

ASZ Untergiesing Kurs-Übersicht

KursNr:	Kursname:	Vor-/Nachname:	Kursgebühr:	Wie oft?:	Kursstart:
1479	Apps auf Rezept, 27.01.2026			Einzelveranstaltung	27.01.2026
294	Beckenbodentraining (Fr 10.15 - 11.00 Uhr)	Ulrike Springer	€ 165,00 (GP)	1x wöchentlich	laufend
293	Beckenbodentraining (Fr 8.30 - 9.15 Uhr)	Ulrike Springer	€ 165,00 (GP)	1x wöchentlich	laufend
296	Beckenbodentraining u. Pilates (Di 11.00 - 12.00)	Marina Kurochkina	€ 165,00 (GP)	1x wöchentlich	laufend
1476	Bildervortrag: Elisabethplatz bis Altschwabing,	Gerda Horn			10.06.2026
1475	Bildervortrag: Isarinseln Gasteig nach Bogenh.,	Gerda Horn		Einzelveranstaltung	22.04.2026
1469	Bildervortrag: Untergiesing und Au am 18.02.20	Gerda Horn		Einzelveranstaltung	18.02.2026
1465	Cafe Vierjahreszeiten: Frühlingscafe am 18.03.2	Alexandra von Winterfeld		Einzelveranstaltung	18.03.2026
1466	Cafe Vierjahreszeiten: Sommercafe am 17.06.20	Alexandra von Winterfeld		Einzelveranstaltung	17.06.2026
1464	Cafe Vierjahreszeiten: Wintercafe am 28.01.202	Alexandra von Winterfeld		Einzelveranstaltung	28.01.2026
560	Der Körper in Balance - den Rücken stärken (Fr	Marina Kurochkina	€ 5,00	1x wöchentlich	laufend
749	Der Körper in Balance - Den Rücken stärken (Di	Mariana Kurochkina	über ext. Vera	1x wöchentlich	laufend
1474	Erzähl- und Erinnerungsrunde, 15.04.2026			Einzelveranstaltung	15.04.2026
289	Feldenkrais (Mi 15.15 - 16.15 Uhr) (Kurs 1)	Annegret Koberstein	€ 165,00 (GP)	1 x wöchentlich	laufend
525	Frauenfrühstück ASZ-Untergiesing, Mi. 10.00 - 1	Camilla Spörl		2 x monatlich	laufend
1452	Gehirnjogging 14.00 bis 15.30 Uhr	Gitte Rollenhagen	€ 200,00 (Geh)	1x wöchentlich	
90	Gymnastik (Mi 17.45 - 19.00 Uhr)	Anna Gläser	€ 165,00 (GP)	1x wöchentlich	laufend
1470	Infovortrag: Feste u. Bräuche, Traditionen..., 03.			Einzelveranstaltung	03.03.2026
1473	Infovortrag: Letzte Wahl der Ruhestätte, 08.04.2			Einzelveranstaltung	08.04.2026
1463	Infovortrag: Rechtlich abgesichert im Alter, 14.0			Einzelveranstaltung	14.01.2026
1472	Infovortrag: Sicheres Leben zuhause, 25.03.202			Einzelveranstaltung	25.03.2026
1478	Infovortrag: Smartphone, Helferin der Not, 21.01			Einzelveranstaltung	21.06.2026
63	Künstlerischer Kindertanz G 1 (Di 14.30 - 15. 30	Analuisa Johnson	im Kurs	1x wöchentlich	laufend
64	Künstlerischer Kindertanz I (Di 15.30 - 16.30 Uhr	Analuisa Johnson	im Kurs	1x wöchentlich	laufend
311	Künstlerischer Kindertanz I (Mo 15.00 - 16.00 Uh	Analuisa Johnson	im Kurs	1x wöchentlich	laufend

ASZ Untergiesing Kurs-Übersicht

KursNr:	Kursname:	Vor-/Nachname:	Kursgebühr:	Wie oft?:	Kursstart:
65	Künstlerischer Kindertanz II (Di 16.30 - 17.30 Uh	Analuisa Johnson	im Kurs	1x wöchentlich	laufend
625	Malgruppe (Mo 14.00 - 15.30 Uhr)	Peter Scherer	frei	1x wöchentlich	laufend
1238	Origami-Gruppe	Annegret Koberstein		1x monatlich	
299	Pilates/Wirbelsäulengymnastik (Do 10.30 - 11.30	Pooneh Narenji	€ 165,00 (GP	1x wöchentlich	laufend
292	Pilates/Wirbelsäulengymnastik (Do 9.15 - 10.15	Pooneh Narenji	€ 165,00 (GP	1x wöchentlich	laufend
325	Placement Basic (Mo 16.00 - 17.00 Uhr)	Analuisa Johnson	über ext. Vera	1x wöchentlich	laufend
291	Qigong (Do 8.00 - 9.00 Uhr)	Ingrid Kaltenstadler	€ 165,00 (GP	1x wöchentlich	laufend
282	Qigong (Mi 8.00 - 9.00 Uhr)	Ingrid Kaltenstadler	€ 165,00 (GP	1x wöchentlich	laufend
777	Qigong am Abend I (Mo 17.00 - 18.00 Uhr)	Rita Wolf	€ 165,00 (GP	1x wöchentlich	laufend
607	Qigong am Abend II (Mo 18.15 - 19.15 Uhr)	Rita Wolf	€ 165,00 (GP	1x wöchentlich	laufend
1462	Reisevortrag: Austral. Impressionen Teil 2, 13.0	Heinz Fischer		Einzelveranstaltung	13.01.2026
1446	Reisevortrag: Australische Impressionen II, 09.1			Einzelveranstaltung	09.12.2025
1451	Schwindel, Gedächtnis, Gleichgewicht am 13.12	Hanna Seegmüller		1x monatlich	13.12.2025
1450	Schwindel, Gedächtnis, Gleichgewicht am 29.11	Hanna Seegmüller		2 x monatlich	29.11.2025
1483	Schwindel, Gedächtnis, Gleichgewicht, 25.04.20	Hanna Seegmüller		1x monatlich	25.04.2026
1485	Schwindel, Gedächtnis, Gleichgewicht, 27.06.20	Hanna Seegmüller		Einzelveranstaltung	27.06.2026
1481	Schwindel, Gedächtnis, Gleichgewicht, 28.02.20	Hanna Seegmüller		1x monatlich	28.02.2026
1482	Schwindel, Gedächtnis, Gleichgewicht, 28.03.20	Hanna Seegmüller		1x monatlich	28.03.2026
1484	Schwindel, Gedächtnis, Gleichgewicht, 30.05.20	Hanna Seegmüller			30.05.2026
1480	Schwindel, Gedächtnis, Gleichgewicht, 31.01.20	Hanna Seegmüller			31.06.2026
47	Senioren kochen (Di und Fr 9.00 - 14.00 Uhr)		frei	2x wöchentlich	laufend
1183	Sitztanz + Fingergym. + Musik	Gisela Netzer		1x wöchentlich	
132	SLAA (So 19.00 - 21.00 Uhr)		über ext. Vera	1x wöchentlich	laufend
1430	Smartphonekurs weiterlernen ab 18.11.2025			5 x	18.11.2025
61	Treffpunkt Kolombusplatz (Mo 14.30 - 16.30 Uhr)		frei	1x wöchentlich	laufend

ASZ Untergiesing Kurs-Übersicht

KursNr:	Kursname:	Vor-/Nachname:	Kursgebühr:	Wie oft?:	Kursstart:
1442	Vernissage Florian Stauer, Termin noch nicht b			Einzelveranstaltung	
1471	Vernissage: Peter Scherer u. Malgruppe, 11.03.2	Peter Scherer		1x monatlich	11.03.2026
1467	Vorbesprechung E-Bike-Touren am 04.02.2026				04.02.2026
1445	Vortrag u Austausch Hoffnungsstern am 27.11.2			Einzelveranstaltung	27.11.2025
1468	Vortrag: Austausch 50 philosop. Erkenntnisse,			Einzelveranstaltung	11.02.2026
1477	Vortrag: Unkonzentriert und verwirrt? 24.06.202			Einzelveranstaltung	24.06.2026
1461	Wanderung: Bad Endorf und Simssee, 27.06.20	Brigitte König-Schmidts		2 x monatlich	27.06.2026
1459	Wanderung: Flußwanderung Zwiesel/Regen, 23.	Brigitte König-Schmidts		1x monatlich	23.05.2026
1455	Wanderung: Kiefersfeldener Wasserrunde, 21.	Brigitte König-Schmidts		1x monatlich	21.03.2026
1460	Wanderung: Lindenberg, Waldsee, Wasserfälle,	Brigitte König-Schmidts		1x monatlich	13.06.2026
1456	Wanderung: Mindelheim am 11.04.2026	Brigitte König-Schmidts		1x monatlich	11.04.2026
1458	Wanderung: Neuburg an der Donau am 09.05.20	Brigitte König-Schmidts		1x monatlich	09.05.2026
1453	Wanderung: Oberaudorfer Runde, 24.01.2026	Brigitte König-Schmidts		1x monatlich	24.01.2026
1454	Wanderung: Spitzingsee zum Blecksteinhaus, 2	Brigitte König-Schmidts		1x monatlich	21.02.2026
1457	Wanderung: Tegernseer Höhenweg am 25.04.20	Brigitte König-Schmidts		1x monatlich	25.04.2026
1437	Wanderung: Ulmer Weihnachtsmarkt am 29.11.	Brigitte König-Schmidts		Einzelveranstaltung	29.11.2025
1447	Wie macht KI, was ich will und brauche? 10.12.2			Einzelveranstaltung	10.12.2025
1032	Wii - Kegeln Sie mit	selbstorganisiert	frei	1x wöchentlich	laufend
281	Wirbelsäulengymnastik (Di 10.00 - 11.00 Uhr)	Marina Kurochkina	€ 165,00 (GP)	1x wöchentlich	laufend
280	Wirbelsäulengymnastik (Di 9.00 - 10.00 Uhr)	Marina Kurochkina	€ 165,00 (GP)	1x wöchentlich	laufend
473	WS-Gymnastik u. Bewegungsschulung (Mo 10.0	Rick Henderson	€ 165,00 (GP)	1x wöchentlich	laufend
273	WS-Gymnastik u. Bewegungsschulung (Mo 9.00	Rick Henderson	€ 165,00 (GP)	1x wöchentlich	laufend
290	Yoga (Mi 19.30 - 21.00 Uhr)	Dr. Frank Malkusch	€ 165,00 (GP)	1x wöchentlich	laufend
684	Yoga ab 60 (Mi 09.30 - 10.45 Uhr)	Maximilian Klausner	€ 165,00 (GP)	1x wöchentlich	laufend
685	Yoga ab 60 (Mi 11.00 - 12.15 Uhr)	Maximilian Klausner	€ 165,00 (GP)	1x wöchentlich	laufend

ASZ Untergiesing Kurs-Übersicht

KursNr: Kursname:	Vor-/Nachname:	Kursgebühr:	Wie oft?:	Kursstart:
295 Zilgrei am Freitag (Fr 09.15 - 10.15 Uhr)	Ulrike Springer	€ 165,00 (GP)	1x wöchentlich	laufend