



Ausgabe 08/Oktober 2009

Oktober 2009



Foto © Anna Blau

In dieser Ausgabe finden Sie:

- BV Frau Votava berichtet
- 1. >kabelwerk< Fest
- Gastronomie im >kabelwerk<
- Palais Kabelwerk „Roter Oktober“
- Joggingstrecken rund ums >kabelwerk<
- die Hausverwaltung informiert
- ... und vieles mehr.....

1. >kabelwerk< Fest

17. Oktober 2009

von 10:00 – 20:00 Uhr

Viele Attraktionen für Groß und Klein



ROTER OKTOBER

Ein Festival der
wiener wortstaetten
in Kooperation mit
Kulturelles Stadtlabor
„PALAIS KABELWERK“
1.- 29. Oktober
www.roter-oktober.at



Liebe BewohnerInnen des
>kabelwerk<!

Am 2. September dieses Jahres habe ich eine Reihe von VertreterInnen der BewohnerInnenenschaft des Kabelwerks zu einem „Runden Tisch“ in das Amtshaus eingeladen.

Thema war die Diskussion über ein praktikables Verkehrskonzept für die Anlage Kabelwerk, das vor allem das unkontrollierte Durchfahren der Anlage, sowie das illegale Abstellen von Kraftfahrzeugen für die Zukunft unterbinden soll.

Im Zuge der Diskussion wurden einvernehmlich eine Reihe von Maßnahmen festgelegt, die im wesentlichen auf der Sperre der Einfahrtsbereiche aufbauen, wodurch auch sichergestellt werden kann, dass nur jene Zufahrten, etwa zum Zwecke der Liefertätigkeit, möglich sind, die auf einer behördlichen Bewilligung der MA 46, also auf einer Genehmigung gemäß Paragraf 45 der Straßenverkehrsordnung aufbauen.

Die nun geschaffene bzw. durch die Magistratsdienststellen noch zu schaffende Situation soll im Lauf eines Jahres beobachtet und auf ihre Wirksamkeit in der Praxis evaluiert werden.

Ihre Bezirksvorsteherin
Gabriele Votava

1. >kabelwerk< Fest

Die Kaufleute vom >kabelwerk< laden ein!

Nicht zu unrecht trägt das „Kabelwerk“ den Zusatztitel „ein besonderes Stück Stadt“, denn alles was ein funktionierendes und florierendes Wohnviertel ausmacht, ist hier zu finden. Neben den unterschiedlichsten Wohnungsangeboten, einer Vor-Ort-Hausverwaltung und dem neuen Kulturstandort „Palais Kabelwerk“ befinden sich unterschiedlichste Geschäfte und Lokale an den div. Promenaden des neuen Wohnviertels.

Es profitieren jedoch nicht nur die Bewohner/innen selbst vom hervorragenden Nahversorgungsangebot sondern auch die gesamte Umgebung – liegt doch das >kabelwerk< direkt an der U6 Station Tscherttegasse im Norden und U6 Station Schöpfwerk im Süden und ist so öffentlich ideal erreichbar.

Auch die unterschiedlichsten medizinischen Einrichtungen, wie die Niederlassung Facharzt für Physikalische Medizin, eine psychologische Praxis, Praxen div. Allgemeinmediziner, eine Augenarztpraxis und ein Zahnarzt sorgen für beste ärztliche Versorgung. Und das mögliche Rezept kann gleich in der Apotheke im >kabelwerk< eingelöst werden.

Das leibliche Wohl kommt aber auch nicht zu kurz: Dafür sorgen div. Gastronomische Einrichtungen – vom gemütlichen Kaffeehaus über asiatische Spezialitäten bis zum edlen Hotelrestaurant.

Unter der Organisation von Frau Prof. Helga Krizsanits, Inhaberin des Lernzentrums „learn2learn“ im >kabelwerk< laden die Kaufleute des >kabelwerk< zu einem Fest, zu dem alle Bewohnerinnen und Bewohner aber auch jene der angrenzenden Bezirke herzlich willkommen sind.

Am Samstag, den 17. Oktober 2009 startet das Programm um 10:00 Uhr und endet um 20:00 Uhr.

Veranstaltungsorte sind: Gertrude Wondrack Platz, Kabelwerkpark, Otto Bondy Platz, Helene Potetz Weg, Oswaldgasse/Hoffingergasse und Palais Kabelwerk



Otto Bondy Platz

Foto © Anna Blau

Programm

- 10:00** Eröffnung durch die Bezirksvertretung
Eröffnung **Mrs. Sporty**
Beginn von **Kidsmania**
- 11:00** Bewegungseinheit im Generationen
Aktiv Park, **WAT**
Vorführung der **Rettungshundebrigade**
- 12:00** Vorführung der **Voltigiergruppe Vienna**
- 13:00** Bewegungseinheit im Generationen-Aktiv-
Park, **WAT**
- 14:30** Herbert Frei alias **Wolfgang Ambros**
Vorführung der **Rettungshundebrigade**
- 15:00** **Dog Dancing**
Bewegungseinheit im Generationen-Aktiv-
Park, **WAT**
- 15:00** Performance des **Tanzsportclubs HSV**
Zwölfaxing
- 16:00** Erich Harand alias **Frank Sinatra**
- 17:00** Musikalische Theaterperformance von
Wortstatt aktiv & Schnitzelklopfchor
Yoga
- 17:30** **Kung Fu Show**
- 18:00** **Yves Chikuru** Teilnehmer der Voraus-
scheidung zum Grand Prix der Volks-
musik
- 19:00** **Mein Wien** - Vier dramatische Episoden
Wiener Wortstätten im Palais Kabelwerk

Ganztägige Programmpunkte:

- Gratis Fahrradcodierung
der Bundespolizeidirektion Wien
Gratis Blutdruckmessen Apotheke
Anti Aging Training
Biofeedback ab 15 Uhr
Kochen des Vereins Ute Bock
**Quizspiel zu Gunsten
eines autistischen Kindes**
- KIDS - MANIA**
Kinderschminken
Märchenerzählungen
Kürbisschnitzen
Der kleine Maskenbildner
Anfertigen von Halloween - Puppenköpfen
Kinderbackstube
Luftburg
Buttonherstellung
Bungeetrampolin
Riesenrutsche
Klangschalenthherapie ab 16 Uhr
Yoga
Lernen lernen

Kleine Änderungen vorbehalten

Mit freundlicher Unterstützung von:



Gastronomie im >kabelwerk<

Im Kabelwerk gibt es eine große Auswahl an Gastronomie-Angeboten. Egal ob Cafe, Bäckerei, Asiatische Küche, Fastfood oder gehobene Küche – für jeden Geschmack und Anlass gibt es ein Angebot. Hier eine Kurzvorstellung der Gastronomie-Angebote im Kabelwerk

Restaurant „ORIGIN“ (Asiatische Küche)

Das Restaurant ORIGIN befindet sich im Zentrum des Kabelwerks – am Otto-Bondy-Platz. Geboten werden Speisen aus der asiatischen Küche mit dem Schwerpunkt China und Japan. Der Betreiber des ORIGIN – Herr Zhao – kommt ursprünglich aus China, hat seit über 25 Jahren Gastronomie-Erfahrung in Österreich gesammelt, zuletzt im Lokal seiner Familie am Naschmarkt. Herr Zhao legt großen Wert auf allerfrischeste Zutaten, ohne Geschmacksverstärker!

Besonders empfehlenswert sind die Fisch-Gerichte (Fisch wird 3x die Woche frisch geliefert) – z.B. als Tokio-Menü (gegrillter Lachs mit Gemüse in Teriyaki Sauce) oder als Sushi (Butterfisch, Thunfisch, Lachs, Garnelen).

Für die Fleischliebhaber besonders empfehlenswert sind Gerichte wie Rindfleisch Bulgogi (gebratenes Rindfleisch nach koreanischer Art), Knusprige Ente mit Kokos-Lemon Sauce oder auch „Pineapple Chicken“ (Hühnerfilet mit frischen Ananas und Kokosnuss-Sauce)



Vorspeisen: 2,80 bis 3,80 Euro

Mittagsmenü: ca. 5,80 - 9,80 Euro

Öffnungszeiten: Täglich 11:30 bis 14:30 und 17:30 bis 22:30

Abholung: möglich

Zustellung: geplant!

Kontakt: 01 / 231 44 42 bzw. origin.asiacooking@gmail.com

„Cafe Cup & Cinni“



Das Cafe Cup & Cinni ist bereits seit über einem Jahr im Kabelwerk, und ein typisch Österreichisches Cafe. Geboten werden eine große Auswahl an alkoholischen (Bier, Wein, Campari, Bacardi Cola) und alkoholfreien Getränken. Für den kleinen Hunger zwischendurch werden sechs Sorten Baguette (Thunfisch, Salami, ...) angeboten. Als Mehlspeise zum Kaffee wird Rehrücken, Zwetschgen-Kuchen sowie Streuselkuchen serviert. Bis Mitte Oktober gibt es noch verschiedene Eis-Sorten.

Besonders erwähnenswert ist die neue Cocktail Karte mit Klassikern wie Capirihnia, Pina Colada und Coconut Kiss, aber auch vielen anderen interessanten Kreationen.

Freitag ist Happy Hour: Drei Cocktails zum Preis von zwei.

Aktuell gibt es ein Angebot „Kuchen-Aktion“: Kuchen und Melange zusammen um 3,80 Euro.

Für die Zukunft ist ein Weinschrank geplant, wo verschiedene Weinsorten verkauft werden.

Cocktails: von 4,60 bis 5,80 Euro

Öffnungszeiten: Mo-Fr 9-24, Sa&So 12-24

Kontakt: 0676 / 568 61 11

„Reco´s Bar“ (mit Terrasse) hat täglich von 17.00 bis 01.00 Uhr geöffnet. Angeboten werden Cocktails, welche von Reco gezaubert werden (angeblich hat er 100 Rezepte im Kopf)

BÄCKEREI SCHWARZ

Die Bäckerei Schwarz befindet sich als Nahversorger seit Dezember 2008 im Kabelwerk. Bereits seit über 100 Jahren wird dieser Bäckerei & Konditorei Betrieb in mittlerweile vierter Generation als Familienbetrieb geführt, mit derzeit 16 Standorten.

Die firmeneigene Backstube befindet sich nur wenige Minuten vom Kabelwerk entfernt – somit sind die 4-5 Lieferungen pro Tag wirklich ofenfrisch.

Die angebotenen Back & Konditor-Waren werden überwiegend in traditioneller Handarbeit hergestellt. Durch die Verwendung von Weizensauerteig – also ohne künstliche Backmischungen und ohne Tiefkühl-Aufback-Rohlingen - sind die Backwaren nicht nur für Anspruchsvolle Kunden besonders bekömmlich.

In Summe werden täglich etwa 350 (!) verschiedene Backwaren hergestellt.

Das sind etwa 30 Brot-Sorten (z.B. Berglandbrot oder Hausbrot, je 1kg, € 3,10), 80 Gebäcksorten (z.B. Handsemmel um 75 Cent, oder Kornspitz um 96 Cent), sowie Feingebäck (Topfengolatsche 1,95 Euro, Brioche 0,96 Euro) und Konditor-Waren (z.B. Kardinal-schnitte).



Für die kleine Jause zwischendurch werden gefüllte Weckerl (2,60 Euro) sowie Belegte Brote (1,55 Euro) angeboten. Kinder und Junggebliebene werden die große Auswahl an Süßwaren sowie Eis sicherlich bevorzugen. Die 15 Milchprodukte sowie Honig, Marmelade und „Alles fürs Frühstück“ runden das Angebot ab.

Besonders erwähnenswert ist das Frühstücksangebot am Samstag oder Sonntag (ab € 3,80), sowie Kaffee & Kuchen (vormittags & nachmittags), welche im Nichtraucher Lokal angeboten werden.

Aktuell gibt es folgende empfehlenswerte Aktionen:
Familienangebot (1 Brot & 8 Gebäck nach Wahl um nur 6,70 Euro)
Kaiserjause (1 Kaffee & 1 Kuchen um 2,99 Euro)
Bäckersemmel ab 8 Stück pro Stück nur 0,25 Euro

Öffnungszeiten: Mo-Fr 6-19, Sa 6-13, So 7-14 Uhr
Weitere Infos: www.bswien.at

PIZZAWERK – neu ab Oktober 2009! (Pizza & Kebab)

In Kürze eröffnet ein neues Lokal mit dem Namen „Pizzawerk“ am Otto-Bondy-Platz. Geboten werden Pizza (ca. 15 Sorten frisch zubereitet), Kebab (Rind bzw. Huhn), vegetarische Gerichte (Dürüm mit Käse) und Türkische Nachspeisen wie Baklava, Tulumba (Spritzkuchen in Zuckersirup) und Sütlac (Milchreis).

Weiters ist ein tägliches Menü mit Suppe geplant. Abgerundet wird das Angebot mit Getränken (Cola, Eistee, Bier, ...). Der Betreiber – Herr Kanbur – lebt selbst im Kabelwerk im Brückenhaus. Er legt besonders Wert auf Qualität, Hygiene und Geschmack. Die Küche ist als „offene Küche“ gebaut, so dass sich jeder Gast selbst von der Zubereitung überzeugen kann.

Öffnungszeiten: täglich von 10:30 bis 22.00 Uhr
Kebab: ca. 3,00 Euro
Lieferung im Kabelwerk: Ja!
Pizza: ca. 5,50 bis ca. 7,00 Euro

GARTENHOTEL ALTMANNSDORF

Das Gartenhotel Altmannsdorf (Hotel 1 + Hotel 2) bietet drei verschiedene Gastronomie Angebote an:

- Die „Cafeteria Rosso“
- Das „Gartenrestaurant Altmannsdorf“
- Reco's Bar mit Terrasse

„TREFFEN WIR UNS IM ROSSO“

Die „**Cafeteria Rosso**“ ist ein beliebter Treffpunkt für die schnelle Pause zwischendurch. Geboten werden „Rosso“ Kaffeespezialitäten, ein täglich wechselndes 2-Gänge Mittagsmenü (Suppe und Hauptspeise) um 6,80 Euro und ein umfangreiches Torten- und Kuchenangebot.

Die wöchentliche Menükarte wird gerne zugeschickt, wenn man die Kontaktdaten im Cafe hinterlässt. Im Sommer lockt der Schanigarten und lädt auch außerhalb der Mittagszeit zum Verweilen ein.

Öffnungszeiten: Mo-Fr 06:30 bis 20:00, Sa bis 18.00,
So bis 13:00 Uhr

Mittagsmenü: 6,80 Euro

Abholung: möglich

Weitere Infos: www.gartenhotel.com sowie Tel: 01 / 80 123 - 7220



Das „**Gartenrestaurant Altmannsdorf**“ ist ein Österreich-bezogenes à la carte Restaurant - geöffnet von 11:30 bis 23:00 Uhr. Es bietet täglich ein zwei Gang Mittagsmenü um 13,50 Euro und ein Business-Lunch Buffet um 26 Euro, sowie eine kleine Karte von 15.00 – 18.00 Uhr



Abends werden à la carte Gerichte mit einer speziellen Interpretation der traditionellen und internationalen Küche angeboten.

Auszug aus der aktuellen Speisekarte:

- Wiener Schnitzel von der Kremstaler Milchschaale mit Petersilienerdäpfeln (16,20 Euro)
- Entrecote „Rib Eye USA“ vom Grill (17,20 Euro)
- Gebackenes Kabeljau Filet in Parmesan Kräuterei (16,90 Euro)

Nicht zu vergessen die Köstlichkeiten aus der hauseigenen Backstube wie

- Überbackene Topfenpalatschinken mit Vanillecreme und Himbeermark um 4,80 Euro
- Hausgemachter Apfelstrudel „Gloriette“ um 3,60 Euro

Seit 15 Jahren angeboten wird der Sonntags-Brunch (von 12.00 – 14.30 Uhr) mit Live-Musik und Kinderbetreuung um 32 Euro / Person. (Reservierung ist unbedingt notwendig - Tel.: 01 80123/50). Die Themen wechseln wöchentlich (z.B. Herbstliche Gerichte von Wild & Wildgeflügel, Ganslbrunch, Meeresfrüchtestival, Wiener Spezialitäten, u.v.m.)

Georg Hitsch

Palais Kabelwerk öffnet seine Pforten

Das an der Oswaldgasse errichtete Palais Kabelwerk nahm mit 1. Oktober seinen Betrieb auf. Das Gebäude ist mit 2 Veranstaltungssälen ausgestattet die gesamt eine Anzahl von ca. 600 Personen fassen. Damit wird an die durch die Bauarbeiten unterbrochenen Kulturbetrieb im Kabelwerk wieder angeschlossen. Den Anfang macht das Programm „Roter Oktober“.

InteressentInnen an eigener Aktivität im Palais Kabelwerk, von Ausstellungen bis Theater, haben die Möglichkeit jeden Mittwoch um 11:00 am Standort Oswaldgasse 35 A, ohne Voranmeldung, zur Kontaktaufnahme.

Roter Oktober 2009



Ein Festival der wiener wortstaetten in Kooperation mit Kulturelles Stadtlabor „Palais Kabelwerk“

Bereits zum dritten Mal veranstalten die wiener wortstaetten ihren Roten Oktober (1.– 29.10.2009). Neu ist dabei der Spielort: Das Kulturelle Stadtlabor „Palais Kabelwerk“ in Wien Meidling öffnet erstmals seine Pforten und überlässt den wiener wortstaetten die Ehre der künstlerischen Eröffnung.

Wie in den vergangenen Jahren stehen auch 2009 die Texte der wortstaetten Autorinnen und Autoren im Mittelpunkt. Unter dem Titel „Mein Wien“ werden vier neue Stücke aus der Dramenmanufaktur zur Uraufführung gebracht, die sich, wie der Titel nur unschwer erkennen lässt, mit unserer lieben Heimatstadt auseinandersetzen.

Die Vielfalt eines urbanen Kosmos, das Neben- und Miteinander unterschiedlicher Kulturen und Lebensformen stehen im Zentrum des Theaterabends „Mein Wien“. Das speziell für das Kabelwerk entwickelte TheaterPlanquadrat vertieft die Auseinandersetzung mit der laut Mercer-Studie 2009 lebenswertesten Stadt der Welt.

Zwei Konzerte mit dem außergewöhnlichen Viertelton-Trompeter Franz Hautzinger, eine literarische Suppenausschank (Buchstabensuppe) und eine Performance aus Anlass „80 Jahre Schwarzer Freitag“ ergänzen das Programm.

Das Programm:

Mein Wien: 1. Oktober (Premiere), 3., 4., 5., 9., 16., 17., 21., 27. & 28. Oktober, jeweils 19.30h

Franz Hautzingers Gomberg Swinger Club presents Poet Congress I&II:

8. & 22. Oktober, jeweils 20.30h

Buchstabensuppe n°25 : 10. Oktober 19.30h

Performance 80 Jahre Schwarzer Freitag: 29. Oktober, 19.30h



Ensemble "Mein Wien" vor dem Palais Kabelwerk

Weitere Infos unter
www.roter-oktober.at

**Kartenreservierungen
unter: 0699/1915 6767**

zweite liga für kunst und kultur (Graz)

Franziska. Ein Live-Fotoroman aus dem Kabelwerk nach Motiven aus dem Roman "Franziska Linkerhand" (Brigitte Reimann).

Franziska ist eine junge Architektin mit großen Idealen: Im Dienste ihres Volkes will sie die Verbindung zwischen Leben und Wohnen, zwischen dem Schönen und dem Praktischen, dem Ruhigen und dem Pulsierenden schaffen. Sie nimmt daher den Auftrag an, am Bau einer zweckmäßigen Wohnsiedlung vor den Toren der Stadt mitzuarbeiten. Schnell wird Franziska, das wohlbehütete Bürgerkind, mit der schnöden Realität konfrontiert: viele ihrer Pläne scheitern an gesetzlichen oder finanziellen Barrieren, ihre Liebe zu Ben, einem verheirateten Bewohner der Siedlung, bleibt vorerst unerwidert, die Bewohnerinnen begegnen ihr mit Misstrauen. Kann sie ihre Vision von einer Stadtplanung, die die Bedürfnisse aller gleichermaßen befriedigt, durchsetzen?



*die Wecker klingeln hier früh um vier
alle zugleich
am Zahntag gabs immer Radeberger Bier
für alle gleich
und schlief der Janek mit der Frau vom
Klaus
ach alles gleich
das fiel nicht weiter auf
hier sehn ja alle aus wie Klaus
(Gerhard Gundermann)*

red park (Frankfurt/Wien)

kabelwerk:galapagos. Auf der Suche nach den übersehenen Sehenswürdigkeiten des Alltags erkundet red park, Künstlergruppe aus Wien und Frankfurt am Main, seit dem 14. September das Archipel Kabelwerk. Ein Laden-lokal am Otto-Bondy-Platz dient als Basislager für eine Reihe von künstlerischen Recherchen und Aktionen. Dabei arbeiten wir mit Techniken der Kartographie und der Psychogeographie, der Zweckentfremdung und Aneignung, der Intervention und Irritation. Ziel des Projektes ist, neue Möglichkeiten der Nutzung des öffentlichen Raums zu erproben.

Kommen Sie doch mal in unserem Ladenlokal vorbei, wenn Sie mehr über uns und das Projekt wissen wollen. Oder verfolgen Sie das Logbuch unserer künstlerischen Recherche im Internet: www.redparkkabelwerk.blogspot.com

Schließlich haben wir noch eine Bitte: Haben Sie etwas in Ihrer Wohnung, das sie nicht mehr brauchen? Wir wollen, was Sie nicht mehr wollen und sammeln alles. Von A wie abgelegte Kleider bis Z wie zerschlissene Sofas. Egal ob groß oder klein, schön oder hässlich, alt oder neu. Wenn Sie irgendetwas loswerden wollen, bringen Sie es einfach in unserem Ladenlokal am Otto-Bondy-Platz vorbei oder rufen Sie uns an: 0699 1900 5424 / Lars Schmid.

TheaterPlanquadrat im Palais Kabelwerk: 15.10. (Premiere), 18. & 19.10., jeweils 19.30h

JOGGING rund ums >kabelwerk<

WIENERBERG



Quelle Foto: <http://wua-wien.at/natur-wien/images/gallery/display/p2.jpg.jpg>

Besonderheiten

Die Laufstrecke im Naturschutzgebiet Wienerberg bietet tolle Ausblicke auf den Süden Wiens und die Hügel des Wienerwaldes. Und als reizvollen Kontrast dazu sieht man die Hochhäuser rund um den neuen Business Park.

Besonders schön ist der Strecken-teil beim Wienerbergteich, da fühlt man sich fast an den Neusiedler See versetzt.

Verkehrsverbindungen

Zufahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln:
Mit den Linien 65A, 261 oder 265 bis zur Otto-Probst-Straße, von dort über die Grohnergasse zum Checkpoint.

Parkplätze für PKW-Fahrer:

Parkplätze für PKW-Fahrer: am Ende der Grohnergasse, direkt beim Running-Checkpoint.

Strecken am Wienerberg

Strecke 1 / Grüne Markierung

Länge: 5,4 km

Schöne Laufrunde durch das Erholungs-gebiet, entlang des Wienerbergteichs und um den Golfplatz. Schwierigkeitsgrad: mittel

Strecke 2 / Rote Markierung

Länge: 3,7 km

Feld- und Asphaltweg rund um das Erholungsgebiet Wienerberg, leichte Steigung. Schwierigkeitsgrad: mittel

Strecke 3 / Blaue Markierung

Länge: 3,2 km

Geht durchs Erholungsgebiet Wienerberg, anspruchsvoll, kräftige Steigung. Schwierigkeitsgrad: mittel



Quelle Foto: <http://wua-wien.at/natur-wien/images/gallery/display/p2.jpg.jpg>

Quelle Text und Karte: <http://www.runningcheckpoint.at/>

SCHÖNBRUNN

Quelle Text: <http://www.groops.at/morgenlaufgruppe-schoenbrunn>

Morgenlaufgruppe Schönbrunn Wien

»für sportliche MörgekläuferInnen«

Kategorie: Sportpartner, Gesundheitstreffs

Mitgliedschaft: Offene Gruppe

Diese Gruppe trifft sich regelmäßig um 6:00 in der Früh beim Haupttor Schönbrunn (Schönbrunner Schloßstrasse) zum Morgenlauf 45 – 60 Minuten. Niveau etwas fortgeschritten. Wer mitmachen will, bitte melden.

NEU: am Sonntag um 7:00 ist auch immer ein fixer Termin!

Weitere Routeninformation:

<http://www.runmap.net/route/32663>



Quelle Foto:

<http://www.georeisecommunity.de/bild/regular/159793/Schloß-Schoenbrunn.jpg>

LIESINGBACHTAL

Jogging am Radweg Liesingbach



Quelle Foto: <http://www.canost.at/Wien10/Liesing5.jpg>

Nach Oberlaa geht es zum südlichsten Punkt der Fahrt, Kledering. Dort bietet sich auch die S-Bahn-Station an, die eine weitere Schnellverbindung am Wege dieses Radweges darstellt. Nach Kledering weist der Radweg einen leichten Linksknick auf, sodass man sich in nordöstlicher Richtung befindet. So erreicht man schliesslich die Stadt Schwechat, bei der es unter anderem auch eine Brauerei zu besuchen gibt. Insgesamt zeichnet sich der Radweg Liesingbachroute durch eine wunderschöne Landschaft und zahlreichen Möglichkeiten für Pausen und Verpflegung aus.

Weitere Routeninformationen:

Route Liesing 8km Strecke: <http://www.runmap.net/route/105521>

Kleine Liesingrunde: <http://www.runmap.net/route/115396>

Der Radweg Liesingbachroute führt den interessierten Radfahrer entlang des 23. Wiener Gemeindebezirkes bis nach Niederösterreich. Die Strecke folgt dem Verlauf des Liesingbaches - der dem Radweg den Namen gab - und findet sein Ende in Schwechat. Die Strecke ist 16 Kilometer lang und man muss mit einer Fahrzeit von einer Stunde rechnen. Der Radweg beginnt in der Breitenfurter Straße und orientiert sich südöstlich bis man in Schwechat ankommt.

Gleich nach dem Start gelangt man zur Wohnhausanlage Alt Erlaa, die auch durch die Station der U-Bahn-Linie U6 einen leichten Zugang des Radweges von anderen Bezirken Wiens aus zulässt. Nachdem man Alt Erlaa passiert hat, wird Inzersdorf erreicht. Vorbei an Inzersdorf gelangt man auf ziemlich gerade führendem Weg direkt nach Oberlaa zum Kurzentrum und Kurpark. Die Radtour könnte hier sicherlich eine angenehme Pause erfahren, erst recht, wenn man mit Kindern unterwegs ist. Die vielseitigen Möglichkeiten des Kurparks Oberlaa sind ja hinlänglich bekannt.

Mag. Andreas Andiel

Neueröffnung von Mrs.Sporty

Der erste Mrs.Sporty Club in 1120 Wien, Altmannsdorf-Kabelwerk eröffnet Mitte Oktober 2009 seine Pforten.

Mrs.Sporty ist der „persönliche Sportclub“ für Frauen jeden Alters, ein Franchiseunternehmen, dessen Konzept unter der Mitwirkung von Steffi Graf entstanden ist. Die Trainingsmethode von Mrs.Sporty basiert auf einem 30 Min. Zirkeltraining. Es ist eine Kombination aus Ausdauer- und Muskelbauübungen mit der optimalen Ergänzung von Aufwärm-, Abkühl- und Dehnphasen. Das Mrs.Sporty Training berücksichtigt die für Frauen wichtige Entscheidungsgrundlagen: wenig verfügbare

Zeit, gute Erreichbarkeit des Clubs, familiäre und freundliche Atmosphäre, Trainingsbetreuung rund um die Uhr. Spaß am Training und das schnelle Erreichen persönlicher Ziele stehen im Vordergrund. Anlässlich unserer Eröffnung bieten wir tolle Vorverkaufs- und Eröffnungsangebote. Telefonisch erreichen Sie uns unter „Textfeld Telefonnummer“. Textfeld Clubmanagerin und ihr Team freuen sich sehr auf Ihren Besuch!

„Ich sehe mich als Teil der Idee“

Stefania Graf's Herzangelegenheit: Sport zum natürlichen Teil im Leben von Frauen zu machen.



1. Aufwärmen
2. Kräftigungsübungen
3. Konditionsübungen
4. Abkühlen
5. Dehnübungen



In nur 30 Min an Ihr Ziel: In angenehmer Atmosphäre mit Frauen aus Ihrer Umgebung.

Mrs.Sporty Club Altmannsdorf-Kabelwerk
Helene-Potetz-Weg 3/1/Lokal 2
1120 Wien

Mobil-Tel.: 0664/529-24-60
www.mrssporty.at

Mrs.Sporty
Der persönliche Sportclub

Gefahr durch herab fallende Gegenstände

Durch die sturmartigen Winde der letzten Tage wurden einige Dosen von den Fensterbrettern geweht. Gefährlich für Passanten sind vor allem wenn diese Gegenstände herunterfallen:

Flaschen, Gläser, Aschenbecher, Getränkedosen und Konservendosen, Blumentöpfe, etc.

Bitte stellen Sie nichts außen auf die Fensterbretter,

und achten Sie darauf, dass bei Terrassen und Loggien die nach außen hin nicht abgemauert sind, sich keiner dieser Gegenstände befindet, und diese durch die Gitter hinunter fallen könnten.

Da es wie BewohnerInnen melden, immer wieder vorkommt, dass Jugendliche absichtlich Gegenstände von den Terrassen hinunterwerfen, bitten wir alle Eltern mit Ihren Kinder über die Gefahren und Folgen (Verletzungsgefahren, strafrechtliches Vergehen) zu sprechen.

Standort Postkasten im >kabelwerk<



Otto Bondy Platz 5 zwischen den Bauplätzen D1 und D2
beim Stiegenabgang in Richtung Bauplatz C (Nagelwerk)

Postämter rund ums >kabelwerk<

Am Schöpfwerk 29, geöffnet MO – FR 8:00-12:00 und 14:00-18:00

Edelsinnstraße 4, bei U Bahnstation Philadelphiabrücke Ausgang

Meidlinger Hauptstraße, geöffnet: MO-FR von 8:00 bis 18:00

Hermes Paket Shop Blumen Birgit Sagedergasse 5a

Gemeinschaftsräume

Die Gemeinschaftsräume sollen den Bewohnerinnen und Bewohner einen Ort bieten an dem Sie sich treffen, feiern, tanzen, spielen oder einfach nur ein gemütliches Beisammensein pflegen können. Wir appellieren im Sinne der Fairness und der sozialen Verantwortung an alle BewohnerInnen die Einrichtungen pfleglich zu behandeln und die Räume sauber zu halten.

Bitte verlassen Sie die Räume ausschließlich gereinigt und nehmen Sie Lebensmittel wieder mit.

Es ist keine zeitliche Begrenzung der Nutzung vorgesehen. Wie in den Wohnungen gilt aber auch hier die Einhaltung der Nachtruhe ab 22:00 Uhr, das heißt alle Nutzer der Gemeinschaftsräume werden höflich ersucht den Geräuschpegel auf Zimmerlautstärke einzuschränken und Nachbarn und Mitbewohner nicht zu stören.

Beiträge für >kabelwerk< news

Wir danken unseren Gastautoren, Georg Hitsch und Mag. Andreas Andiel, für die interessanten Beiträge in dieser Ausgabe. Gerne laden wir Sie, die Bewohner und Bewohnerinnen ein, aktiv an den >kabelwerk< News mitzuwirken. Bitte senden Sie Ihre Beiträge samt Bildmaterial (bitte mit Quellenangabe) an verwaltung@kabelwerk.at

Klavierunterricht für Kinder

Ein Instrument zu erlernen fördert die Konzentration und Körperbeherrschung und macht obendrein Spaß. Ich biete Klavierunterricht für Kinder ab acht Jahren direkt im Kabelwerk, bei Interesse freue ich mich auf Ihren Anruf oder eine E-Mail.

Thomas Löffler

Tel.: 0660/3138913

Mail: thomas.loefler@gmx.at

Zu dick?



derZauner.at

Sportzentrum Hetzendorf
Hervicusgasse 13-15, 1120 Wien
www.sport-mit-freunden.at

Sport mit Freunden 
UNION 
WEST-WIEN