Label „Holz und Klang“ betreibt sie ihren eigenen Blog, www.lerschgeigenbau.blogspot.co.at

„Dann gibt es wieder Ausstellungen und Konzerte und die Werkstatt füllt sich mit Musikern, bildenden Künstlern, Nachbarn, Freunden, Bekannten, Kindern,...“

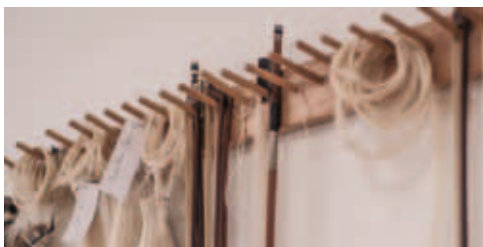


Foto: Henriette Lersch

so beschreibt Frau Lersch das bunte Treiben in ihren Räumen.

Eine Veranstaltung, die zwar nicht in ihrer Werkstatt aber trotzdem in ihrem Beisein und auch im Dritten stattfindet, ist „Quartett gebaut gehört“. Sie geht von 19. - 22. Oktober im Wiener Konzerthaus über die Bühne – siehe Programm Highlights auf Seite 18. www.konzerthaus.at/sehen

FLÖTENBAU

Was dieses Handwerk anbelangt, ist neben weiteren im Dritten ansässigen Fachleuten *Byung Jae Kang* www.bjflute.at in der Gärtnergasse 7 ein wahrer Meister seines Fachs. Er stammt aus einer Künstlerfamilie in Pusan/Südkorea und kam schon 1991 nach Österreich, um am Konservatorium Wien und später in Graz zunächst seine musikalische Ausbildung als Flötist zu vertiefen. Dank dieser Grundlage und vielfältiger Erfahrungen im Neubau, Umbau, der Restaurierung und Reparatur von Querflöten und Holzblasinstrumenten gilt Meister Kang als Spezialist auf diesem Gebiet – seine Geduld, Kompetenz, Präzision und Liebe zur Materie sind legendär.

BILDERRAHMEN UND MEHR

Ebenso legendär, aber auf einem anderen künstlerischen Terrain angesiedelt, ist die Firma *Wohlleb Rahmen*, Seidlgasse 23.

Nicht nur, dass man hier handgemachte Rahmen aller Art gestalten lassen und erstehen kann. Hier gibt es auch einen Kunstraum, der täglich während der Geschäftsöffnungszeiten von Montag - Freitag von 9:00 - 18:00 Uhr und Samstag von 9:00 - 13:00 Uhr sowie nach individueller Vereinbarung zugänglich ist.

www.wohlleb.co.at

Laufende Ausstellungen von Werken nationaler und internationaler KünstlerInnen, aber auch Installationen und Objekte, so gestaltet sich dieses beliebte Konzept. Getreu der Prämisse „Art for Art“ wird hier sowohl Kunstschaffenden als auch BesucherInnen eine ideale Plattform für Austausch, Inspiration und Innovation bereitgestellt. Auch Seminare, Lesungen, Konzerte und ähnliche Veranstaltungen werden in diesem Rahmen gerne ausgerichtet.

ATELIER- UND GALERIERUNDGANG „MADE IM 3.“

Ein Ereignis der besonderen Art steht allen Kunstinteressierten am 23. September von 14:00 - 20:00 Uhr und am 24. September von 14:00 - 18:00 Uhr bevor: an diesen beiden Tagen steht der 3. Bezirk ganz im Zeichen der Kunst!

35 Ateliers und Galerien (unter anderem auch der *Kunstraum Wohlleb*) öffnen ihre

Räume, in denen die Werke von weit über 40 KünstlerInnen zu sehen sein werden. Und an beiden Tagen gibt es nicht nur die Gelegenheit, die Ateliers auf eigene Faust zu erkunden, sondern auch im Zuge geführter Kunstspaziergänge. Nähere Informationen unter www.kulturimdritten.at/atelier-und-galerienrundgang-2016

L.E.O. - LETZTES ERFREULICHES OPERNTHEATER

Wem nach dem vielen Herumspazieren und von Ort zu Ort Pilgern dann doch mehr der Sinn nach Kulturgenuß im Sitzen steht, dem/der sei dieses Etablissement:

www.theaterleo.at ans Herz gelegt.

Beglückend und unkonventionell, so lassen sich die besonderen Interpretationen im L.E.O. am besten beschreiben. Die Off-Opernbühne in der Ungargasse 18 wurde vom Sänger sowie Regisseur Stefan Fleischhacker und dem Maler sowie Bühnenbildner Leo Mayer gegründet. Residenzort ist eine ehemalige Bäckerei mit alten Fresken und viel Flair.

Das L.E.O. lässt die Freude an der Musik und am Gesang hochleben, hier kann man Oper pur erleben, von Zeit zu Zeit im spontan eingerichteten Chor mitsingen und nebenbei auch ein Schmalzbrot sowie das eine oder andere Gläschen Wein konsumieren.

Ganz klassisch im Stile eines Varietés gibt sich hier ein Conférencier auf einem alten Flügel die Ehre. Und unterhält das neugierige Publikum unter anderem auch bei (Wiener-)Liederabenden und Kabaretts oder dem alljährlichen Neujahrskonzert.

ORAL-HISTORY GESPRÄCHSKREIS

Zu guter Letzt noch ein Hinweis auf ein Projekt mit historischem Wert: ab 12. Oktober startet bei *Gustl kocht* in der Erdbergstraße 21 ein Oral-History Gesprächskreis unter der Leitung von Dr.-in Eva Bauer. Die Autorin verleiht unter dem vielversprechenden Titel „*Lustbarkeiten in Wien Landstraße – DAMALS*“ einem ganz besonderen Publikum eine Bühne und ihr Gehör. Oral-History, also mündlich erzählte Geschichte, wollen die VHS Landstraße und die Landstraßer Kaufleute damit generieren.

Alle ZeitzeugInnen sind immer mittwochs von 16:00 - 18:00 Uhr bei freiem Eintritt willkommen, Anmeldungen nimmt die VHS Landstraße gerne entgegen.

Man kann es also drehen und wenden, wie man möchte – der 3. Bezirk hält vor allem auch auf dem Gebiet der Kunst und Kultur für jedeN etwas parat – kommen Sie hin und machen Sie mit, das Dabeisein lohnt sich in jedem Fall!



Seit nun mehr als 54 Jahren lebt Frau Anna Elisabeth Drucker in der Bahngasse im dritten Bezirk und weiß Einiges zu erzählen:

Welche sind Ihre Kunst- und Kultur-Höhepunkte im dritten Bezirk?

Zu Kultur fällt mir gleich einer meiner Lieblingsplätze in der Landstraße ein: der Marxer Friedhof – der letzte Biedermeier-Friedhof der Welt! Dort besuche ich gerne die Grabstätte vom Calafati, dem Prater-Begründer. Einer meiner weiteren Lieblingsplätze ist das Belvedere. Egal, von welcher Seite man kommt, es ist wunderschön!

Was fällt Ihnen zum Thema Sport & Bewegung im Dritten ein?

Sport habe ich schon im Gymnasium geschwänzt. Eislaufen, nein! Rollschuh-

fahren, ja! Das habe ich in der Jugend mit meinen Freunden gemacht, allerdings mit jenen Rollschuhen, die vier Räder haben.

Heute gehe ich gerne spazieren: am liebsten im Stadtpark. Dieser hat englische Gärten zum Vorbild – alles soll wachsen, wie die Natur es will! Das Besondere am Stadtpark ist der Jugendstil – sehen Sie sich das genauer an – der beginnt schon am Geländer an der Wien. Früher gab es auch ein Bassin, in dem Schildkröten lebten. Und dort saßen dann die grantigen Damen und haben darauf geachtet, dass die Kinder den Rasen nicht betreten.



Der Anfang ist die Hälfte des Weges

Sind Sie heute voller Elan mit den fünf Tibetern in den Tag gestartet? Haben Sie Ihren Arbeitsweg mit dem Rad absolviert oder sind Sie gar per pedes unterwegs gewesen, als Krönung noch Stufen steigend statt Aufzug fahrend?

Dann sind Sie bestimmt fit wie der sprichwörtliche Fisch im Wasser! Oder Sie wollen es zumindest werden, was ebenso beachtenswert ist. Und egal, ob im kühlen Nass oder doch am sicheren Ufer – der Dritte hat auf dem Sektor Sport und Gesundheit wirklich einiges zu bieten, das zumindest einen Versuch oder eine Nachahmung wert ist!

ALLER ANFANG IST WASSER

Die einladenden Lauf- und Nordic-Walking-Strecken am Prater Hafen und am Donaukanal haben wir auf Seite 14 näher für Sie beschrieben.

Ein Abstecher ins Landstraßer *Apostelbad*, in der Apostelgasse 18, ist aber bestimmt ebenso vitalisierend und erfrischend. Dieses kann mit einer finnischen Sauna, einem Dampfbad und einem Brausebad aufwarten. Und für die kleinen Seepferdchen oder jene, die es noch werden wollen, empfiehlt sich ein Schwimmkurs im *Schulzentrum*, Ungargasse 69. www.szu.at



Sarah-Tamara, Studentin, 25

„Im Club Danube und im INJOY bin ich sehr gerne, ich probiere gerne alles aus und finde Zirkeltraining auf Geräten richtig toll. Am besten läuft das mit einem individuellen Fitnessplan. Auch das Radfahren macht mir Spaß und das Laufen beim Belvedere.“

Wer jedoch einmal so richtig abtauchen möchte, wird bestimmt bei und mit *UMEX* in der Erdbergstraße 50 fündig. Alle Anforderungen rund um den Tauchsport werden hier mit einem erfahrenen und bestens erprobten Team abgedeckt. Mehr Informationen finden Sie in der Firmenvorstellung auf Seite 12.



Johannes, Marketing Manager, 33

„Ich bin hier im Dritten aufgewachsen und war als Kind total gerne im Stadtpark und im Modenapark spielen. Mir haben es damals schon alle Ballsport-Arten angetan – Basketball habe ich später auch professionell betrieben.“

AUCH ZU LANDE IST VIELES MÖGLICH

Wenn Sie hingegen lieber den sicheren Boden unter Ihren Füßen spüren, und das am besten noch begleitet von mitreißender Musik, dann finden Sie vielleicht beim Tanzen Ihr Glück? Eines der zahlreichen Tanzstudios im Dritten ist das *dancearts* www.dancearts.at am Rennweg 79-81. Nicht irgendwo, sondern in Wiens größter Ballettschule tanzen, so lautet hier einer der vielversprechenden Slogans. Aber nicht nur das Tanzen wird hier gelehrt und gelernt, auch Zumba Fitness, Kanga Training etc. werden angeboten – also am besten gleich hinschauen und mitmachen!



Reza, Hochbautechniker, 52

„Für mich ist zu Fuß gehen die beste Fortbewegungsart – dabei lernt man die Stadt kennen und kann so gut die Auslagen anschauen.“



MITGLIED IM SPORTVEREIN WERDEN

Das ist eine weitere Möglichkeit, endlich einmal so richtig aktiv zu werden und dann auch zu bleiben. Die *Sport Union Wien 3* www.sportunion-wien3.at bietet beispielsweise ein umfassendes Programm im Sport- und Fitness-Bereich an.

Egal ob Turnen, Ballspiele, Gymnastik und Fitness oder Jiu Jitsu – hier ist bestimmt für jede Altersklasse und konditionelle Voraussetzung etwas dabei.

Auch im *WAT* www.watlandstrasse.at werden die LandstraßerInnen vielseitig bewegt. Nur rund fünf Gehminuten von der U3 entfernt befindet sich die Sportanlage dieses Vereins.



Foto: marichka_b

Yoga-Tipp der
Redaktion ↘

Sechs Tennisplätze und ein Basketball- sowie Volleyballplatz, der auch für Streetball und Badminton verwendet werden kann. Und zusätzlich ein großes Rasenfeld – ganz gleich ob Hobby- oder WettkampfspielerInnen, sie alle sind hier willkommen!

GESUND FÜR SPORT?

Aber egal, ob zu Lande oder im Wasser, Spaß soll die Bewegung auf jeden Fall machen. Damit der auf keinen Fall zu kurz kommt und auch die Voraussetzungen dafür gewährleistet sind, haben wir einen Tipp zum Thema Sporttauglichkeit für Sie: Das *Institut Gesünder Leben* bietet in seiner Gemeinschaftspraxis alle Services rund um die Gebiete Rehabilitation, Sportmedizin und Physiotherapie an. www.igl-info.at

SPORT BETREIBEN ALLEINE BEDEUTET NICHT, AUCH GESUND ZU SEIN

Mittels der sportmedizinischen Untersuchung – die ebenfalls vom *Institut Gesünder Leben* angeboten wird – wird bestimmt, ob jemand grundsätzlich sport- oder wettkampftauglich ist. Sollten bei dieser Unregelmäßigkeiten auffallen, dann ist damit aber nicht zwangsläufig das Aus für den Sport besiegelt. Ganz im Gegenteil: Oftmals ist Sport sogar die richtige Therapieform, wenn er maßvoll betrieben wird. Und das mit dem positiven Nebeneffekt, dass dadurch das Wohlbefinden und die Lebensqualität deutlich gesteigert werden.



Ursula, Vereinsmanagerin, 31

„Ich gehe Thaiboxen und kann auch den Fitnessclub Heimlich empfehlen. Wenn ich draußen sporteln möchte, dann gehe ich mit meiner Hündin Gina am Donaukanal und im Prater laufen.“

AUS SPASS AN DER FREUD

Wenn das mit dem Vergnügen und der Fröhlichkeit im Alltag trotz größter Motivation aber nicht so richtig klappen will, ist möglicherweise der seelische, psychische oder mentale Ballast zu groß. Dann ist der gemeinnützige und ehrenamtliche Verein *FAIRTHERAPY* die richtige Anlaufstelle.

www.fairtherapy.at

Hier steht die Wiederherstellung der seelischen Gesundheit im Zentrum. Und das vollkommen unentgeltlich, als Pilotprojekt in Kooperation mit der *WGKK* ganz einfach mittels e-card.

Wer sich die Beweglichkeit und Tatkraft – im seelischen wie im körperlichen Sinne – bewahrt und sie auch bewusst kultiviert, der befindet sich nicht nur im Dritten auf dem besten Wege, gesund und sportlich durch ein erfülltes Leben zu wandeln.

Der Sonnengruß – eine Yogaübung für den Einstieg

Der Sonnengruß soll die Ehrfurcht vor der Sonne und der Gottheit sowie tiefe Demut und Dankbarkeit diesen gegenüber zum Ausdruck bringen, was sich auch in den Haltungen (gefaltete Hände, Verbeugungen usw.) verdeutlicht. Der Sonnengruß eignet sich besonders als Aktivierungsübung am Morgen – der aufgehenden Sonne zugewandt.

Die Übungsreihe wirkt belebend auf Körper, Geist und Seele. Die Gelenke werden mobilisiert, Muskeln sowie Bänder werden gedehnt und das Herz-Kreislauf-System wird trainiert.

Mitten im Dritten hat eine der wohl bekanntesten Yogaschulen Wiens, die *Yogalounge*, ihren Firmensitz.

Das Team rund um Claudia Sekardi bietet Einzel- sowie Gruppenkurse für die ganze Familie an und bildet auch zukünftige Yoga-LehrerInnen aus. Hier lernen Sie also von den Besten!

Seidlgasse 30, 1030 Wien
+43 676 413 72 15
www.yoga-lounge.at



Illustration: fatcat21



Foto: Pixfly



Foto: lzf



Foto: richcarey

Sporttag im 3. Bezirk

UMEX und das Vienna Sporthotel
veranstalten am 2. September den 1. Landstraßer Sporttag

Unbedingt mitmachen
↓

Tauchen, Golf, Tennis, Cardio- sowie Fitnesstraining und Laufen mitten im Dritten? Ja, eine Initiative von Arnold Gerstl (*UMEX-Tauchsport*) macht das möglich!

Verschiedenste Sportarten unter einem Dach auszuprobieren, dafür bietet das *Vienna Sporthotel* in der Baumgasse 83 die idealen Voraussetzungen: die modernste Video-Indoor-Golf-Anlage, die beliebten Tennisplätze und die Erholung am sowie

im Outdoor-Pool sind nur einige der Möglichkeiten. Damit Sie Ihre Sportkenntnisse professionell vertiefen oder vielleicht sogar eine neue Sportart für sich entdecken können, stehen am 2. September TrainerInnen und Pros für Sie bereit, die Sie in einer kleinen Gruppe von maximal acht Personen an die jeweilige Sportart heranzuführen. Einfach vorab anmelden, zwischen 10:00 Uhr und 17:00 Uhr eine Kennenlern-Einheit buchen und dann testen, was das Zeug

hält! Schnuppertauchen, Indoor Golf, Tennis sowie Cardio- und Fitnesstraining stehen mehrmals über den Tag verteilt zur Auswahl.

Melden Sie sich noch heute für Ihre persönliche Kennenlern-Einheit an:
www.lh3.at/sporttag

Foto: Konrad Kolbe



Impulse meets UMEX

Kompetenz am Tauchsportsektor hat im 3. Bezirk seit 1999 einen Namen: UMEX hält die gesamte Palette an Ausrüstungen und Aktivitäten rund um das bunte Leben unter Wasser parat.

Impulse hat den PADI Course Director und *UMEX-Tauchsport* Geschäftsführer Arnold Gerstl sowie seine Frau, Mag. Alexandra Gerstl von *UMEX-Tauchreisen in der Erdbergstraße 50* dazu befragt:

Stichwort „Ganz einfach mal abtauchen“: In welchen Locations finden die UMEX Tauchkurse statt?

Unsere Tauchkurse finden einerseits im Neufelder See südlich von Wien und andererseits in Verbindung mit unseren Tauchreisen in der ganzen Welt statt. Wir halten

aber auch hier im 3. Bezirk, im Pool vom *Vienna Sporthotel*, Schwimm- und Tauchkurse ab.

Welche Inlands- und Auslandsaktivitäten hat UMEX-Tauchreisen für den Herbst 2016 geplant?

Da empfehlen wir gerne die glasklaren Bergseen in Tirol von 1. - 4. September, das Wrack- und Grottentauchen in Pula von 13. - 16. Oktober und die Tauchsafari nach Ägypten mit einem Luxustauchschiff von 27. Oktober - 3. November.

Welchen persönlichen Bezug hat UMEX zum Dritten?

Arnold ist hier aufgewachsen. Unser Geschäft sowie Reisebüro sind aus ganz Wien und Umgebung exzellent erreichbar, sowohl öffentlich als auch mit dem PKW – dank der ausreichenden Parkplätze.

Privat sind wir gerne zum Laufen und Radfahren am Donaukanal unterwegs. Wir schätzen die Nähe zum 1. Bezirk und gleichzeitig die ausgedehnten Grünflächen in den Landstraßer Parkanlagen.



EFM
VERSICHERUNGSMAKLER



Kostenlos
im Wert von
EUR 80,-
Polizzenüberprüfung



Kommen Sie vorbei!

Klaus Brandhofer
EFM Wien-Landstraße
antirisk Versicherungsmakler
+43 (01) 548 05 95
wien-landstrasse@efm.at
www.efm.at/wien-landstrasse
www.antirisk.at

EFM - MIT ÜBER 50 STANDORTEN
DIE NR. 1 IN ÖSTERREICH



*"In der Krankenanstalt Rudolfstiftung
wurde mir das Leben gerettet"*

Die Landstraße und ihre Spitäler

Erich Hohenberger ist seit 1989 Landstraßer Bezirksvorsteher und nicht nur auf dem politischen Sektor höchst aktiv.

2003 wurde ihm seine private Passion für das Schwammerlsuchen zum Verhängnis: Bei einer erfolgreichen Pirsch infizierte sich der beherzte Sammler in Kärnten mit dem heimtückischen Hantavirus. Ein Multiorganversagen, sechs Wochen Intensivbetreuung, insgesamt drei Monate stationäre Behandlung und eine Spenderniere seiner Frau waren nötig, um das Schlimmste zu verhindern. Heute noch spricht er mit höchstem Respekt von der *Krankenanstalt Rudolfstiftung* – und das nicht nur, weil ihm dort das Leben gerettet wurde.

Impulse hat den charismatischen Politiker zu einem Gespräch getroffen:

Herr Hohenberger, welches Einzugsgebiet betreut die Rudolfstiftung aktuell?

Es ist beachtlich groß – ganz Simmering lässt sich hier medizinisch versorgen, aber auch Teile von Wieden, Leopoldstadt und Favoriten – und natürlich die Landstraße selbst.

Welche Pläne gibt es für die Zukunft?

Mit dem *Kaiser-Franz-Josef-Spital* als Partnerspital besteht ein außerordentlich gutes Gesprächsklima und wir haben ein gemeinsames Konzept erwirtschaftet, das sowohl für Reformen aufgeschlossen ist als auch einem Aushöhlen der *Rudolfstiftung* entgegenwirkt.

Kann man Ihre Bemühungen für den Spitalssektor im Bezirk in Stichworten zusammenfassen?

Die Erhaltung der bestehenden Standorte und die Schaffung einer diskussionswürdigen Basis – das sind meine persönlichen Ambitionen.



Foto: Anchiy

Laufen und Nordic Walken im Dritten

Wenn es um die Fortbewegung per pedes geht, dann gibt es im Dritten zumindest ebenso viele Philosophien wie Streckenverläufe. Einige wollen wir Ihnen hier vorstellen und gleichzeitig auch Lust machen zum Rausgehen und Losstarten.

↙ Redaktionstipp

Die einen gehen es gemütlich an, oftmals angeregt plaudernd. Mit schwingenden Armen und je nach Tagesverfassung und individueller Konstitution mal flott marschierend, dann wieder ein bisschen gemächlicher dahin schlendernd, durchstreifen sie das Wege- und Straßennetz im Bezirk. Die anderen brauchen dann doch etwas mehr Action, mehr Anstrengung, mehr Auspowern.

Alle Lauf- und Nordic-Walking-Begeisterten und jene, die es noch werden wollen, finden zum Beispiel auf verschiedene Möglichkeiten für sportliche Aktivitäten und auch umfassende Infos zu den zahlreichen Veranstaltungen. Hier sind auch die Running-Checkpoint-Strecken beschrieben, die auf 31 Stationen vom Prater bis zur Alten Donau auf Tafeln am Ausgangs- sowie Endpunkt der jeweiligen Route Auskunft

über Strecke, Länge und Schwierigkeit geben. www.wienläuft.at

Vienna Sight Running hingegen offeriert einen etwas anderen Zugang zum Laufsport: geführte Touren, die z. B. durch den Belvederegarten und den Stadtpark führen, und auch nach individueller Vereinbarung gestaltet werden. www.vienna-sightrunning.at

Der Kultur- und Sportverein im Dritten bietet auf www.landstrasserlauf.at alle Auskünfte zum Landstraßer Bezirkslauf und dem Donaukanallauf, die auf Rundkursen entlang des Donaukanals über die Erdberger Lände, Schüttelstraße und Dampfschiffstraße stattfinden.

Im Belvederegarten, am Donaukanal auf beiden Uferseiten, in der Prater Hauptallee

Hier gibt es die beste Beratung im Dritten zum Thema Laufen!

WEMOVE RUNNINGSTORE
Wien Mitte – The Mall, Ebene 2
www.wemove.at

oder am Prater Hafen – lassen Sie sich inspirieren und profitieren Sie von der Vielfalt, die diese Strecken für Sie bereithalten. www.fitforfun.de/sport/laufen/laufstrecken-guide/wien

Die Devise lautet also in jedem Fall: Egal ob mit Stöcken oder ohne, gemütlich oder doch schnell: Rein ins Laufgewand, hurtig die Sportschuhe angezogen und raus an die frische Landstraßer Luft – damit die Trägheit und Langeweile keine Chance haben!

Mitspielen und gewinnen!

Impulse verlost diese tollen Preise:

Unser Hauptpreis:

Ein Paar Sport- bzw. Laufschuhe von WEMOVE. Die professionelle Beratung garantiert Ihnen eine lange Freude mit Ihrem Sportgerät!

WEMOVE Runningstore, Wien Mitte -TheMall, Ebene 2, www.wemove.at

1 x Taucherbrille. Zur Verfügung gestellt von UMEX Tauchsport, Erdbergstraße 50, www.umex.at

1 x Rad-Package (mit Satteltasche, Werkzeug usw.) im Wert von € 100,-. Zur Verfügung gestellt von Thalia Buch & Medien, Landstraßer Hauptstraße 2a/2b, Center Wien Mitte, www.thalia.at



Spielen Sie mit und schicken Sie ein E-Mail mit dem Stichwort „Sport“ an office@lh3.at.

Schreiben Sie uns, welcher dieser Gewinne Ihnen die meiste Freude bereiten würde.

Einsendeschluss ist der 30. September 2016. Bitte geben Sie Ihre Kontaktdaten an. Die GewinnerInnen werden per E-Mail verständigt.

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Keine Barablöse der Preise möglich.



ZIRBENHERZ

Regenerations-Systeme®

SCHONT HERZ & RÜCKEN.
STÄRKT KÖRPER & SEELE.



Regenerations-System

Die perfekte Kombination für einen herz- und rücken-schonenden Schlaf im Zirbenherz®-Bett.



ZIRBENKRAFT®

3.500 Herzschläge pro Tag weniger. Entspricht einer Stunde Herzarbeit.



REGENERATION

Beste Bandscheiben-Regeneration. Das Bett, das Körper und Seele aufrichtet.



NATUR PUR

100 % natürliche Rohstoffe unterstützen die Wirkung des Zirbenbettes.

Das Bett fürs Leben!

www.zirbenherz-bett.com

Schauraum 1030 Wien | Landstraßer Hauptstraße 93
T + 43 (0) 1 890 4221 | wien@zirbenherz-bett.com

Besuchen Sie
unseren **Schauraum**
Landstraßer Hauptstr. 93



Foto: Rainer Mirau

Impulse meets Vienna Sporthotel

Tennis, Golf und Spa – diese sportlich attraktiven Angebote vereint das Vienna Sporthotel in der Baumgasse 83 unter seinem Dach.

Impulse hat dessen Geschäftsleiter und Direktor Holger Wernicke um eine Hausführung ersucht:

Welche besonderen Services dürfen sich Ihre Gäste unter dem Slogan „Ihr Wohl ist uns wichtig“ erwarten?

Für die Erholung unserer Gäste sorgen wir bestens – Sauna, Dampfbad, Tiefenwärme, Solarien und Massage sind nur einige der Eckpfeiler unseres Wohlfühlangebotes. Und von April bis Oktober bietet unser solarbeheizter Außenpool mit Liegewiese ein vitalisierendes Erlebnis!

Und wer sporteln möchte?

Der trainiert mit uns! Der topmoderne Cardio- & Fitnessraum, unsere Indoor-Golf-Anlage sowie die *Tennisschule LLGP* werden allen Anforderungen unserer Gäste gerecht.

Was fällt Ihnen persönlich ganz spontan zum 3. Bezirk ein?

Familienfreundlich, dynamisch, Alt trifft Jung = Rochusmarkt, Kultur = Arena, Marx Halle, Rabenhof.

*Wir freuen
uns auf Sie ↓*

Liebe LeserInnen unserer Impulse!

Wir erweitern unser Angebot:

Nutzen Sie unser neues Abo-Service und lassen Sie sich die Impulse kostenlos und direkt ins Haus liefern!

Zu bestellen ist das Impulse Abonnement ab sofort unter Angabe des Namens und der Adresse ganz einfach per E-Mail an: **mail@lh3.at**

Weiter Infos finden Sie auf: **www.lh3.at/impulseabo**



Foto: Christiane Paulitsch

Lachen ist gratis, Sei dabei ↘ aber so viel wert!

Und weil wir das wissen, heißt es am Samstag, dem 24. September zwischen 10:00 Uhr und 18:00 Uhr wieder Vorhang auf für das 2. Landstraßer Lachspektakel!



Foto: Harald Schlossko

Im September vor einem Jahr feierten wir mit unserem neuen Straßenfest-Konzept „Landstraßer Lachspektakel“ Premiere. Tausende BesucherInnen, glänzende Kinderaugen und viele lachende Gesichter sind uns allen in Erinnerung geblieben. Auch 2016 soll das Fest wieder ein unvergesslicher Tag für die BesucherInnen und uns Landstraßer Kaufleute werden. Straßenkunst vom Feinsten mit einem Kurbelkaraoke, Straßentheater, einer Hochradperformance sowie mit Riesenseifenblasen, kunterbunten Lachzonen und musikalischen Highlights. Das Programm mit allen Details finden Sie als Beilage zu dieser aktuellen Ausgabe der *Impulse*.

GROSSER MIT-SPIEL-ZIRKUS

Müllers großer Zauber-Zirkus ist wieder eine hervorragende Gelegenheit für alle, die schon immer Lust hatten, einmal den Clown zu spielen, ein paar Jongliertricks zu lernen oder das Publikum mit verblüffenden Auftritten zu verzaubern!

Professionelle Freizeit- und SpielpädagogInnen stellen gemeinsam mit Kindern eine Vorstellung zusammen, die die Welt noch nie gesehen hat:

In der Zirkus-Schule werden in unterschiedlichen Workshops Zirkustechniken einstudiert und die Kinder verwandeln

www.sreal.at

Jetzt gratis downloaden!

Alle Immobilien immer in der Tasche – mit der s REAL App.

Alle Infos zu den Immobilien der s REAL auf Ihrem Handy: Neue Immobilie suchen, Finanzierungsberechnung für Kaufobjekte, bestehende Immobilie bewerten und verkaufen uvm.

Laden im App Store

ANDROID APP ON Google play

s REAL Immobilien

sich während der Proben in Fakire, SeiltänzerInnen, AkrobatInnen und Clowns. Glitzernde Kostüme und Schminke gehören genauso dazu wie Zirkusmusik und Trommelwirbel.

Die einstudierten Shows werden jeweils um 12:30 Uhr und um 17:00 Uhr alle ZuschauerInnen verzaubern.

Wenn dem Publikum vor dem roten Zirkusvorhang außergewöhnliche ArtistInnen angekündigt werden, sind leuchtende Augen, rote Wangen und auch ein bisschen Lampenfieber garantiert!

WIE KANN ICH MITMACHEN?

Komm am 24. September um 10:00 Uhr oder um 14:30 Uhr zum großen Zirkuszelt Landstraßer Hauptstraße/Ecke Weyrgasse und mach mit.

Die Teilnahme ist kostenlos – alles was Du brauchst, sind ein bisschen Mut und vier Stunden Zeit – der Spaßfaktor stellt sich dann von ganz alleine ein! Wir freuen uns über Deine Voranmeldung per Mail unter office@lh3.at oder Du kommst einfach vorbei und machst mit!

www.lachspektakel.at



Foto: kinemero

#lachspektakel

Macht mit bei unserer Selfie-Aktion! Und so geht's:

Ein Selfie vom persönlichen Lachmoment machen, von 22. - 24. September auf www.lachspektakel.at/selfieaktion oder Facebook und Instagram mit **#lachspektakel** hochladen und tolle Preise aus der Landstraße gewinnen!

Was bringt Euch zum Lachen?

Schickt uns Eure schönsten und lustigsten Selfies vor oder während des Lachspektakels! Die Teilnahmebedingungen findet Ihr auf www.lachspektakel.at/selfieaktion

DIY: Foto Props

Passend zu unserer Selfie-Aktion: Originelle Foto Props zum Downloaden!

Einfach ausdrucken, ausschneiden und die Accessoires wie z.B. Brille, Schnurrbart oder Hut einzeln auf ein Holzstäbchen kleben. Damit bleibt die zweite Hand frei für den Fotoapparat, das Handy oder die Selfie-Stange. Fotospaß garantiert!

Download unter www.lh3.at/selfieaktion.pdf

Hier geht's
zum
Download)



Foto: kinemero



**ERSTES FACHGESCHÄFT FÜR
ERZGEBIRGISCHE VOLKSKUNST IN ÖSTERREICH**

HAUSMESSE
20. - 22. OKTOBER 2016
TÄGLICH VON 10:00 - 18:00 UHR

- ⌚ Drechsel- und Klöppelvorführung
- ⌚ Neuheitenpräsentation
- ⌚ Gewinnspiel
- ⌚ Hausmesse-Rabatt

Landstraßer Hauptstraße 70
Telefon: +43 664 647 31 41
info@nussknackerhaus.at

Mehr Informationen unter:
www.nussknackerhaus.at



PROGRAMM HIGHLIGHTS

AUSSTELLUNGEN

Eröffnung der neuen Ausstellungen „Die Römer auf der Landstraße“, „Nix ist fix“ und „40 Jahre Circus Roncalli“

Fr., 16. September, 19:00 Uhr
Bezirksmuseum Landstraße,
Sechskrügelgasse 11
www.bezirksmuseum.at

Kunst ist weiblich

Lisa Est, Eugenia Grotchakova,
u.a. Künstlerinnen des Vereins IntAkt
Mi., 21. September, 19:00 Uhr
bis Fr., 28. Oktober
Art 3-Galerie, Landstraßer
Hauptstraße 96
www.kulturimdritten.at

21er Pavillon 2016 – Leben in der Wand

Experimentelle Wohninstallation
gemeinsam mit der TU Wien
Tiefhof des Museums
bis So., 23. Oktober
21er Haus, Arsenalstraße 1
www.21erhaus.at

BEWEGUNG/TANZ

Volksbrottango – Crossovermix

So., 4. September und So.,
2. Oktober, 19:00 Uhr
Das Dorf, Obere Viaduktgasse 2/1
www.dasdorf.at

Power Belly Dance für Anfängerinnen, 15 Lektionen

ab Fr., 30. September,
18:00 - 19:30 Uhr
LaWie, Landstraßer Hauptstraße 96

Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Frauen Methode „Drehungen“

Fr., 7. Oktober, 17:30 - 21:00 Uhr
Sa., 8. Oktober, 10:00 - 16:00 Uhr
VHS Landstraße,
Hainburger Straße 29
www.vhs.at/3-vhs-landstrasse.html

KABARETT/THEATER

Samuel Beckett „Endspiel“

So., 4. September, 19:00 Uhr
Akademietheater, Lisztstraße 1
www.burgtheater.at

Zu blöd um alt zu sein Schenk & Niavarani

Mi., 7. und Do., 8. September

Fr., 7. und Mo., 10. Oktober
jeweils 19:30 Uhr
Globe Wien – Marx Halle – Studio 2
Karl-Farkas-Gasse 19
www.marxballe.at

Oscar Wilde „Dorian Gray“

Mo., 19. September,
20:00 - 21:15 Uhr
Akademietheater, Lisztstraße 1
www.burgtheater.at

Grünmandl – Andreas Vitásek

Di., 11. Oktober,
20:00 Uhr
Rabenhof Theater, Rabengasse 3
www.rabenhoftheater.com

200 Jahre „Die Hektiker“

So., 30. Oktober, 19:30 Uhr
Globe Wien – Marx Halle – Studio 2
Karl-Farkas-Gasse 19
www.marxballe.at

KINDER

Quakalulubaby

Kindertheater ab 3 J.
Sa., 10. September - So., 2. Oktober
Figurentheater Lilarum,
Göllnergasse 8
www.lilarum.at

Drei Hühner legen los!

Kindertheater ab 4 J.
Sa., 8. Oktober bis So., 30. Oktober
Figurentheater Lilarum,
Göllnergasse 8
www.lilarum.at

Piccolo „Trip Trap Tropf“

Sa., 15. Oktober,
11:00, 15:00 und 17:00 Uhr
Wiener Konzerthaus, Berio-Saal,
Lothringerstraße 20
konzerthaus.at

KULINARISCHES

Bernie Rieder

„Österreichische Küche“
Di., 13. September, 19:00 Uhr
Thalia, Center Wien Mitte,
Landstraßer Hauptstraße 2a/2b

Kafé Nordkap Brunch

Plaudern, Austausch und coole
Sounds inkludiert!
So., 25. September und So., 30.
Oktober, 11:00 - 17:00 Uhr
Das Dorf, Obere Viaduktgasse 2/1
www.dasdorf.at

LITERATUR

Heinz und Margit Fischer „Erinnerungen in Bildern und Geschichten“

Do., 15. September,
19:00 Uhr
Thalia, Center Wien Mitte,
Landstraßer Hauptstraße 2a/2b

Rupert Henning „Schön trinken“

Do., 29. September, 19:00 Uhr
Thalia, Center Wien Mitte,
Landstraßer Hauptstraße 2a/2b

Lange Nacht der Museen

Sa., 1. Oktober, 20:00 Uhr
Die Landstraßer Autorin Dr.-in Eva
Bauer liest aus ihren Werken
Bezirksmuseum Landstraße,
Sechskrügelgasse 11
www.bezirksmuseum.at
www.langenacht.orf.at

MUSIK

Taksim Oriente – Orientalische Weltmusik

Fr., 9. September, 20:00 Uhr
Das Dorf, Obere Viaduktgasse 2/1
www.dasdorf.at

The Philharmonics „Movie Night“

Mi., 21. September, 19:30 Uhr
Wiener Konzerthaus, Großer Saal,
Lothringerstraße 20
www.konzerthaus.at

The Whitney Houston Show „The Greatest Love of All“

Sa., 24. September, 19:30 Uhr
Wiener Konzerthaus, Großer Saal,
Lothringerstraße 20
www.konzerthaus.at

Geigenbau live „Quartett gebaut gehört“

inkl. Führungen, Ausstellung,
Versteigerung und Jam Session
Mi., 19. Oktober bis Fr. 21. Oktober,
10:00 - 22:00 Uhr
Sa., 22. Oktober, 10:00 - 19:00 Uhr
Wiener Konzerthaus,
Lothringerstraße 20
www.konzerthaus.at

The Cure + special guest: The Twilight Sad

Mi., 26. Oktober, 20:00 Uhr
Marx Halle, Karl-Farkas-Gasse 19
www.marxballe.at

Foto: Lammerhuber



Foto: Christiane Paulitsch



Foto: Nussknackerhaus

VERANSTALTUNGEN

20 Jahre VHS Landstraße

Di., 20. September, 19:00 Uhr
VHS Landstraße,
Hainburger Straße 29
www.vhs.at/3-vhs-landstrasse.html

Atelier- und Galerierundgang „Made im 3.“

in 35 Ateliers und Galerien im Dritten
Fr., 23. September, 14:00 - 20:00 Uhr
Sa., 24. September, 14:00 - 18:00 Uhr
www.kulturimdritten.at/atelier-und-galerienrundgang-2016/

Nussknackerhaus Hausmesse mit Drechsel-Vorführungen

Do., 20. Oktober bis Sa., 22. Oktober,
täglich 10:00 - 18:00 Uhr
Landstraßer Hauptstraße 70
www.nussknackerhaus.at

StadtLesen

Lesen in über 3.000 Büchern
und Schmökern nach Herzens-
lust, inkl. Integrations- und
Familienlesetag
Do., 22. bis So., 25. September,
täglich ab 9:00 Uhr bis zum
Einbruch der Dunkelheit
Landstraßer Hauptstraße 1-2
www.stadtlesen.com

2. Landstraßer Lachspektakel

Selfie-Aktion #lachspektakel
Do., 22. bis Sa., 24. September

Straßenfest

zw. Beatrix- und Salmgasse
Sa., 24. September,
10:00 - 18:00 Uhr
www.lachspektakel.at

SHOP. EAT. DRINK. MIT NUR EINER KARTE.

ZUM SHOPPEN, GENIESSEN UND ALS GESCHENK!

Einfach am Infopoint oder auf www.wienmitte-themall.at mit bis zu 150 EUR aufladen – und sich oder jemand anderem eine kleine große Freude machen.



WIEN MITTE
THE MALL

FURLA

ERHÄLTlich BEI
CHRISTIAN WEIDNER
LEDERWAREN
1030 WIEN
UND
2500 BADEN

FURLA.COM

