Kulturkalender Vauban

NOVEMBER 2026

Do 05.11. **Offenes Atelier des AK Kunst im Vauban** 19 Uhr im Atelierraum von Stadtteilzentrum Haus 37 im 2. OG. Die Teilnahme ist kostenfrei, keine Vorkenntnisse nötig. Infos: www.akkunstvauban.de

Do 05.11. **Workshop „Aus Wolle wird Filz“** von 15:30 bis 17:30 Uhr im „Café für alle“, Vaubanallee 11 mit Christa Doll,: Eintritt frei, keine Vorkenntnisse. Ein Angebot der Quartiersarbeit Vauban

Do 05.11. **Stammtisch „Drittes Lebensalter“** um 19 Uhr im Restaurant Enigma, Bergiselstraße 34. Treffen für die Generation 60+, einfach vorbeikommen.

Do 05.11. **„Dialog tut gut“** um 19:30 Uhr in der Vaubanallee 11: Dialog nach der Methode von David Bohm, bitte Anmeldung per E-Mail: info@quartiersarbeit-vauban.de, Teilnahme kostenfrei

Sa 07.11. **Freiburger Akkordeon Orchester: ZUGumZUG** – Performance und Konzert um 20 Uhr im Melanchthonsaal, Melanchthonweg 9 in Freiburg-Haslach. Komponiertes und Improvisiertes, Notiertes und frisch Erfundenes. Infos: www.efac.de, Eintritt frei, um Spenden wird gebeten.

Mi 11.11. **Treffen des AK Inklusion** um 17 Uhr in der Vaubanallee 11. Offen für alle, die sich für Belange der Menschen mit Handicap in Vauban einsetzen wollen

Sa 14.11. **Reparaturcafé Vauban** um 14–17 Uhr im Familienzentrum Kita Wiesengrün, Wiesentalstraße 20: mit defekten Geräten oder zu nähenden Textilien bis 16 Uhr vorbeikommen zum gemeinsamen Tüfteln. Infos: quartiersarbeit-vauban.de

Mi 18.11. **Vernissage der Kunstausstellung** von Yvonne Haser und Ulrike Schubert von 18 bis 20 Uhr in der Vaubanallee 11. Zugleich Treffen zum Projekt „Unsere Seiten – Unsere Spiele“. Eintritt frei.

Do 19.11. **Lesung** mit Carl Ulrich (Poesie) & Hartmut Wagner (Prosa) im Rahmen des „Café für alle“ von 15:30 bis 17:30 Uhr in der Vaubanallee 11. Eintritt frei

Sa 21.11. **Body Alignment Workshop** „Schultern bekommen Flügel“ mit kreativen Vorstellungsbildern zu einer ausgeglichenen Körperhaltung und mehr Leichtigkeit in d. Bewegungen. 14 - 18 Uhr Kosten 45 €. Ort: Studio Pro Arte, Am Rohrgraben 4a, Merzhausen. Leitung: Annabell Loewe & Eva Bräutigam, Anmeldung: info@loewe-design.de, Infos: www.eva-braeutigam.de oder 0177-1473782

Mi 25.11. **Wiehre Trialog. 150 Jahre Bürgervereine Wiehre** um 20 Uhr im Haus 037, Saal A. Ein Film von Stefan Ganter zur frühen Entstehung bürgerschaftlichen Engagements für die Entwicklung eines Stadtteils – im Wandel der Stadt, mit Einblicken in die Arbeit von BürgerInnenvereinen (2025, rd. 25 min.). Anschließend Gesprächsrunde mit dem Dokumentarfilmer und dem Stadtteilverein Vauban (Veranstalter), Eintritt frei, Spende erwünscht.

Do 03.12. **“Malen mit Pigmenten”** mit Lutz Goebel um 19 Uhr im Atelierraum von Haus 37, 2. OG. Offenes Atelier des AK Kunst, keine Vorkenntnisse nötig.

regelmäßig: **Create it im JuKS Vauban** - Jeden Dienstag von 16-17.30 Uhr für 5.-8. Klasse und von 18-20 Uhr 9. Klasse bis 22 Jahre in der Werkstatt des JuKS Vauban, Haus 037. Von Herbst bis Weihnachten dreht sich alles ums Thema Textilien, egal ob stricken, häkeln, nähen oder knüpfen, hier kannst du Grundlagen lernen oder dein Projekt verwirklichen. Kostenlos, Anmeldung und mehr Infos bei rabea.wehrle@juks-vauban.de

Anzeigen

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

Schöner Raum im Vauban
ca. 50 qm mit Parkettboden, Stühle etc. vorhanden, stunden- / tageweise oder regelmäßig, z.B. für Kurse, Gruppen, Versammlungen u.ä. zu vermieten.
Tel. 0163-1382336 mit AB

KULTURKALENDER VAUBAN - NOVEMBER 2026 - Ausgabe 193

Kalendereinträge bitte bis zum 18. des Vormonats an: kuka@stadtteilverein-vauban.de
Preise pro Eintrag: 8 € gemeinnützig / 10 € privat / 15 € kostenpflichtige Kurse etc.
Herausgeber ist der Stadtteilverein Vauban e.V. – Redaktion und Layout: Daniel Haas

Mehr Beweglichkeit und Kraft – Weniger Verspannungen: Faszientraining Ü50: Montags von 9 – 10:15 Uhr im Haus DIVA. Ein abgestimmter Mix aus idealen Übungen um die Haltung zu verbessern und die Körperwahrnehmung wieder zu stärken, auch hilfreich bei Rücken- oder anderen Körperschmerzen. Laufender Kurs, Schnuppern gerne möglich. Kosten 15 €/75 min. Anmeldung: nicola.weis@gmx.net oder 0178 1812112, Info: www.nicola-weis.de.

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

Yoga mit Olaf auf und mit dem Stuhl - Yoga für ältere und bewegungseingeschränkte Menschen. Dienstags von 9:45 bis 11:15 Uhr im „Raum der Stille“, Alfred-Döblin Platz 1, Kontakt: Olaf Greifzu, olaf.yogaraum@posteo.de, Tel. 0176-96804024

Body Alignment: Lunge – mehr Luft, mehr Inspiration - kreative Körperarbeit, die entspannt und energetisierend wirkt. Wir arbeiten über erfahrbare Anatomie und mit Verwendung von visualisierten Bilden. 8 x Dienstag Vormittag oder Donnerstag Nachmittag 14-tägig im Vauban zu versch. Körperthemen siehe www.eva-braeutigam.de. Start 3. oder 12. November. Einzeltermin 40 €, ganzer Kurs 240 €. Mehr Infos Eva Bräutigam 0761/1204765 oder post@eva-braeutigam.de

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

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

Licht Raum – Ein Kreis für Eltern und wenn es dich ruft, um in der Verbindung mit dir selbst anzukommen. * Meditation, Austausch, Mudras * Mittwochs, 20:00 Uhr. * Auf Spendenbasis * Haus 37 * Anmeldung: Katharina Simon (Waldpädagogin und spirituelle Elternbegleiterin) info@katharina-simon.de * Mehr Infos: www.katharina-simon.de

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

Tai-Chi, Faszien-/Qigong, Bewusste freie Bewegung. Termine MO-FR zwischen 8:30 und 15:30 Uhr. Keine Vorkenntnisse sind notwendig. Einstieg und konstenfreies Schnuppern sind jeder Zeit möglich. Kosten: 60 € für alle Kurse 5 Wochen lang. Einzeltermin 13 €. Kontakt: Ágota Hölzel-Kiss, info@agota.de, 0152-01974 894, 0761-214 09287, www.agota.de

Instrumentalunterricht Vauban-Mitte
Als Holzbläserin und Musikpädagogin biete ich Instrumentalunterricht für Kinder, Jugendliche und Erwachsene an. Blockflöte · Querflöte · Saxophon · Whistles · Dudelsack · Gitarre (Schwerpunkt Liedbegleitung). NEU: Ukulelen-Gruppe für Kinder und Erwachsene. Info: www.gesine-baenfer.de. E-Mail: gesine-baenfer@posteo.de, Tel.: 0172/76 46 178

Anzeigen

CATERING ITALIANO

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

Schöner Raum (ca.55m²)
für Kreativ-Kurse vom Malen und Singen bis Yoga, Tanzen und Meditation.

https://www.raum-der-stille.de/
Anfragen unter: info@raum-der-stille.de oder 0176-96804024, Olaf Greifzu