



Power UP! Nachmittagsprogramm

Termine Oktober/November 2024

Sportangebot

Wann: Montags, 15.00–16.30 Uhr | **Wo:** friends, Franz-Hochedlinger-Gasse 32, 1020 Wien

Wann?	Was?	Wer?
21.10.	„Power UP!“ kennenlernen! Probiere mit uns unterschiedliche Sportarten aus!	Mittelschule & AHS Unterstufe
28.10.	Parcours (outdoor, bei Schlechtwetter Sportspiele drinnen)	Volksschule
04.11.	Spikeball & Tischtennis Stelle deine Reaktionsfähigkeit unter Beweis!	Mittelschule & AHS Unterstufe
11.11.	Staffelspiele Gemeinsam meistern wir als Team verschiedene Aufgaben!	Volksschule
18.11.	Konditionstraining und Auspowern Intervalltraining und Fitnessboxen	Mittelschule & AHS Unterstufe
25.11.	Ball- & Fangspiele Trainiere deine Geschwindigkeit und dein Geschick!	Volksschule

Kreativangebot

Wann: Dienstags, 15.00–16.30 Uhr | **Wo:** Power UP!-Base, Pöchlarnstraße 22, 1200 Wien

Wann?	Was?	Wer?
22.10.	„Power UP!“ kennenlernen! Probiere mit uns unterschiedliche Kreativtechniken aus!	Mittelschule & AHS Unterstufe
29.10.	Halloween-Spezial Wir machen Fledermäuse, Geister, Kürbisse und Spinnen!	Volksschule
05.11.	Stop Motion Mach deinen eigenen kleinen Animationsfilm!	Mittelschule & AHS Unterstufe
12.11.	Stifthalter & Geschenke aus Holzkluppen Gemeinsam basteln und Spaß haben!	Volksschule
19.11.	Scherenschnitt-Portrait & Stencil Mach mit uns Schattenfiguren und Schablonen-Graffiti!	Mittelschule & AHS Unterstufe
26.11.	Traumfänger und Anti-Stress-Bälle Gemeinsam sorgen wir für weniger Stress und gute Träume!	Volksschule



Power UP!-Treff

Wann: Freitags, 15.30–17.00 Uhr | **Wo:** Power UP!-Base, Pöchlarnstraße 22, 1200 Wien

Wann?	Was?	Wer?
25.10.	Dance & chill Probiere unterschiedliche urban dance styles aus oder komm einfach für einen gemütlichen Nachmittag bei uns vorbei!	Mittelschule & AHS Unterstufe
01.11	Feiertag – kein Power UP!-Treff	
08.11.	Escape room Gemeinsam lösen wir knifflige Rätsel!	Mittelschule & AHS Unterstufe
15.11.	Schatzsuche Gemeinsam lösen wir Rätsel und suchen einen Schatz!	Volksschule
22.11.	Burger & Fun Mach mit uns (vegetarische) Burger, mach mit bei unseren Unterhaltungs-, Geschicklichkeits- und Kooperationsspielen oder komm einfach zum gemeinsamen Chillen vorbei!	Mittelschule & AHS Unterstufe
29.11.	Burger & Spiele Gemeinsam machen wir (vegetarische) Burger und spielen Spiele!	Volksschule

Kontakt

powerup@samariterwien.at

+43 664 889 488 26

Weitere Informationen auch auf unserer Website: www.samariterwien.at/power-up