

Veranstaltungen im Oktober 2021

Alle Veranstaltungen mit Vorbehalt!



Veranstaltungen

Freitag, 1. Oktober 2021

- | | | |
|-----------|---|----------------------|
| ganztägig | Jahrestraining und Ausbildung in Achtsamkeit und Meditation , ZENtrum Mondsee, Schlosshof 5, 5310 Mondsee am Mondsee, +43 664 73076034, www.zentrum-mondsee.at , info@zentrum-mondsee.at | Preis auf Anfrage |
| 07:30 | Ein Jahr der Achtsamkeit...
Meditation und Impuls für den Tagesbeginn , Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at , monika@sunspirit.at
monika@sunspirit.at +43 664 3722555 | |
| 09:00 | Geführte Wanderung mit Herbert Benedik , Fitnesspark Mondseeland - FIPAMOLA, Seebadstraße, 5310 Mondsee am Mondsee | Reservierung erbeten |
- Info/Anm. spätestens bis Mittwoch der jeweiligen Tour ! Tel. +43 (0)664 73815775, oder über E-Mail: herbertbenedik@aon.at
Preisinformationen: € 25,00 pro Person

- 09:00 **Golden Yoga 60+**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at
- Anmeldung Evelin Graf, Tel. +43 (0)664/3722555 www.sunspirit.at
evelin@sunspirit.at
- 09:30 **Babybauch Yoga**, Praxis MaHo Leben & MaHo Birth, Gessenschwandt 39, 4882 Oberwang bei Mondsee, +43 664 1910672, www.mondsee.at, manuela.hoellnsteiner@gmx.at
- Freue dich auf einen besonderen Tag, der dich noch mehr mit deinem Baby bindet. Anmeldung Manuela : +43 664 1910672
Preisinformationen: € 75,00 inkl. Getränke, Mittagessen extra
- 14:00 **Veranstaltungsreihe Klimafitter Wald-Richtige Waldbewirtschaftung in Zeiten des Klimawandels**, Gasthof Weiße Taube, Schwarzindien 69, 5310 St. Lorenz am Mondsee **Reservierung erbeten
freiwillige Spende**
- Schulungstag der LK-OÖ für KleinwaldbesitzerInnen, Anmeldung: KEM
Mondseeland, Stefanie Mayrhauser, MSc, Tel.: +43 676 3000101,
kem@dasmondseeland.at

Samstag, 2. Oktober 2021

- 08:00 **Bauern- und Wochenmarkt**, Marktplatz Mondsee, Marktplatz, Kirchenplatz, 5310 Mondsee am Mondsee, +43 6232 2270, www.mondsee.at, info@mondsee.at **Eintritt frei**
- Jeden Samstag findet man regionale Produkte am Bauern- und Wochenmarkt.
- 09:00 **Golden Yoga 60+**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at
- Anmeldung Evelin Graf, Tel. +43 (0)664/3722555 www.sunspirit.at
evelin@sunspirit.at
- 09:00 **Patchworkausstellung – Quiltfest im Sägewerk St. Lorenz**, Das Sägewerk am Mondsee, Achort 14, 5310 St. Lorenz am Mondsee
- Der Textilkunstverein Patchwork Gilde Austria veranstaltet jedes Jahr das Quiltfest.
Preisinformationen: Samstag oder Sonntag € 5,00
Mehrtageskarte € 8,00
Gildemitglieder frei
Jugendliche unter 18 frei
- 09:00 **Veranstaltungsreihe Klimafitter Wald-Richtige Waldbewirtschaftung in Zeiten des Klimawandels**, Technologiezentrum MondSeeLand, Technoparkstraße 4, 5310 Mondsee am Mondsee **Reservierung erbeten
Preis auf Anfrage**
- Schulungstag der LK-OÖ für KleinwaldbesitzerInnen, Anmeldung: KEM
Mondseeland, Stefanie Mayrhauser, MSc, Tel.: +43 676 3000101,
kem@dasmondseeland.at
- 10:00 **Bewegungsfest**, Seefestgelände, 5310 Mondsee am Mondsee **Eintritt frei**
- Vereine und Institutionen des Mondseelandes zeigen was sie zu bieten haben.

Sonntag, 3. Oktober 2021

- 08:00 **Geführte Wanderung - Gosau – Löckermoos und Steinbruch**, Wanderführer Birgit und Christian Gamsjäger, Oberwang 62a, 4882 Oberwang bei Mondsee, +43 664 1404362, www.gamsis-wanderungen.at, gamsis-wanderungen@aon.at
Leichte Wanderung zu einem der schönsten Naturschauspiele in Österreich (UNESCO-Welterberegion).
Preisinformationen: Erwachsene € 25,00
Kinder € 10,00
- 09:00 **Golden Yoga 60+**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at Preis auf Anfrage

Anmeldung Evelin Graf, Tel. +43 (0)664/3722555 www.sunspirit.at
evelin@sunspirit.at
- 09:00 **Patchworkausstellung – Quiltfest im Sägewerk St. Lorenz**, Das Sägewerk am Mondsee, Achort 14, 5310 St. Lorenz am Mondsee, +43 664 88303003, www.das-saegewerk.at, anfrage@das-saegewerk.at
Der Textilkunstverein Patchwork Gilde Austria veranstaltet jedes Jahr das Quiltfest.
Preisinformationen: Samstag oder Sonntag € 5,00
Mehrtageskarte € 8,00
Gildemitglieder frei
Jugendliche unter 18 frei
- 15:30 **Herbstlesung**, Phyllotaxis, Am Irrsee, 4893 Tiefgraben am Mondsee mit Perkussion von Bodo Hell und Erwin Rehling Voranmeldung unter verein@mundwerk.at oder Tel. +43 680 2401203
Preisinformationen: € 8,00
Ermäßigt € 4,00

Montag, 4. Oktober 2021

- 09:00 **Golden Yoga 60+**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at

Anmeldung Evelin Graf, Tel. +43 (0)664/3722555 www.sunspirit.at
evelin@sunspirit.at
- 10:15 **Golden Yoga 70+**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at

Yoga für SeniorInnen 70+, mit Evelin Graf Tel.: +43 664 3722555 Mail: evelin@sunspirit.at
- 17:30 **Yoga Basics für Anfänger**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at
Yoga Basic für Anfänger mit Birgit Rosenlechner birgit@sunspirit.at Tel.: +43 664 3722555
- 17:45 **Yoga im Herbst**, Praxis MaHo Leben & MaHo Birth, Gessenschwandt 39, 4882 Oberwang bei Mondsee, +43 664 1910672, www.mondsee.at, manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Anmeldung erforderlich! Tel: +43 6641910672 Mail: manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Preisinformationen: 10er Block gültig für 4 Monate € 95,00

- 18:00 **Das Mondseeland kommt ins Laufen**“, Platz vor der Volksbank Mondsee, Dr.-Franz-Müller-Straße 6, 5310 Mondsee am Mondsee,
Wir freuen uns auch über bereits fortgeschrittene LäuferInnen, die am Laufftreff der Lauffreunde Mondseeland teilnehmen wollen. Aus organisatorischen Gründen bitten wir um eine Anmeldung bis Ende August 2021 bei Hildegard Rakar Tel: +43 664 73 84 6889
- 18:30 **Yin Yoga - 5 Elemente TCM**, Bauern- und Freilichtmuseum, Hilfberg 6, 5310 Tiefgraben am Mondsee
5 Elemente YinYoga eignet sich für All-Levels! Vorkenntnisse sind nicht notwendig. Um eine frühzeitige Anmeldung wird gebeten, da die maximale Teilnehmerzahl begrenzt ist. Info & Anmeldung: +43 664 2365503 oder ursula.proksch@icloud.com
Preisinformationen: 5er Reihe € 90,00
Einzelbuchung nur bei noch verfügbarem Platzkontingent möglich € 22,00 / Einheit
- 19:00 **Yoga im Herbst**, Praxis MaHo Leben & MaHo Birth, Gessenschwandt 39, 4882 Oberwang bei Mondsee, +43 664 1910672, www.mondsee.at, manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Anmeldung erforderlich! Tel: +43 6641910672 Mail: manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Preisinformationen: 10er Block gültig für 4 Monate € 95,00
- 19:15 **Yoga Allgemein**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at

Yoga Allgemein, für leicht Fortgeschrittene birgit@sunspirit.at +43 664 3722555

Dienstag, 5. Oktober 2021

- 08:45 **Yoga im Herbst**, Praxis MaHo Leben & MaHo Birth, Gessenschwandt 39, 4882 Oberwang bei Mondsee, +43 664 1910672, www.mondsee.at, manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Anmeldung erforderlich! Tel: +43 6641910672 Mail: manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Preisinformationen: 10er Block gültig für 4 Monate € 95,00
- 09:00 **Golden Yoga 60+**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at

Anmeldung Evelin Graf, Tel. +43 (0)664/3722555 www.sunspirit.at evelin@sunspirit.at
- 17:00 **Yoga Allgemein**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at

Yoga monika@sunspirit.at Tel. +43(0)664/3722555
- 18:00 **Leichter Bewegen mit Feldenkrais**, Bauern- und Freilichtmuseum, Hilfberg 6, 5310 Tiefgraben am Mondsee
Mit sanften Bewegungseinheiten sich selbst in Bewegung wahrnehmen und erkunden – Die Feldenkrais-Methode zum Kennenlernen. Mit Sonja Oberascher, Zertifizierte Feldenkrais Lehrerin, Dipl. Bewegungs- und Tanzpädagogin | +43(0)664/784 96 20 E-Mail: sonja@move2beyou.at

Preisinformationen: Kostenlos für Interessierte & neue TeilnehmerInnen

- 19:00 **Yoga Allgemein & Meditation**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at
Yoga für leicht Fortgeschrittene monika@sunspirit.at Tel. +43(0)664/3722555
- 19:30 **Bauchtanz für Anfängerinnen**, Sonja Oberascher - Move2BeYou, Sonnenweg 26, 5310 Tiefgraben am Mondsee, +43 664 7849620, www.bauch-tanz.at, sonja@move2beyou.at
Elegant, kraftvoll und fließend zugleich. Mit Sonja Oberascher, Zertifizierte Feldenkrais Lehrerin, Dipl. Bewegungs- und Tanzpädagogin +43 (0)664/784 96 20
Preisinformationen: € 16,00 /Einheit x Kurswochen
Teilnahme an einzelnen Kurstagen = € 20,00 je Einheit
10er Block € 180,00

Mittwoch, 6. Oktober 2021

- 08:00 **Morning Yoga und Meditation vertiefend**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at
Yoga und Meditation vertiefend für Geübte monika@sunspirit.at Tel.: +43(0)664/3722555
- 09:00 **Golden Yoga 60+**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at

Anmeldung Evelin Graf, Tel. +43 (0)664/3722555 www.sunspirit.at evelin@sunspirit.at
- 14:00 **Wildkräuter Erlebniswanderung**, Zum Fiden Bauern, Großenschwandt 31, 4882 Oberwang bei Mondsee
Saisonale essbare Wildpflanzen und Früchte kennenlernen; Anmeldung erforderlich! Tel. +43 664 5288664
Preisinformationen: € 35,00 pro Person
inkl. kleiner Kräuterjause
- 17:30 **Gesundheitsyoga - Kurse mit Sundari S. Riehs**, Bauern- und Freilichtmuseum, Hilfberg 6, 5310 Tiefgraben am Mondsee
Gesunde Bewegung für den Körper Entspannung & Erholung für Geist und Seele Anmeldung bei Susanne Riehs, Tel: +43 680/4015068 oder info@sundari-yoga.at Preis auf Anfrage
- 18:00 **Workshopreihe für pflegende Angehörige - "Geh dem Keim nicht auf den Leim"**, Bauern- und Freilichtmuseum, Hilfberg 6, 5310 Tiefgraben am Mondsee
Ein Wegbegleiter zum Mutmachen mit Maria Wimmer und DGKP Albert Gruber. Workshops auch einzeln buchbar. Anmeldung Rotes Kreuz Mondsee, Frau Hofer +43 664 8745514 oder josefa.hofer@o.rotes-kreuz.at Eintritt frei

Preisinformationen: kostenlos dank LEADER Förderung
- 19:30 **Gesundheitsyoga - Kurse mit Sundari S. Riehs**, Bauern- und Freilichtmuseum, Hilfberg 6, 5310 Tiefgraben am Mondsee
Gesunde Bewegung für den Körper Entspannung & Erholung für Geist und Seele Anmeldung bei Susanne Riehs, Tel: +43 680/4015068 oder info@sundari-yoga.at Preis auf Anfrage

Donnerstag, 7. Oktober 2021

- 08:45 **Yoga im Herbst**, Praxis MaHo Leben & MaHo Birth, Gessenschwandt 39, 4882 Oberwang bei Mondsee, +43 664 1910672, www.mondsee.at, manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Anmeldung erforderlich! Tel: +43 6641910672 Mail: manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Preisinformationen: 10er Block gültig für 4 Monate € 95,00
- 09:00 **Golden Yoga 60+**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at

Anmeldung Evelin Graf, Tel. +43 (0)664/3722555 www.sunspirit.at
evelin@sunspirit.at
- 09:30 **Gesundheitsyoga - Kurse mit Sundari S. Riehs**, Bauern- und Freilichtmuseum, Hilfberg 6, 5310 Tiefgraben am Mondsee Preis auf Anfrage
Gesunde Bewegung für den Körper Entspannung & Erholung für Geist und Seele Anmeldung bei Susanne Riehs, Tel: +43 680/4015068 oder info@sundari-yoga.at
- 10:00 **Yoga im Herbst**, Praxis MaHo Leben & MaHo Birth, Gessenschwandt 39, 4882 Oberwang bei Mondsee, +43 664 1910672, www.mondsee.at, manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Anmeldung erforderlich! Tel: +43 6641910672 Mail: manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Preisinformationen: 10er Block gültig für 4 Monate € 95,00
- 17:30 **Morning Yoga Allgemein**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at
Yoga Allgemein für Fortgeschrittene monika@sunspirit.at Tel. +43 664 3722555
- 17:45 **Yoga im Herbst**, Praxis MaHo Leben & MaHo Birth, Gessenschwandt 39, 4882 Oberwang bei Mondsee, +43 664 1910672, www.mondsee.at, manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Anmeldung erforderlich! Tel: +43 6641910672 Mail: manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Preisinformationen: 10er Block gültig für 4 Monate € 95,00
- 18:00 **Das Mondseeland kommt ins Laufen**, Platz vor der Volksbank Mondsee, Dr.-Franz-Müller-Straße 6, 5310 Mondsee am Mondsee
Wir freuen uns auch über bereits fortgeschrittene LäuferInnen, die am Lauffreund der Lauffreunde Mondseeland teilnehmen wollen. Aus organisatorischen Gründen bitten wir um eine Anmeldung bis Ende August 2021 bei Hildegard Rakar Tel: +43 664 73 84 6889
- 19:00 **Yoga im Herbst**, Praxis MaHo Leben & MaHo Birth, Gessenschwandt 39, 4882 Oberwang bei Mondsee, +43 664 1910672, www.mondsee.at, manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Anmeldung erforderlich! Tel: +43 6641910672 Mail: manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Preisinformationen: 10er Block gültig für 4 Monate € 95,00

Freitag, 8. Oktober 2021

- 07:30 **Meditation und Impuls für den Tagesbeginn**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at
monika@sunspirit.at +43 664 3722555
- 09:00 **Geführte Wanderung mit Herbert Benedik**, Fitnesspark Mondseeland - **Reservierung erbeten**
FIPAMOLA, Seebadstraße, 5310 Mondsee am Mondsee,
Info/Anm. spätestens bis Mittwoch der jeweiligen Tour ! Tel. +43 (0)664 73815775, oder über E-Mail: herbertbenedik@aon.at
Preisinformationen: € 25,00 pro Person
- 09:00 **Golden Yoga 60+**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at

Anmeldung Evelin Graf, Tel. +43 (0)664/3722555 www.sunspirit.at
evelin@sunspirit.at
- 09:30 **Babybauch Yoga**, Praxis MaHo Leben & MaHo Birth, Gessenschwandt 39, 4882 Oberwang bei Mondsee, +43 664 1910672, www.mondsee.at, manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Freue dich auf einen besonderen Tag, der dich noch mehr mit deinem Baby bindet. Anmeldung Manuela : +43 664 1910672
Preisinformationen: € 75,00 inkl. Getränke, Mittagessen extra

Samstag, 9. Oktober 2021

- 08:00 **Bauern- und Wochenmarkt**, Marktplatz Mondsee, Marktplatz, Kirchenplatz, **Eintritt frei**
5310 Mondsee am Mondsee, +43 6232 2270, www.mondsee.at, info@mondsee.at
Jeden Samstag findet man regionale Produkte am Bauern- und Wochenmarkt.
- 08:00 **Geführte Wanderung - über den Schlenken zum Schmittenstein (Rundweg)**,
Wanderführer Birgit und Christian Gamsjäger, Oberwang 62a, 4882 Oberwang bei Mondsee, +43 664 1404362, www.gamsis-wanderungen.at, gamsis-wanderungen@aon.at
Mittelschwere Wanderung auf zwei aussichtsreiche Gipfel im Salzburger Land und Rückweg über die wunderschönen Schlenkenalmen.

Preisinformationen: Erwachsene € 25,00
Kinder: € 10,00
- 09:00 **Golden Yoga 60+**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at

Anmeldung Evelin Graf, Tel. +43 (0)664/3722555 www.sunspirit.at
evelin@sunspirit.at
- 13:30 **Meditations-Nachmittag**, Brigitte Füreder, Am Schlössl 38, 5310 Tiefgraben **Reservierung erbeten**
am Mondsee, +43 664 4181120, brigitte.fuereder@gmx.at

Ein Weg bewusster zu Leben - Bequeme Kleidung, Decke und eventuell Socken mitbringen! Anmeldung erforderlich!
Preisinformationen: € 59,00

Sonntag, 10. Oktober 2021

09:00 **Golden Yoga 60+**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at

Anmeldung Evelin Graf, Tel. +43 (0)664/3722555 www.sunspirit.at
evelin@sunspirit.at

Montag, 11. Oktober 2021

09:00 **Golden Yoga 60+**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at

Anmeldung Evelin Graf, Tel. +43 (0)664/3722555 www.sunspirit.at
evelin@sunspirit.at

10:15 **Golden Yoga 70+**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at

Yoga für SeniorInnen 70+, mit Evelin Graf Tel.: +43 664 3722555 Mail:
evelin@sunspirit.at

17:30 **Yoga Basics für Anfänger**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at

Yoga Basic für Anfänger mit Birgit Rosenlechner birgit@sunspirit.at Tel.: +43 664 3722555

17:45 **Yoga im Herbst**, Praxis MaHo Leben & MaHo Birth, Gessenschwandt 39, 4882 Oberwang bei Mondsee, +43 664 1910672, www.mondsee.at, manuela.hoellnsteiner@gmx.at

Anmeldung erforderlich! Tel: +43 6641910672 Mail:
manuela.hoellnsteiner@gmx.at

Preisinformationen: 10er Block gültig für 4 Monate € 95,00

18:00 **Das Mondseeland kommt ins Laufen**, Platz vor der Volksbank Mondsee, Dr.-Franz-Müller-Straße 6, 5310 Mondsee am Mondsee

Wir freuen uns auch über bereits fortgeschrittene LäuferInnen, die am Laufftreff der Lauffreunde Mondseeland teilnehmen wollen. Aus organisatorischen Gründen bitten wir um eine Anmeldung bis Ende August 2021 bei Hildegard Rakar Tel: +43 664 73 84 6889

19:00 **Yoga im Herbst**, Praxis MaHo Leben & MaHo Birth, Gessenschwandt 39, 4882 Oberwang bei Mondsee, +43 664 1910672, www.mondsee.at, manuela.hoellnsteiner@gmx.at

Anmeldung erforderlich! Tel: +43 6641910672 Mail:
manuela.hoellnsteiner@gmx.at

Preisinformationen: 10er Block gültig für 4 Monate € 95,00

19:15 **Yoga Allgemein**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at

Yoga Allgemein, für leicht Fortgeschrittene birgit@sunspirit.at +43 664 3722555

Dienstag, 12. Oktober 2021

- 08:45 **Yoga im Herbst**, Praxis MaHo Leben & MaHo Birth, Gessenschwandt 39, 4882 Oberwang bei Mondsee, +43 664 1910672, www.mondsee.at, manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Anmeldung erforderlich! Tel: +43 6641910672 Mail: manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Preisinformationen: 10er Block gültig für 4 Monate € 95,00
- 09:00 **Golden Yoga 60+**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at

Anmeldung Evelin Graf, Tel. +43 (0)664/3722555 www.sunspirit.at
evelin@sunspirit.at
- 09:30 **Herbst - Oktoberkurs: Eigender Ausdruck & Experimente**, Kunstvilla, Viktor-Kaplan-Straße 1, 5310 Mondsee am Mondsee, +43 664 3803131, www.kunstvilla.at, michaela.moisl@kunstvilla.at
Der Weg in die Abstraktion - zum eigenen Ausdruck - dem eigenen Stil. Wir finden Wege in die Abstraktion anhand der Weiterentwicklung und Reduzierung eigener Arbeiten, sowie Farbreduktionen, Gestaltung der Oberflächen, "Schwingen" von Farbflächen.

Preisinformationen: € 315,00 für 3 Tage
Leinwände separat je nach Auswahl
- 17:00 **Yoga Allgemein**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at

Yoga monika@sunspirit.at Tel. +43(0)664/3722555
- 18:00 **Leichter Bewegen mit Feldenkrais**, Bauern- und Freilichtmuseum, Hilfberg 6, 5310 Tiefgraben am Mondsee
Mit sanften Bewegungseinheiten sich selbst in Bewegung wahrnehmen und erkunden – Die Feldenkrais-Methode zum Kennenlernen. Mit Sonja Oberascher, Zertifizierte Feldenkrais Lehrerin, Dipl. Bewegungs- und Tanzpädagogin | +43(0)664/784 96 20 E-Mail: sonja@move2beyou.at

Preisinformationen: Kostenlos für Interessierte & neue TeilnehmerInnen
- 19:00 **Yoga Allgemein & Meditation**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at
Yoga für leicht Fortgeschrittene monika@sunspirit.at Tel. +43(0)664/3722555
- 19:30 **Bauchtanz für Anfängerinnen**, Sonja Oberascher - Move2BeYou, Sonnenweg 26, 5310 Tiefgraben am Mondsee, +43 664 7849620, www.bauch-tanz.at, sonja@move2beyou.at
Elegant, kraftvoll und fließend zugleich. Mit Sonja Oberascher, Zertifizierte Feldenkrais Lehrerin, Dipl. Bewegungs- und Tanzpädagogin +43 (0)664/784 96 20
Preisinformationen: € 16,00 /Einheit x Kurswochen
Teilnahme an einzelnen Kurstagen = € 20,00 je Einheit
10er Block € 180,00

Mittwoch, 13. Oktober 2021

- 08:00 **Morning Yoga und Meditation vertiefend**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at
Yoga und Meditation vertiefend für Geübte monika@sunspirit.at Tel.: +43(0)664/3722555
- 09:00 **Golden Yoga 60+**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at

Anmeldung Evelin Graf, Tel. +43 (0)664/3722555 www.sunspirit.at evelin@sunspirit.at
- 09:30 **Herbst - Oktoberkurs: Eigender Ausdruck & Experimente**, Kunstvilla, Viktor-Kaplan-Straße 1, 5310 Mondsee am Mondsee, +43 664 3803131, www.kunstvilla.at, michaela.moisl@kunstvilla.at
Der Weg in die Abstraktion - zum eigenen Ausdruck - dem eigenen Stil. Wir finden Wege in die Abstraktion anhand der Weiterentwicklung und Reduzierung eigener Arbeiten, sowie Farbreduktionen, Gestaltung der Oberflächen, "Schwingen" von Farbflächen.

Preisinformationen: € 315,00 für 3 Tage
Leinwände separat je nach Auswahl
- 17:30 **Gesundheitsyoga - Kurse mit Sundari S. Riehs**, Bauern- und Freilichtmuseum, Hilfberg 6, 5310 Tiefgraben am Mondsee
Gesunde Bewegung für den Körper Entspannung & Erholung für Geist und Seele Anmeldung bei Susanne Riehs, Tel: +43 680/4015068 oder info@sundari-yoga.at Preis auf Anfrage
- 19:30 **Gesundheitsyoga - Kurse mit Sundari S. Riehs**, Bauern- und Freilichtmuseum, Hilfberg 6, 5310 Tiefgraben am Mondsee
Gesunde Bewegung für den Körper Entspannung & Erholung für Geist und Seele Anmeldung bei Susanne Riehs, Tel: +43 680/4015068 oder info@sundari-yoga.at Preis auf Anfrage

Donnerstag, 14. Oktober 2021

- 08:45 **Yoga im Herbst**, Praxis MaHo Leben & MaHo Birth, Gessenschwandt 39, 4882 Oberwang bei Mondsee, +43 664 1910672, www.mondsee.at, manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Anmeldung erforderlich! Tel: +43 6641910672 Mail: manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Preisinformationen: 10er Block gültig für 4 Monate € 95,00
- 09:00 **Golden Yoga 60+**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at

Anmeldung Evelin Graf, Tel. +43 (0)664/3722555 www.sunspirit.at evelin@sunspirit.at
- 09:30 **Gesundheitsyoga - Kurse mit Sundari S. Riehs**, Bauern- und Freilichtmuseum, Hilfberg 6, 5310 Tiefgraben am Mondsee
Gesunde Bewegung für den Körper Entspannung & Erholung für Geist und Seele Anmeldung bei Susanne Riehs, Tel: +43 680/4015068 oder info@sundari-yoga.at Preis auf Anfrage

- 09:30 **Herbst - Oktoberkurs: Eigender Ausdruck & Experimente**, Kunstvilla, Viktor-Kaplan-Straße 1, 5310 Mondsee am Mondsee, +43 664 3803131, www.kunstvilla.at, michaela.moisl@kunstvilla.at
Der Weg in die Abstraktion - zum eigenen Ausdruck - dem eigenen Stil. Wir finden Wege in die Abstraktion anhand der Weiterentwicklung und Reduzierung eigener Arbeiten, sowie Farbreduktionen, Gestaltung der Oberflächen, "Schwingen" von Farbflächen.
- Preisinformationen: € 315,00 für 3 Tage
Leinwände separat je nach Auswahl
- 10:00 **Yoga im Herbst**, Praxis MaHo Leben & MaHo Birth, Gessenschwandt 39, 4882 Oberwang bei Mondsee, +43 664 1910672, www.mondsee.at, manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Anmeldung erforderlich! Tel: +43 6641910672 Mail: manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Preisinformationen: 10er Block gültig für 4 Monate € 95,00
- 17:30 **Morning Yoga Allgemein**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at
Yoga Allgemein für Fortgeschrittene monika@sunspirit.at Tel. +43 664 3722555
- 17:45 **Yoga im Herbst**, Praxis MaHo Leben & MaHo Birth, Gessenschwandt 39, 4882 Oberwang bei Mondsee, +43 664 1910672, www.mondsee.at, manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Anmeldung erforderlich! Tel: +43 6641910672 Mail: manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Preisinformationen: 10er Block gültig für 4 Monate € 95,00
- 18:00 **Das Mondseeland kommt ins Laufen**“, Platz vor der Volksbank Mondsee, Dr.-Franz-Müller-Straße 6, 5310 Mondsee am Mondsee
Wir freuen uns auch über bereits fortgeschrittene LäuferInnen, die am Lauftreff der Lauffreunde Mondseeland teilnehmen wollen. Aus organisatorischen Gründen bitten wir um eine Anmeldung bis Ende August 2021 bei Hildegard Rakar Tel: +43 664 73 84 6889
- 18:00 **Workshopreihe für pflegende Angehörige - "Wasser ist zum Waschen da"**, **Eintritt frei**
Bauern- und Freilichtmuseum, Hilfberg 6, 5310 Tiefgraben am Mondsee
- Ein Wegbegleiter zum Mutmachen mit Maria Wimmer und DGKP Albert Gruber. Workshops auch einzeln buchbar. Anmeldung Rotes Kreuz Mondsee, Frau Hofer +43 664 8745514 oder josefa.hofer@o.rotes-kreuz.at
- Preisinformationen: kostenlos dank LEADER Förderung
- 19:00 **Yoga im Herbst**, Praxis MaHo Leben & MaHo Birth, Gessenschwandt 39, 4882 Oberwang bei Mondsee, +43 664 1910672, www.mondsee.at, manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Anmeldung erforderlich! Tel: +43 6641910672 Mail: manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Preisinformationen: 10er Block gültig für 4 Monate € 95,00

Freitag, 15. Oktober 2021

- 07:30 **Meditation und Impuls für den Tagesbeginn**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at
monika@sunspirit.at +43 664 3722555
- 09:00 **Geführte Wanderung mit Herbert Benedik**, Fitnesspark Mondseeland - **Reservierung erbeten**
FIPAMOLA, Seebadstraße, 5310 Mondsee am Mondsee
Info/Anm. spätestens bis Mittwoch der jeweiligen Tour ! Tel. +43 (0)664 73815775, oder über E-Mail: herbertbenedik@aon.at
Preisinformationen: € 25,00 pro Person
- 09:00 **Golden Yoga 60+**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at
Anmeldung Evelin Graf, Tel. +43 (0)664/3722555 www.sunspirit.at
evelin@sunspirit.at
- 09:30 **Babybauch Yoga**, Praxis MaHo Leben & MaHo Birth, Gessenschwandt 39, 4882 Oberwang bei Mondsee, +43 664 1910672, www.mondsee.at, manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Freue dich auf einen besonderen Tag, der dich noch mehr mit deinem Baby bindet. Anmeldung Manuela : +43 664 1910672
Preisinformationen: € 75,00 inkl. Getränke, Mittagessen extra
- 17:30 **YINYOGA Sinnesreise**, Bauern- und Freilichtmuseum, Hilfberg 6, 5310 Tiefgraben am Mondsee
YinYoga-Sinnesreise eignet sich für All-Levels! Vorkenntnisse sind nicht notwendig. Um eine frühzeitige Anmeldung wird gebeten, da die maximale Teilnehmerzahl begrenzt ist. Info & Anmeldung: +43 664 2365503 oder ursula.proksch@icloud.com
Preisinformationen: € 55,00
- 18:30 **Vortrag: Herz und Hirn - Gesund und Vital**, Pfarrsaal Mondsee, Kirchengasse 1, 5310 Mondsee am Mondsee
Referentin Mag. Dr. Martina Winkler FA für innere Medizin/Kardiologie in Wien, Ernährungswissenschaftlerin
Preisinformationen: € 5,00

Samstag, 16. Oktober 2021

- 08:00 **Bauern- und Wochenmarkt**, Marktplatz Mondsee, Marktplatz, Kirchenplatz, **Eintritt frei**
5310 Mondsee am Mondsee, +43 6232 2270, www.mondsee.at, info@mondsee.at
Jeden Samstag findet man regionale Produkte am Bauern- und Wochenmarkt.
- 09:00 **Golden Yoga 60+**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at
Anmeldung Evelin Graf, Tel. +43 (0)664/3722555 www.sunspirit.at
evelin@sunspirit.at
- 19:00 **Mondsee Sinfonietta**, Basilika St. Michael Mondsee, Kirchengasse 1, 5310 Mondsee am Mondsee
Musikalische Leitung: Alexander Rindberger

20:00 **Mundtot - Der Kampf um die Pressefreiheit**, Pfarrsaal Mondsee, Kirchengasse 1, 5310 Mondsee am Mondsee freiwillige Spende
Knapp 700 professionelle Journalistinnen und Journalisten wurden in den letzten 10 Jahren weltweit getötet. Die Verfolgung kritischer Stimmen ist in vielen Ländern keine Seltenheit.

Sonntag, 17. Oktober 2021

09:00 **Golden Yoga 60+**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at

Anmeldung Evelin Graf, Tel. +43 (0)664/3722555 www.sunspirit.at
evelin@sunspirit.at

Montag, 18. Oktober 2021

09:00 **Golden Yoga 60+**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at

Anmeldung Evelin Graf, Tel. +43 (0)664/3722555 www.sunspirit.at
evelin@sunspirit.at

10:15 **Golden Yoga 70+**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at

Yoga für SeniorInnen 70+, mit Evelin Graf Tel.: +43 664 3722555 Mail:
evelin@sunspirit.at

mit regionalem Wild aus dem Kobernaußerwald.

Preisinformationen: laut Speisekarte

17:30 **Yoga Basics für Anfänger**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at

Yoga Basic für Anfänger mit Birgit Rosenlechner birgit@sunspirit.at Tel.: +43 664 3722555

17:45 **Yoga im Herbst**, Praxis MaHo Leben & MaHo Birth, Gessenschwandt 39, 4882 Oberwang bei Mondsee, +43 664 1910672, www.mondsee.at, manuela.hoellnsteiner@gmx.at

Anmeldung erforderlich! Tel: +43 6641910672 Mail:

manuela.hoellnsteiner@gmx.at

Preisinformationen: 10er Block gültig für 4 Monate € 95,00

18:30 **Yin Yoga - 5 Elemente TCM**, Bauern- und Freilichtmuseum, Hilfberg 6, 5310 Tiefgraben am Mondsee

5 Elemente YinYoga eignet sich für All-Levels! Vorkenntnisse sind nicht notwendig. Um eine frühzeitige Anmeldung wird gebeten, da die maximale Teilnehmerzahl begrenzt ist. Info & Anmeldung: +43 664 2365503 oder ursula.proksch@icloud.com

Preisinformationen: 5er Reihe € 90,00

Einzelbuchung nur bei noch verfügbarem Platzkontingent möglich € 22,00 / Einheit

19:00 **Yoga im Herbst**, Praxis MaHo Leben & MaHo Birth, Gessenschwandt 39, 4882 Oberwang bei Mondsee, +43 664 1910672, www.mondsee.at, manuela.hoellnsteiner@gmx.at

Anmeldung erforderlich! Tel: +43 6641910672 Mail:

manuela.hoellnsteiner@gmx.at

Preisinformationen: 10er Block gültig für 4 Monate € 95,00

19:15

Yoga Allgemein, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at

Yoga Allgemein, für leicht Fortgeschrittene birgit@sunspirit.at +43 664 3722555

Dienstag, 19. Oktober 2021

08:45

Yoga im Herbst, Praxis MaHo Leben & MaHo Birth, Gessenschwandt 39, 4882 Oberwang bei Mondsee, +43 664 1910672, www.mondsee.at,

manuela.hoellnsteiner@gmx.at

Anmeldung erforderlich! Tel: +43 6641910672 Mail:

manuela.hoellnsteiner@gmx.at

Preisinformationen: 10er Block gültig für 4 Monate € 95,00

09:00

Golden Yoga 60+, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at

Anmeldung Evelin Graf, Tel. +43 (0)664/3722555 www.sunspirit.at

evelin@sunspirit.at

17:00

Yoga Allgemein, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at

Yoga monika@sunspirit.at Tel. +43(0)664/3722555

18:00

Leichter Bewegen mit Feldenkrais, Bauern- und Freilichtmuseum, Hilfberg 6, 5310 Tiefgraben am Mondsee

Mit sanften Bewegungseinheiten sich selbst in Bewegung wahrnehmen und erkunden – Die Feldenkrais-Methode zum Kennenlernen. Mit Sonja Oberascher, Zertifizierte Feldenkrais Lehrerin, Dipl. Bewegungs- und Tanzpädagogin | +43(0)664/784 96 20 E-Mail: sonja@move2beyou.at

Preisinformationen: Kostenlos für Interessierte & neue TeilnehmerInnen

19:00

Yoga Allgemein & Meditation, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at,

monika@sunspirit.at

Yoga für leicht Fortgeschrittene monika@sunspirit.at Tel.

+43(0)664/3722555

19:30

Bauchtanz für Anfängerinnen, Sonja Oberascher - Move2BeYou, Sonnenweg 26, 5310 Tiefgraben am Mondsee, +43 664 7849620, www.bauch-tanz.at, sonja@move2beyou.at

Elegant, kraftvoll und fließend zugleich. Mit Sonja Oberascher, Zertifizierte Feldenkrais Lehrerin, Dipl. Bewegungs- und Tanzpädagogin +43 (0)664/784 96 20

Preisinformationen: € 16,00 /Einheit x Kurswochen

Teilnahme an einzelnen Kurstagen = € 20,00 je Einheit

10er Block € 180.00

Mittwoch, 20. Oktober 2021

- 08:00 **Morning Yoga und Meditation vertiefend**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at
Yoga und Meditation vertiefend für Geübte monika@sunspirit.at Tel.: +43(0)664/3722555
- 09:00 **Golden Yoga 60+**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at

Anmeldung Evelin Graf, Tel. +43 (0)664/3722555 www.sunspirit.at evelin@sunspirit.at
- 17:30 **Gesundheitsyoga - Kurse mit Sundari S. Riehs**, Bauern- und Freilichtmuseum, Hilfberg 6, 5310 Tiefgraben am Mondsee
Gesunde Bewegung für den Körper Entspannung & Erholung für Geist und Seele Anmeldung bei Susanne Riehs, Tel: +43 680/4015068 oder info@sundari-yoga.at Preis auf Anfrage
- 19:30 **Gesundheitsyoga - Kurse mit Sundari S. Riehs**, Bauern- und Freilichtmuseum, Hilfberg 6, 5310 Tiefgraben am Mondsee
Gesunde Bewegung für den Körper Entspannung & Erholung für Geist und Seele Anmeldung bei Susanne Riehs, Tel: +43 680/4015068 oder info@sundari-yoga.at Preis auf Anfrage

Donnerstag, 21. Oktober 2021

- 08:45 **Yoga im Herbst**, Praxis MaHo Leben & MaHo Birth, Gessenschwandt 39, 4882 Oberwang bei Mondsee, +43 664 1910672, www.mondsee.at, manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Anmeldung erforderlich! Tel: +43 6641910672 Mail: manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Preisinformationen: 10er Block gültig für 4 Monate € 95,00
- 09:00 **Golden Yoga 60+**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at

Anmeldung Evelin Graf, Tel. +43 (0)664/3722555 www.sunspirit.at evelin@sunspirit.at
- 09:30 **Gesundheitsyoga - Kurse mit Sundari S. Riehs**, Bauern- und Freilichtmuseum, Hilfberg 6, 5310 Tiefgraben am Mondsee
Gesunde Bewegung für den Körper Entspannung & Erholung für Geist und Seele Anmeldung bei Susanne Riehs, Tel: +43 680/4015068 oder info@sundari-yoga.at Preis auf Anfrage
- 10:00 **Yoga im Herbst**, Praxis MaHo Leben & MaHo Birth, Gessenschwandt 39, 4882 Oberwang bei Mondsee, +43 664 1910672, www.mondsee.at, manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Anmeldung erforderlich! Tel: +43 6641910672 Mail: manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Preisinformationen: 10er Block gültig für 4 Monate € 95,00
- 17:30 **Morning Yoga Allgemein**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at
Yoga Allgemein für Fortgeschrittene monika@sunspirit.at Tel. +43 664 3722555

- 17:45 **Yoga im Herbst**, Praxis MaHo Leben & MaHo Birth, Gessenschwandt 39, 4882 Oberwang bei Mondsee, +43 664 1910672, www.mondsee.at, manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Anmeldung erforderlich! Tel: +43 6641910672 Mail: manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Preisinformationen: 10er Block gültig für 4 Monate € 95,00
- 18:00 **Workshopreihe für pflegende Angehörige -"Das Auge isst mit"**, Bauern- und Freilichtmuseum, Hilfberg 6, 5310 Tiefgraben am Mondsee **Eintritt frei**
- Ein Wegbegleiter zum Mutmachen mit Maria Wimmer und DGKP Albert Gruber. Workshops auch einzeln buchbar. Anmeldung Rotes Kreuz Mondsee, Frau Hofer +43 664 8745514 oder josefa.hofer@o.rotes-kreuz.at
- Preisinformationen: kostenlos dank LEADER Förderung
- 19:00 **Yoga im Herbst**, Praxis MaHo Leben & MaHo Birth, Gessenschwandt 39, 4882 Oberwang bei Mondsee, +43 664 1910672, www.mondsee.at, manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Anmeldung erforderlich! Tel: +43 6641910672 Mail: manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Preisinformationen: 10er Block gültig für 4 Monate € 95,00

Freitag, 22. Oktober 2021

- 07:30 **Meditation und Impuls für den Tagesbeginn**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at
monika@sunspirit.at +43 664 3722555
- 09:00 **Geführte Wanderung mit Herbert Benedik**, Fitnesspark Mondseeland - **Reservierung erbeten**
FIPAMOLA, Seebadstraße, 5310 Mondsee am Mondsee
Info/Anm. spätestens bis Mittwoch der jeweiligen Tour ! Tel. +43 (0)664 73815775, oder über E-Mail: herbertbenedik@aon.at
Preisinformationen: € 25,00 pro Person
- 09:00 **Golden Yoga 60+**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at
Anmeldung Evelin Graf, Tel. +43 (0)664/3722555 www.sunspirit.at
evelin@sunspirit.at
- 09:30 **Babybauch Yoga**, Praxis MaHo Leben & MaHo Birth, Gessenschwandt 39, 4882 Oberwang bei Mondsee, +43 664 1910672, www.mondsee.at, manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Freue dich auf einen besonderen Tag, der dich noch mehr mit deinem Baby bindet. Anmeldung Manuela : +43 664 1910672
Preisinformationen: € 75,00 inkl. Getränke, Mittagessen extra

Samstag, 23. Oktober 2021

- 08:00 **Bauern- und Wochenmarkt**, Marktplatz Mondsee, Marktplatz, Kirchenplatz, 5310 Mondsee am Mondsee, +43 6232 2270, www.mondsee.at, info@mondsee.at **Eintritt frei**
Jeden Samstag findet man regionale Produkte am Bauern- und Wochenmarkt.

09:00 **Golden Yoga 60+**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at

Anmeldung Evelin Graf, Tel. +43 (0)664/3722555 www.sunspirit.at
evelin@sunspirit.at

09:00 **Veranstaltungsreihe Klimafitter Wald-Schulungstag der LK-OÖ für KleinwaldbesitzerInnen**, Technologiezentrum MondSeeLand, Technoparkstraße 4, 5310 Mondsee am Mondsee
Schulungstag der LK-OÖ für KleinwaldbesitzerInnen, Anmeldung: KEM Mondseeland, Stefanie Mayrhauser, MSc, Tel.: +43 676 3000101, kem@dasmondseeland.at

Reservierung erbeten
Preis auf Anfrage

Sonntag, 24. Oktober 2021

09:00 **Golden Yoga 60+**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at

Anmeldung Evelin Graf, Tel. +43 (0)664/3722555 www.sunspirit.at
evelin@sunspirit.at

Montag, 25. Oktober 2021

09:00 **Golden Yoga 60+**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at

Anmeldung Evelin Graf, Tel. +43 (0)664/3722555 www.sunspirit.at
evelin@sunspirit.at

10:15 **Golden Yoga 70+**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at

Preis auf Anfrage

Yoga für SeniorInnen 70+, mit Evelin Graf Tel.: +43 664 3722555 Mail:
evelin@sunspirit.at

17:30 **Yoga Basics für Anfänger**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at

Yoga Basic für Anfänger mit Birgit Rosenlechner birgit@sunspirit.at Tel.: +43 664 3722555

17:45 **Yoga im Herbst**, Praxis MaHo Leben & MaHo Birth, Gessenschwandt 39, 4882 Oberwang bei Mondsee, +43 664 1910672, www.mondsee.at, manuela.hoellnsteiner@gmx.at

Anmeldung erforderlich! Tel: +43 6641910672 Mail:

manuela.hoellnsteiner@gmx.at

Preisinformationen: 10er Block gültig für 4 Monate € 95,00

19:00 **Yoga im Herbst**, Praxis MaHo Leben & MaHo Birth, Gessenschwandt 39, 4882 Oberwang bei Mondsee, +43 664 1910672, www.mondsee.at, manuela.hoellnsteiner@gmx.at

Anmeldung erforderlich! Tel: +43 6641910672 Mail:

manuela.hoellnsteiner@gmx.at

Preisinformationen: 10er Block gültig für 4 Monate € 95,00

19:15 **Yoga Allgemein**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at

Dienstag, 26. Oktober 2021

- 08:00 **Geführte Wanderung - von der Rettenbachalm auf den Gamskogel**,
Wanderführer Birgit und Christian Gamsjäger, Oberwang 62a, 4882
Oberwang bei Mondsee, +43 664 1404362, www.gamsis-wanderungen.at,
gamsis-wanderungen@aon.at
Geführte, mittelschwere Wanderung ausgehend von der Rettenbachalm
(Bad Ischl)
Preisinformationen: Erwachsene € 25,00
Kinder: € 10,00
- 08:45 **Yoga im Herbst**, Praxis MaHo Leben & MaHo Birth, Gessenschwandt 39,
4882 Oberwang bei Mondsee, +43 664 1910672, www.mondsee.at,
manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Anmeldung erforderlich! Tel: +43 6641910672 Mail:
manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Preisinformationen: 10er Block gültig für 4 Monate € 95,00
- 17:00 **Yoga Allgemein**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am
Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at
- 19:00 **Yoga Allgemein & Meditation**, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1,
4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at,
monika@sunspirit.at
Yoga für leicht Fortgeschrittene monika@sunspirit.at Tel.
+43(0)664/3722555

Mittwoch, 27. Oktober 2021

- 08:00 **Morning Yoga und Meditation vertiefend**, Yogaschule Salzkammergut,
Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555,
www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at
Yoga und Meditation vertiefend für Geübte monika@sunspirit.at Tel.:
+43(0)664/3722555
- 17:30 **Gesundheitsyoga - Kurse mit Sundari S. Riehs**, Bauern- und Preis auf Anfrage
Freilichtmuseum, Hilfburg 6, 5310 Tiefgraben am Mondsee
Gesunde Bewegung für den Körper Entspannung & Erholung für Geist und
Seele Anmeldung bei Susanne Riehs, Tel: +43 680/4015068 oder
info@sundari-yoga.at
- 19:30 **Gesundheitsyoga - Kurse mit Sundari S. Riehs**, Bauern- und Preis auf Anfrage
Freilichtmuseum, Hilfburg 6, 5310 Tiefgraben am Mondsee
Gesunde Bewegung für den Körper Entspannung & Erholung für Geist und
Seele Anmeldung bei Susanne Riehs, Tel: +43 680/4015068 oder
info@sundari-yoga.at

Donnerstag, 28. Oktober 2021

- 08:45 **Yoga im Herbst**, Praxis MaHo Leben & MaHo Birth, Gessenschwandt 39,
4882 Oberwang bei Mondsee, +43 664 1910672, www.mondsee.at,
manuela.hoellnsteiner@gmx.at

Anmeldung erforderlich! Tel: +43 6641910672 Mail:
manuela.hoellnsteiner@gmx.at

Preisinformationen: 10er Block gültig für 4 Monate € 95,00

09:30

Gesundheitsyoga - Kurse mit Sundari S. Riehs, Bauern- und Freilichtmuseum, Hilfberg 6, 5310 Tiefgraben am Mondsee
Gesunde Bewegung für den Körper Entspannung & Erholung für Geist und Seele
Anmeldung bei Susanne Riehs, Tel: +43 680/4015068 oder info@sundari-yoga.at

Preis auf Anfrage

10:00

Yoga im Herbst, Praxis MaHo Leben & MaHo Birth, Gessenschwandt 39, 4882 Oberwang bei Mondsee, +43 664 1910672, www.mondsee.at, manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Anmeldung erforderlich! Tel: +43 6641910672 Mail: manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Preisinformationen: 10er Block gültig für 4 Monate € 95,00

17:30

Morning Yoga Allgemein, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at
Yoga Allgemein für Fortgeschrittene monika@sunspirit.at Tel. +43 664 3722555

17:45

Yoga im Herbst, Praxis MaHo Leben & MaHo Birth, Gessenschwandt 39, 4882 Oberwang bei Mondsee, +43 664 1910672, www.mondsee.at, manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Anmeldung erforderlich! Tel: +43 6641910672 Mail: manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Preisinformationen: 10er Block gültig für 4 Monate € 95,00

18:00

Workshopreihe für pflegende Angehörige - "Wer pflegt, muss sich pflegen", Bauern- und Freilichtmuseum, Hilfberg 6, 5310 Tiefgraben am Mondsee **Eintritt frei**

Ein Wegbegleiter zum Mutmachen mit Maria Wimmer und DGKP Albert Gruber. Workshops auch einzeln buchbar. Anmeldung Rotes Kreuz Mondsee, Frau Hofer +43 664 8745514 oder josefa.hofer@o.rotes-kreuz.at

Preisinformationen: kostenlos dank LEADER Förderung

19:00

Yoga im Herbst, Praxis MaHo Leben & MaHo Birth, Gessenschwandt 39, 4882 Oberwang bei Mondsee, +43 664 1910672, www.mondsee.at, manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Anmeldung erforderlich! Tel: +43 6641910672 Mail: manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Preisinformationen: 10er Block gültig für 4 Monate € 95,00

Freitag, 29. Oktober 2021

07:30

Meditation und Impuls für den Tagesbeginn, Yogaschule Salzkammergut, Kirchenplatz 1, 4893 Zell am Moos am Irrsee, +43 664 3722555, www.sunspirit.at, monika@sunspirit.at
monika@sunspirit.at +43 664 3722555

09:00

Geführte Wanderung mit Herbert Benedik, Fitnesspark Mondseeland - FIPAMOLA, Seebadstraße, 5310 Mondsee am Mondsee
Info/Anm. spätestens bis Mittwoch der jeweiligen Tour ! Tel. +43 (0)664 73815775, oder über E-Mail: herbertbenedik@aon.at
Preisinformationen: € 25,00 pro Person

Reservierung erbeten

09:30 **Babybauch Yoga**, Praxis MaHo Leben & MaHo Birth, Gessenschwandt 39,
4882 Oberwang bei Mondsee, +43 664 1910672, www.mondsee.at,
manuela.hoellnsteiner@gmx.at
Freue dich auf einen besonderen Tag, der dich noch mehr mit deinem Baby
bindet. Anmeldung Manuela : +43 664 1910672
Preisinformationen: € 75,00 inkl. Getränke, Mittagessen extra

Samstag, 30. Oktober 2021

08:00 **Bauern- und Wochenmarkt**, Marktplatz Mondsee, Marktplatz, Kirchenplatz, **Eintritt frei**
5310 Mondsee am Mondsee, +43 6232 2270, www.mondsee.at,
info@mondsee.at
Jeden Samstag findet man regionale Produkte am Bauern- und
Wochenmarkt.



Kulinarik

Samstag, 2. Oktober 2021

10:00

Oktoberfest in Christl's Weinstube, Christl's Weinstube, Meinrad Guggenbichler Straße 1, 5310 Mondsee am Mondsee, +43 664 3011336, www.christlswestube.com, ch.pilli@tvweb.at
kulinarische Schmankerl und Münchner Spaten Oktoberbier
Preisinformationen: laut Speisekarte

Reservierung erbeten

Montag, 4. Oktober 2021

11:30

Schnitzeltag, Christl's Weinstube, Meinrad Guggenbichler Straße 1, 5310 Mondsee am Mondsee, +43 664 3011336, www.christlswestube.com, ch.pilli@tvweb.at
Montag bis Freitag gibt's leckere Mittagsmenüs. In der Speisekarte findest du verschiedene Gerichte, von traditioneller Hausmannskost, Salate und Fleischloses bis hin zu einer guten Jause.
Preisinformationen: laut Speisekarte

Reservierung erbeten

Mittwoch, 6. Oktober 2021

16:00

Ripperl ab 16:00 Uhr, Christl's Weinstube, Meinrad Guggenbichler Straße 1, 5310 Mondsee am Mondsee, +43 664 3011336, www.christlswestube.com, ch.pilli@tvweb.at

Reservierung erbeten

Montag bis Freitag gibt's leckere Mittagsmenüs. In der Speisekarte findest du verschiedene Gerichte, von traditioneller Hausmannskost, Salate und Fleischloses bis hin zu einer guten Jause.

Preisinformationen: keine Angaben

Samstag, 9. Oktober 2021

11:30 **Schweinsbraten, Knödel, Salat**, Christl's Weinstube, Meinrad Guggenbichler **Reservierung erbeten**

Straße 1, 5310 Mondsee am Mondsee, +43 664 3011336,

www.christlsweinstube.com, ch.pilli@tvweb.at

Montag bis Freitag gibt's leckere Mittagsmenüs. In der Speisekarte findest du verschiedene Gerichte, von traditioneller Hausmannskost, Salate und Fleischloses bis hin zu einer guten Jause.

Preisinformationen: laut Speisekarte

Montag, 11. Oktober 2021

11:30 **Schnitzeltag**, Christl's Weinstube, Meinrad Guggenbichler Straße 1, 5310 **Reservierung erbeten**

Mondsee am Mondsee, +43 664 3011336, www.christlsweinstube.com,

ch.pilli@tvweb.at

Montag bis Freitag gibt's leckere Mittagsmenüs. In der Speisekarte findest du verschiedene Gerichte, von traditioneller Hausmannskost, Salate und Fleischloses bis hin zu einer guten Jause.

Preisinformationen: laut Speisekarte

Mittwoch, 13. Oktober 2021

11:00 **Wildtage in Christl's Weinstube**, Christl's Weinstube, Meinrad **Reservierung erbeten**

Guggenbichler Straße 1, 5310 Mondsee am Mondsee, +43 664 3011336,

www.christlsweinstube.com, ch.pilli@tvweb.at

mit regionalem Wild aus dem Kobernaußerwald.

Preisinformationen: laut Speisekarte

Donnerstag, 14. Oktober 2021

11:00 **Wildtage in Christl's Weinstube**, Christl's Weinstube, Meinrad **Reservierung erbeten**

Guggenbichler Straße 1, 5310 Mondsee am Mondsee, +43 664 3011336,

www.christlsweinstube.com, ch.pilli@tvweb.at

mit regionalem Wild aus dem Kobernaußerwald.

Preisinformationen: laut Speisekarte

Freitag, 15. Oktober 2021

11:00 **Wildtage in Christl's Weinstube**, Christl's Weinstube, Meinrad **Reservierung erbeten**

Guggenbichler Straße 1, 5310 Mondsee am Mondsee, +43 664 3011336,

www.christlsweinstube.com, ch.pilli@tvweb.at

mit regionalem Wild aus dem Kobernaußerwald.

Preisinformationen: laut Speisekarte

Samstag, 16. Oktober 2021

11:00	Wildtage in Christl's Weinstube , Christl's Weinstube, Meinrad Guggenbichler Straße 1, 5310 Mondsee am Mondsee, +43 664 3011336, www.christlsweinstube.com, ch.pilli@tvweb.at mit regionalem Wild aus dem Kobernaußerwald. Preisinformationen: laut Speisekarte	Reservierung erbeten
-------	--	----------------------

Montag, 18. Oktober 2021

11:00	Wildtage in Christl's Weinstube , Christl's Weinstube, Meinrad Guggenbichler Straße 1, 5310 Mondsee am Mondsee, +43 664 3011336, www.christlsweinstube.com, ch.pilli@tvweb.at mit regionalem Wild aus dem Kobernaußerwald. Preisinformationen: laut Speisekarte	Reservierung erbeten
11:30	Schnitzeltag , Christl's Weinstube, Meinrad Guggenbichler Straße 1, 5310 Mondsee am Mondsee, +43 664 3011336, www.christlsweinstube.com, ch.pilli@tvweb.at Montag bis Freitag gibt's leckere Mittagsmenüs. In der Speisekarte findest du verschiedene Gerichte, von traditioneller Hausmannskost, Salate und Fleischloses bis hin zu einer guten Jause. Preisinformationen: laut Speisekarte	Reservierung erbeten

Mittwoch, 20. Oktober 2021

11:00	Wildtage in Christl's Weinstube , Christl's Weinstube, Meinrad Guggenbichler Straße 1, 5310 Mondsee am Mondsee, +43 664 3011336, www.christlsweinstube.com, ch.pilli@tvweb.at mit regionalem Wild aus dem Kobernaußerwald. Preisinformationen: laut Speisekarte	Reservierung erbeten
-------	--	----------------------

Donnerstag, 21. Oktober 2021

11:00	Wildtage in Christl's Weinstube , Christl's Weinstube, Meinrad Guggenbichler Straße 1, 5310 Mondsee am Mondsee, +43 664 3011336, www.christlsweinstube.com, ch.pilli@tvweb.at mit regionalem Wild aus dem Kobernaußerwald. Preisinformationen: laut Speisekarte	Reservierung erbeten
-------	--	----------------------

Freitag, 22. Oktober 2021

11:00	Wildtage in Christl's Weinstube , Christl's Weinstube, Meinrad Guggenbichler Straße 1, 5310 Mondsee am Mondsee, +43 664 3011336, www.christlsweinstube.com, ch.pilli@tvweb.at mit regionalem Wild aus dem Kobernaußerwald. Preisinformationen: laut Speisekarte	Reservierung erbeten
-------	--	----------------------

Samstag, 23. Oktober 2021

11:00	Wildtage in Christl's Weinstube , Christl's Weinstube, Meinrad Guggenbichler Straße 1, 5310 Mondsee am Mondsee, +43 664 3011336, www.christlsweinstube.com, ch.pilli@tvweb.at mit regionalem Wild aus dem Kobernaußerwald. Preisinformationen: laut Speisekarte	Reservierung erbeten
-------	--	----------------------

Montag, 25. Oktober 2021

11:00 **Wildtage in Christl's Weinstube**, Christl's Weinstube, Meinrad **Reservierung erbeten**
Guggenbichler Straße 1, 5310 Mondsee am Mondsee, +43 664 3011336,
www.christlsweinstube.com, ch.pilli@tvweb.at
mit regionalem Wild aus dem Kobernaußerwald.
Preisinformationen: laut Speisekarte

Mittwoch, 27. Oktober 2021

11:00 **Wildtage in Christl's Weinstube**, Christl's Weinstube, Meinrad **Reservierung erbeten**
Guggenbichler Straße 1, 5310 Mondsee am Mondsee, +43 664 3011336,
www.christlsweinstube.com, ch.pilli@tvweb.at
mit regionalem Wild aus dem Kobernaußerwald.
Preisinformationen: laut Speisekarte

Donnerstag, 28. Oktober 2021

11:00 **Wildtage in Christl's Weinstube**, Christl's Weinstube, Meinrad **Reservierung erbeten**
Guggenbichler Straße 1, 5310 Mondsee am Mondsee, +43 664 3011336,
www.christlsweinstube.com, ch.pilli@tvweb.at
mit regionalem Wild aus dem Kobernaußerwald.
Preisinformationen: laut Speisekarte

Freitag, 29. Oktober 2021

11:00 **Wildtage in Christl's Weinstube**, Christl's Weinstube, Meinrad **Reservierung erbeten**
Guggenbichler Straße 1, 5310 Mondsee am Mondsee, +43 664 3011336,
www.christlsweinstube.com, ch.pilli@tvweb.at
mit regionalem Wild aus dem Kobernaußerwald.
Preisinformationen: laut Speisekarte

Samstag, 30. Oktober 2021

11:00 **Wildtage in Christl's Weinstube**, Christl's Weinstube, Meinrad **Reservierung erbeten**
Guggenbichler Straße 1, 5310 Mondsee am Mondsee, +43 664 3011336,
www.christlsweinstube.com, ch.pilli@tvweb.at
mit regionalem Wild aus dem Kobernaußerwald.
Preisinformationen: laut Speisekarte