

01
2024

AMTLICHE
MITTEILUNG

Zugestellt durch post.at

Die Lit/schau

Sonderausgabe



Foto: stock.adobe.com

Veranstaltungskalender 2024

ab Seite 04

Bewegungsprogramm

ab Seite 16



RELAX
HALLENBAD LITSCHAU

FUN, FITNESS &
WELLNESS



RELAX HALLENBAD LITSCHAU

Whirlpool | Schwimmbad | Kinderplanschbecken | Solarium & Buffet
Finnische Sauna & Biosauna | Infrarotwärmekabine & Dampfbad

WINTERÖFFNUNGSZEITEN

an Samstagen, Sonntagen und Feiertagen bereits ab 15.00 Uhr geöffnet!

Montag:	geschlossen	
Dienstag:	16.00 bis 21.00 Uhr	Damensauna
Mittwoch:	16.00 bis 21.00 Uhr	Herrensauna
Donnerstag:	16.00 bis 20.00 Uhr	Familiensauna
Freitag:	16.00 bis 21.00 Uhr	Familiensauna
Samstag:	15.00 bis 21.00 Uhr	Familiensauna
Sonntag:	15.00 bis 20.00 Uhr	Familiensauna

MIT
DER NÖ-CARD
EINMALIG
FREIER
EINTRITT!

Schulstraße 7-9 | Tel.: 02865/5313 | www.relaxlitschau.at

Fotos: benjaminwald.at; Hintergrund: stockadobe.com



Überprüfung von Feuerlöschgeräten

Die Überprüfung von Feuerlöschgeräten ist gesetzlich alle zwei Jahre vorgeschrieben. Im Feuerwehrhaus der Freiwilligen Feuerwehr Litschau besteht nun die Möglichkeit, Handfeuerlöcher aller Marken von einem staatlich zertifizierten Techniker überprüfen zu lassen.

Termin: Samstag, 13. April 2024

Ort: Feuerwehrhaus Litschau

Feuerlöscherpüfer: Brandschutztechnik Scherzer

Die Kosten betragen € 12,00 pro Gerät und beinhalten: Prüfgebühr, Prüfplakette, Dichtungen, Kleinmaterial, Wegegebühr und Umsatzsteuer. Füllungen und Reparaturen werden gesondert verrechnet.

Abgabe der Feuerlöcher:

Freitag, 12. April 2024
von 15:00 - 17:00 Uhr

Samstag, 13. April 2024
von 08:00 - 11:00 Uhr

Die Feuerlöcher sind mit dem Namen des Eigentümers zu versehen!

Abholung der Feuerlöcher:

Samstag, 13. April 2024 von 10:00 - 12:00 Uhr




2024

KURSE ERSTE HILFE

16H-KURS
10. + 11. 02.
17. + 18. 02.
jeweils 16-20 Uhr

Anmeldung unter 0660/6861234

Veranstaltungsort: Bezirksstelle Litschau
Schulstraße 8
3874 Litschau



ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Aus Liebe zum Menschen.

So, 04. Februar	10:00 Uhr: Jubiläums-Schoppen im Stadtcafé RIGA, Live-Musik mit Raphael Roan! Veranstalter: Stadtcafé RIGA
Sa, 10. Februar	ab 10:00 Uhr: Fasching in Litschau – Lustiges Treiben in den Geschäften und am Stadtplatz von Litschau, Veranstalter: Litschauer G'schäftsleute
Mi, 14. Februar - Sa, 17. Februar	Kulinarische „Valentinstage“ im Dorfwirt Litschau im Theater- und Feriendorf Königsleitn; Info.: 02865/5393 190 oder www.dorfwirt-litschau.at ; Veranstalter: Dorfwirt Litschau
Fr, 16. Februar	19:30 Uhr: „Lieder ohne Ende“ – Kabarettabend mit Jimmy Schlager im Kulturbahnhof Litschau, Kartenverkauf: Tourismusbüro Litschau, Tel.: 02865/219-24; Koordination: Ernst Köpl, Tel.: 0699/10660055 oder ernst.koepl@chello.at
So, 18. Februar	11:30 bis 14:30 Uhr: „Valentinsbrunch“ im „Dorfwirt Litschau“ im Theater- und Feriendorf Königsleitn; Info.: 02865/5393 190 oder www.dorfwirt-litschau.at ; Veranstalter: Dorfwirt Litschau
Do, 22. Februar - Sa, 24. Februar	„Fischmenü“ im Dorfwirt Litschau im Theater- und Feriendorf Königsleitn; Info.: 02865/5393 190 oder www.dorfwirt-litschau.at ; Veranstalter: Dorfwirt Litschau
Do, 07. März	18:30 Uhr: „Wein-Moment“ im Dorfwirt Litschau im Theater- und Feriendorf Königsleitn; Info.: 02865/5393 190 oder www.dorfwirt-litschau.at ; Veranstalter: Dorfwirt Litschau
Sa, 09. März	19:30 Uhr: „Bauchgefühl“ – Kabarett mit „Flo & Wisch“ im Kulturbahnhof Litschau, Kartenverkauf: Tourismusbüro Litschau, Tel.: 02865/219-24; Koordination: Ernst Köpl, Tel.: 0699/10660055 oder ernst.koepl@chello.at
Fr, 15. März	18:00 Uhr: „Genuss- & Wein-Moment“ im Dorfwirt Litschau im Theater- und Feriendorf Königsleitn; Info.: 02865/5393 190 oder www.dorfwirt-litschau.at ; Veranstalter: Dorfwirt Litschau
Sa, 16. März	19:30 Uhr: Frühjahrskonzert der Stadtkapelle Litschau im „MOMENT“; Eintritt: Freie Spenden! Veranstalter: Stadtkapelle Litschau
So, 24. März	10:00 Uhr: Hendl- und Zankertschnapsen der FF Schönau im Dorfzentrum in Schönau; Veranstalter: FF Schönau
So, 31. März & Mo, 01. April	11:30 bis 14:30 Uhr: „Osterbrunch“ im „Dorfwirt Litschau“ im Theater- und Feriendorf Königsleitn; Info.: 02865/5393 190 oder www.dorfwirt-litschau.at ; Veranstalter: Dorfwirt Litschau
So, 31. März	19:00 Uhr: „Tanz in den Frühling“ – Rotkreuz-Ball in Litschau im Veranstaltungszentrum „Moment“, Musik: „Krawallos Light“, Veranstalter: Rotes Kreuz, Bezirksstelle Litschau
Mo, 01. April	Saison-Eröffnungsparty in der Verweilzeit! Veranstalter: „Verweilzeit“ - Das Café am Herensee
Do, 04. April	18:30 Uhr: „Wein-Moment“ im Dorfwirt Litschau im Theater- und Feriendorf Königsleitn; Info.: 02865/5393 190 oder www.dorfwirt-litschau.at ; Veranstalter: Dorfwirt Litschau

Fr, 05. April	19:30 Uhr: „From Broadway to Las Vegas“ mit „Andy Lee Lang & Werner Auer“ im Theater- und Feriendorf Königsleitn, Kartenverkauf: Tourismusbüro Litschau, 02865/219-24; Koordination: Ernst Köpl, 0699/10660055 oder ernst.koepl@chello.at
Fr, 12. April	18:00 Uhr: „Genuss- & Wein-Moment“ im Dorfwirt Litschau im Theater- und Feriendorf Königsleitn; Info.: 02865/5393 190 oder www.dorfwirt-litschau.at ; Veranstalter: Dorfwirt Litschau
Mi, 17. April	19:00 Uhr: Konzert mit dem „Don Kosaken-Chor“ in der Stadtpfarrkirche Litschau, Karten im Vorverkauf um € 20,00 im Tourismusbüro Litschau, Tel.: 02865/219-24 oder an der Abendkasse um € 25,00
Sa, 20. April	20:00 Uhr: „MaCover“ – Konzert im Kulturbahnhof! Eine neue Band aus dem Waldviertel - zwei Generationen interpretieren bekannte Songs neu! Veranstalter: MaCover
Sa, 27. April	19:30 Uhr: „Die Krawattl-Tenöre“ servieren Ihnen im Kulturbahnhof humorvolle Dialektlieder; Karten erhalten Sie im Vorverkauf im Tourismusbüro Litschau, Tel.: 02865/219-24 sowie an der Abendkasse; Koordination: Ernst Köpl, Tel.: 0699/10660055 oder ernst.koepl@chello.at
Mo, 29. April	08:00 Uhr: Jahrmarkt „Georgimarkt“ auf dem Stadtplatz in Litschau
Di, 30. April	17:00 Uhr: Maibaumaufstellen am Stadtplatz, Veranstalter: Stadtgemeinde Litschau
Mi, 01. Mai	10:00 Uhr: Maibaumaufstellen mit Frühschoppen der Freiwilligen Feuerwehr Loimanns beim FF-Haus; Veranstalter: Freiwillige Feuerwehr Loimanns
Do, 02. Mai	18:30 Uhr: „Wein-Moment“ im Dorfwirt Litschau im Theater- und Feriendorf Königsleitn; Info.: 02865/5393 190 oder www.dorfwirt-litschau.at ; Veranstalter: Dorfwirt Litschau
Fr, 03. Mai	10:00 bis 12:00 Uhr und 13:00 bis 17:00 Uhr: Blutspenden in der Neuen Mittelschule Litschau (Turnsaal); Veranstalter: Rotes Kreuz, Bezirksstelle Litschau
Sa, 04. Mai	09:00 Uhr: „Wanderung zum Graselstein im Dachsegraben und ins Josefthal“ – Start in die Wandersaison mit Wanderführer Christian Vajk; Veranstalter: Gruppe GuL
So, 05. Mai	09:30 Uhr: Florianimesse der Freiwilligen Feuerwehren im Anschluss „Schnitzelsonntag“ der FF Litschau im Kulturbahnhof; Veranstalter: FF Litschau
So, 12. Mai	11:30 bis 14:30 Uhr: „Brunch zum Muttertag“ im Dorfwirt Litschau im Theater- und Feriendorf Königsleitn; Info.: 02865/5393 190 oder www.dorfwirt-litschau.at ; Veranstalter: Dorfwirt Litschau
Fr, 24. Mai	10:00 Uhr: Kräuterwanderung mit Pflanzenflüsterer Martin Flicker & Suppe im Wald; Dauer ca. 2 Stunden, Treffpunkt: Theater- und Feriendorf Königsleitn, weitere Informationen unter 02865/5393 und www.koenigsleitn.at ; Veranstalter: Theater- und Feriendorf Königsleitn 11:00 Uhr: „5 Jahre Henry-Laden Litschau“ am Stadtplatz! – Feiern Sie mit! Für Speis und Trank wird gesorgt! Veranstalter: Rotes Kreuz, Bezirksstelle Litschau

So, 26. Mai	13.00 Uhr: Stadtführung - Vergangenes, Spannendes und Amüsantes. * Weitere Termine: 23. Juni, 21. Juli, 25. August und 15. September 2024. Anmeldung und Informationen zu der Veranstaltung erhalten Sie im Tourismusbüro der Stadtgemeinde Litschau, Tel.: 02865/219-24. Auch eine spontane Teilnahme ist möglich!
Sa, 01. Juni	20:00 Uhr: „Caribbean Feeling-Party“ Unterhaltung mit DJ, Caribbean Bar, Getränke-Aktionen und Cocktails! Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter statt! Veranstalter: FF Schandachen
Do, 06. Juni	18:30 Uhr: „Wein-Moment“ im Dorfwirt Litschau im Theater- und Feriendorf Königsleitn; Info.: 02865/5393 190 oder www.dorfwirt-litschau.at ; Veranstalter: Dorfwirt Litschau
Sa, 08. Juni	10:00 Uhr: Frühjahrssturnier des TC Litschau (Mixed Doppel); VA: Tennisclub Litschau 19:00 Uhr: Frühjahrskonzert des Musik- und Gesangsvereines Litschau mit dem Gastchor aus Hagenbrunn im Schlosshof (Altes Schloss), Eintritt: Freie Spenden! Bei Regen findet die Veranstaltung im Kulturbahnhof statt. Veranstalter: MGV Litschau
So, 09. Juni	11:30 bis 14:30 Uhr: „Brunch zum Vatertag“ im Dorfwirt Litschau im Theater- und Feriendorf Königsleitn, Info: 02865/ 5393 190 oder www.dorfwirt-litschau.at ; Veranstalter: Dorfwirt Litschau
Mi, 12. Juni	17:00 Uhr: „Party & Saxophon“ mit Alfons Veith & Günter Kainz in der Verweilzeit! Veranstalter: „Verweilzeit“- Das Café am Herrenalpsee
So, 16. Juni	09:30 Uhr: „Dorfwirtfrühschoppen“ – Frühschoppen mit gemütlichem Nachmittag beim Gasthaus Böhm in Schönau/Litschau (Feststadl); Dampfzug „Dorfwirt-Express“ – Anreise bzw. Fahrt mit der Waldviertelbahn möglich, Abfahrt in Gmünd ist um 10:00 Uhr! Für den Mittagstisch ist bestens gesorgt!
Mi, 19. Juni	17:00 Uhr: Straßenfest auf dem Stadtplatz, Veranstalter: Litschauer G'schäftsleute
Sa, 22. Juni	09:00 Uhr: „Wanderung zum Fiedel- und Teufelstein in der Wilden Jagd“ mit Wanderführer Christian Vajk; Veranstalter: Gruppe GuL 19:00 Uhr: Sonnwendfeuer der Freiwilligen Feuerwehr Loimanns beim FF-Haus; Veranstalter: Freiwillige Feuerwehr Loimanns 20:00 Uhr: „Mojo Blues Band Live“ im Herrenalptheater; Kartenverkauf: Tourismusbüro Litschau, Tel.: 02865/219-24; Koordination: Ernst Köpl, Tel.: 0699/10660055 oder ernst.koepl@chello.at
So, 23. Juni	13.00 Uhr: Stadtführung - Vergangenes, Spannendes und Amüsantes. * Weitere Termine: 21. Juli, 25. August und 15. September 2024. Anmeldung und Informationen zu der Veranstaltung erhalten Sie im Tourismusbüro der Stadtgemeinde Litschau, Tel.: 02865/219-24. Auch eine spontane Teilnahme ist möglich!
Do, 27. Juni	17:00 Uhr: „Terrassenfest“ für eine karitative Einrichtung in der Verweilzeit, Livemusik mit Alfons! Veranstalter: „Verweilzeit“- Das Café am Herrenalpsee
So, 30. Juni	10:00 Uhr: „Frühschoppen im Beserlpark“ – Heilige Messe mit Moderator Gerhard Kerschbaum, anschließend Frühschoppen mit Bieranstich, Grillhendl, Pommes und Bratwürstl; musikalische Begleitung durch die Stadtkapelle Litschau! VA: Stadtcafé RIGA

Mi, 03. Juli	17:00 Uhr: Straßenfest auf dem Stadtplatz, Veranstalter: Litschauer G'schäftsleute
Fr, 05. Juli - So, 07. Juli	„Schrammel.Klang.Festival“ (Musik.Natur.Theater) – rund um den Herrenalpsee Litschau; Schrammelpfad mit Naturbühnen, Theater, Lesungen, Matineen, Abendkonzerte, Dampflokfahrt, Weinpavillon, Schrammelheuriger u.v.a.m.; Info-Tel.: 01/4802102 sowie www.schrammelklang.at
Sa, 06. Juli	06:00 Uhr: 12. Litschauer Flohmarktstraße in der Einbahnstraße vor dem Henry-Laden am Oberen Stadtplatz; Veranstalter Rotes Kreuz, Bezirksstelle Litschau
Mi, 10. Juli	17:00 Uhr: „Terrassenfest“ für eine karitative Einrichtung in der Verweilzeit, Livemusik mit Alfons! Veranstalter: „Verweilzeit“- Das Café am Herrenalpsee
Fr, 12. Juli - So, 14. Juli	„Schrammel.Klang.Festival“ (Musik.Natur.Theater) – rund um den Herrenalpsee Litschau; Schrammelpfad mit Naturbühnen, Theater, Lesungen, Matineen, Abendkonzerte, Weinpavillon, Schrammelheuriger u.v.a.m.; Info-Tel.: 01/4802102 sowie www.schrammelklang.at
Samstag, 13. Juli	ab 12:00 Uhr: „Dorfteich-Clubbing“ mit Ruderbewerben in Reitzenschlag; Veranstalter: Freiwillige Feuerwehr Reitzenschlag
Mi, 17. Juli	17:00 Uhr: Straßenfest auf dem Stadtplatz, Veranstalter: Litschauer G'schäftsleute
So, 21. Juli	09:30 Uhr: Dorfwirtfrühschoppen mit gemütlichem Nachmittag beim Gasthaus Böhm in Schönau/Litschau (Feststadl); Dampfzug „Kistensau-Express“ – Anreise bzw. Fahrt mit der Waldviertelbahn möglich (Abfahrt in Gmünd um 10:00 Uhr)! Mittagstisch mit „Kistensau“ und anderen Waldviertler Spezialitäten! 13.00 Uhr: Stadtführung - Vergangenes, Spannendes und Amüsantes. * Weitere Termine: 25. August und 15. September 2024. Anmeldung und Informationen zu der Veranstaltung erhalten Sie im Tourismusbüro der Stadtgemeinde Litschau, Tel.: 02865/219-24. Auch eine spontane Teilnahme ist möglich!
Mo, 22. Juli	ab 10:00 Uhr: Intensiv-Kreativ Malseminar für Fortgeschrittene in den Techniken Aquarell, Öl und Acryl; Kursleitung: Rosemarie Türk, Kurstage: 22.07. bis 26.07. und 29.07. bis 02.08., jeweils von 10.00 – 15.00 Uhr; Anmeldung und Info-Tel.: 0680/12 66 711
Mo, 22. Juli - Fr, 26. Juli	10:00 Uhr: Kinder- und Jugendtenniscamp des TC Litschau (Abschlusssturnier am 26. Juli); Veranstalter: Tennisclub Litschau
Mi, 24. Juli	17:00 Uhr: „Terrassenfest“ für eine karitative Einrichtung in der Verweilzeit, Livemusik mit Alfons! Veranstalter: „Verweilzeit“- Das Café am Herrenalpsee
Sa, 27. Juli	09:00 Uhr: Einzelturnier des TC Litschau; Veranstalter: Tennisclub Litschau
Mo, 29. Juli	08.00 Uhr: Jahrmarkt „Jakobimarkt“ auf dem Stadtplatz in Litschau
Mi, 31. Juli	17:00 Uhr: Straßenfest auf dem Stadtplatz, Veranstalter: Litschauer G'schäftsleute
Fr, 02. August	20:00 Uhr: Konzert mit der Familie Riebl in der Stadtpfarrkirche Litschau, Kulturbeitrag: € 20,00; Information und Koordination: Ernst Köpl, Tel.: 0699/10660055 oder ernst.koepl@chello.at

Sa, 03. August	Kinder- und Nachtfischen am Herrenalb – Kinderfischen mit anschließender Siegerehrung von 10:00 – 14:00 Uhr; Nachtfischen von 18:00 – 06:00 Uhr (€ 35,00 – Kartenverkauf direkt am Teich, Fische dürfen mitgenommen werden). Veranstalter: Fischereiklub Litschau
Sa, 03. August & So, 04. August	3. Österreichische Meisterschaft 2024 Elektro Buggy 1:10 – Am Samstag ab 10:00 Uhr freies Training, ab ca. 17:00 Uhr Start der Qualifikationsrennen. Am Sonntag ab 08:30 Uhr Fortsetzung der Qualifikationsrennen und ab 13:00 Uhr Finale! An beiden Tagen Mittagstisch! Veranstalter: 1. GMAC
Mi, 07. August	17:00 Uhr: „Terrassenfest“ für eine karitative Einrichtung in der Verweilzeit, Livemusik mit Alfons! Veranstalter: „Verweilzeit“- Das Café am Herrenalb 19:30 Uhr: „Wir spün für eich“ im Gasthof Kaufmann, Kulturbeitrag: € 20,00; Information und Koordination: Ernst Köpl, Tel.: 0699/10660055 oder ernst.koepl@chello.at
Fr, 09. August - So, 18. August	Theaterfestival „HIN & WEG“ – Tage für zeitgenössische Theaterunterhaltung im Herrenalbseetheater sowie an bekannten und neuen Spielorten, Info: Tel.: 01/48 02 102 oder www.hinundweg.jetzt ; Veranstalter: Theater BRAUHAUS / Herrenalbseetheater Litschau
Fr, 09. August	10:00 bis 12:00 Uhr und 13:00 bis 17:00 Uhr: Blutspenden in der Neuen Mittelschule Litschau (Turnsaal); Veranstalter: Rotes Kreuz, Bezirksstelle Litschau
Mi, 14. August	17:00 Uhr: Straßenfest auf dem Stadtplatz, Veranstalter: Litschauer G'schäftsleute
Do, 15. August	14:00 Uhr: Kapellenkirtag in Loimanns mit HL. Messe und im Anschluss gemütliches Beisammensein beim FF-Haus; Veranstalter: Freiwillige Feuerwehr Loimanns 15:00 Uhr: „Singen bei der Sängerrhütte“ mit dem Musik- und Gesangsverein Litschau, Veranstalter: Musik- und Gesangsverein Litschau 10:00 Uhr: Bierturnier des TC Litschau (Mixed Doppel); Veranstalter: Tennisclub Litschau
Mi, 21. August	17:00 Uhr: „Terrassenfest“ für eine karitative Einrichtung in der Verweilzeit, Livemusik mit Alfons! Veranstalter: „Verweilzeit“- Das Café am Herrenalb
So, 25. August	13.00 Uhr: Stadtführung - Vergangenes, Spannendes und Amüsantes. * Weiterer Termin: 15. September 2024. Anmeldung und Informationen zu der Veranstaltung erhalten Sie im Tourismusbüro der Stadtgemeinde Litschau, Tel.: 02865/219-24. Auch eine spontane Teilnahme ist möglich!
Mi, 28. August	17:00 Uhr: Straßenfest auf dem Stadtplatz, Veranstalter: Litschauer G'schäftsleute
Fr, 30. August	20:00 Uhr: „FLACHGELEGT“ mit „Barbara Baldini“ im Herrenalbseetheater, Kartenverkauf: Tourismusbüro Litschau, Tel.: 02865/219-24; Information und Koordination: Ernst Köpl, Tel.: 0699/10660055 oder ernst.koepl@chello.at
Mi, 04. Sept.	17:00 Uhr: „Terrassenfest“ für eine karitative Einrichtung in der Verweilzeit, Livemusik mit Alfons! Veranstalter: „Verweilzeit“- Das Café am Herrenalb
Do, 05. Sept.	18:30 Uhr: „Wein-Moment“ im Dorfwirt Litschau im Theater- und Feriendorf Königsleitn; Info.: 02865/5393 190 oder www.dorfwirt-litschau.at ; Veranstalter: Dorfwirt Litschau

So, 08. Sept.	ab 10:00 Uhr: Kapellenkirtag mit Frühschoppen in Reitzenschlag; Veranstalter: Freiwillige Feuerwehr Reitzenschlag 14:00 Uhr: HL. Messe zum Kapellenkirtag in Reitzenschlag
So, 15. Sept.	10:00 – 17:00 Uhr: „Litschauer Erpfl-Grätzl-Fest“ am unteren Stadtplatz unter dem Motto „Wild trifft Erdäpfel“ 13.00 Uhr: Stadtführung - Vergangenes, Spannendes und Amüsantes. * Anmeldung und Informationen zu der Veranstaltung erhalten Sie im Tourismusbüro der Stadtgemeinde Litschau, Tel.: 02865/219-24. Auch eine spontane Teilnahme ist möglich!
Sa, 21. Sept.	17:00 Uhr: Sturmheuriger der Freiwilligen Feuerwehr Loimanns beim FF-Haus; Veranstalter: Freiwillige Feuerwehr Loimanns
So, 22. Sept.	11:30 bis 14:30 Uhr: „Herbstbrunch“ im Dorfwirt Litschau im Theater- und Feriendorf Königsleitn, Info: 02865/5393 190 oder www.dorfwirt-litschau.at ; Veranstalter: Dorfwirt Litschau
Mi, 25. Sept.	18:00 Uhr: „Lebendige Musik“ in der Verweilzeit; Veranstalter: „Verweilzeit“- Das Café am Herrenalb
Fr, 27. Sept.	20:00 Uhr: „STORIES“ mit den „SCHICK SISTERS“ im Theater- und Feriendorf Königsleitn, Kartenverkauf: Tourismusbüro Litschau, Tel.: 02865/219-24; Information und Koordination: Ernst Köpl, Tel.: 0699/10660055 oder ernst.koepl@chello.at
Mi, 02. Oktober	18:00 Uhr: „Lebendige Musik“ in der Verweilzeit; Veranstalter: „Verweilzeit“- Das Café am Herrenalb
Do, 03. Oktober	18:30 Uhr: „Wein-Moment“ im Dorfwirt Litschau im Theater- und Feriendorf Königsleitn; Info.: 02865/5393 190 oder www.dorfwirt-litschau.at ; Veranstalter: Dorfwirt Litschau
Fr, 04. Oktober	19:00 Uhr: „Eröffnung der Litschauer Oktoberfestl'n“ im Feuerwehrhaus der FF Litschau, Bieranstich mit musikalischer Umrahmung durch die Stadtkapelle Litschau; Veranstalter: Freiwillige Feuerwehr Litschau
Sa, 05. Oktober	19:00 Uhr: „Oktoberfest-Party“ im Waldstadion Litschau im Rahmen der „Litschauer Oktoberfestl'n“; Veranstalter: USC Sparkasse Litschau
So, 06. Oktober	10:30 Uhr: „Weißwurst-Frühschoppen“ mit Live-Musik von JK & KJ im Stadtcafé RIGA im Rahmen der „Litschauer Oktoberfestl'n“; Veranstalter: Stadtcafé RIGA „Karpfenfrühschoppen“ im Dorfczentrum Schönau, Möglichkeit zur Hälterbesichtigung der Schlossfischerei Litschau

*** Stadtführung - Vergangenes, Spannendes und Amüsantes.**

Nutzen Sie die Gelegenheit einer Stadtführung und erfahren Sie mehr über die Schrammelstadt Litschau. Unsere charmante Stadtführerin spaziert mit Ihnen gerne zur alten Stadtmauer und dem Fischertor, sie erzählt Ihnen kurzweilige Geschichten über das Schloss, die Kirche und das Städtchen überhaupt und begleitet Sie gerne in das Pfarrmuseum. **Treffpunkt ist um 13.00 Uhr** bei der Stadtpfarrkirche St. Michael. Preis: € 4,00 pro Person, Gruppenpreis € 3,00 pro Person.

Mi, 09. Oktober	18:00 Uhr: „Lebendige Musik“ in der Verweilzeit im Rahmen der „Litschauer Oktoberfestl'n“; Veranstalter: „Verweilzeit“- Das Café am Herrensee
Fr, 11. Oktober	16:00 Uhr: „Sturmheuriger“ in der Verweilzeit im Rahmen der „Litschauer Oktoberfestl'n“; Veranstalter: „Verweilzeit“- Das Café am Herrensee „Oktoberfest-Stadl-Party“ im Holzweber-Stadl im Rahmen der „Litschauer Oktoberfestl'n“
Sa, 12. Oktober	19:00 Uhr: „Oktoberfest-Party“ im Restaurant Sonnenhof im Rahmen der „Litschauer Oktoberfestl'n“; Veranstalter: Hotel & Restaurant Sonnenhof
Mo, 14. Oktober	08.00 Uhr: Jahrmarkt „Kolomanimarkt“ auf dem Stadtplatz in Litschau
Mi, 16. Oktober	18:00 Uhr: „Lebendige Musik“ in der Verweilzeit im Rahmen der „Litschauer Oktoberfestl'n“; Veranstalter: „Verweilzeit“- Das Café am Herrensee
Fr, 18. Oktober	„Oktoberfest im Gasthof Kaufmann“ im Rahmen der „Litschauer Oktoberfestl'n“; Veranstalter: Gasthof Kaufmann „Wiesn auf der Alm“ im Rahmen der „Litschauer Oktoberfestl'n“; Veranstalter: „Die Alm“ - Feriendorf Loimanns
Sa, 19. Oktober	19:00 Uhr: „Wiesenhits & Austropop“ – Live-Musik mit Raphael Roan im Stadtcafé RIGA im Rahmen der „Litschauer Oktoberfestl'n“; Veranstalter: Stadtcafé RIGA 20:00 Uhr: Robert Palfrader „Allein“ im MOMENT, Info: Tel.: (0)2865 53 93, auf www.das-moment.at/robert-palfrader-allein-19-10-24 oder www.koenigsleitn.at ; Veranstalter: Theater- und Feriendorf Königsleitn
Do, 24. Oktober - So, 10. November	„Gansl“ im Dorfwirt Litschau im Theater- und Feriendorf Königsleitn während der Öffnungszeiten; Info.: 02865/5393 190 oder www.dorfwirt-litschau.at ; Veranstalter: Dorfwirt Litschau
Fr, 25. Oktober	17:00 Uhr: „Oktoberfest-Party“ in der Verweilzeit mit Spendenübergabe an die Vereine im Rahmen der „Litschauer Oktoberfestl'n“; Veranstalter: „Verweilzeit“- Das Café am Herrensee 19:30 Uhr: „SOHN DES SÜDENS“ – Konzert mit „MARWAN ABADO“ im Kulturbahnhof; Kartenverkauf: Tourismusbüro Litschau, Tel.: 02865/219-24; Koordination: Ernst Köpl, Tel.: 0699/10660055 oder ernst.koepl@chello.at
Do, 31. Oktober	17:00 Uhr: „Halloween-Party“ in der Verweilzeit; Veranstalter: „Verweilzeit“- Das Café am Herrensee
November	KOCH.KÖPFE – kulinarische Festwochen im Dorfwirt Litschau im Theater- und Feriendorf Königsleitn , Info: 02865/5393 190 oder www.dorfwirt-litschau.at ; Veranstalter: Dorfwirt Litschau
Do, 07. November	18:30 Uhr: „Wein-Moment“ im Dorfwirt Litschau im Theater- und Feriendorf Königsleitn; Info.: 02865/5393 190 oder www.dorfwirt-litschau.at ; Veranstalter: Dorfwirt Litschau

Sa, 16. November	16:00 Uhr: Schmankerlschnapsen der Pfadfinder Litschau im Pfadfinderheim, Inselweg 6; Veranstalter: Pfadfinder Litschau 19:00 Uhr: „Königsleit'ner Maskenball“ im MOMENT, Info: Tel.: 02865/5393 oder www.koenigsleitn.at ; Veranstalter: Theater- und Feriendorf Königsleitn
So, 17. November	16:00 Uhr: „Wenn's Joahr umageht“ im Kulturbahnhof Litschau; Kartenverkauf: Tourismusbüro Litschau, Tel.: 02865/219-24; Koordination: Ernst Köpl, Tel.: 0699/10660055 oder ernst.koepl@chello.at
Sa, 30. November	ab 14.00 Uhr: „Litschauer Advent – von Haus zu Haus!“ Veranstalter: Verein Nordpuls 15:00 Uhr: „Punschstand und anschließende Krippeneröffnung (17:00 Uhr)“ der Pfadfindergruppe Litschau; 16:00 Uhr: „Punschstand“ beim FF-Haus in Loimanns; Veranstalter: FF Loimanns 17:00 Uhr: „Punschhütte“ beim FF-Haus in Reichenbach; Veranstalter: FF Reichenbach 18.00 Uhr: HL. Messe mit Adventkranzweihe in der Stadtpfarrkirche St. Michael
So, 01. Dezember	11:30 bis 14:30 Uhr: „Adventbrunch“ im Dorfwirt Litschau im Theater- und Feriendorf Königsleitn, Info.: 02865/5393 190 oder www.dorfwirt-litschau.at ; Veranstalter: Dorfwirt Litschau
Do, 05. Dezember	18:30 Uhr: „Wein-Moment“ im Dorfwirt Litschau im Theater- und Feriendorf Königsleitn; Info.: 02865/5393 190 oder www.dorfwirt-litschau.at ; Veranstalter: Dorfwirt Litschau
Fr, 06. Dezember	19:00 Uhr: „Krampus-Kränzchen“ im Stadtcafé RIGA, Live-Musik mit Raphael Roan, Nikolo und Krampus schauen auch vorbei! Veranstalter: Stadtcafé RIGA
Sa, 07. Dezember	15:00 Uhr: „Schönauer Garagenpunsch“ beim Feuerwehrhaus in Schönau; Veranstalter: Freiwillige Feuerwehr Schönau 16:00 Uhr: „Der Nikolo kommt auf den Stadtplatz!“ , Nikolaus und Krampus kommen mit Pferd und Schlitten! Punschstand! Veranstalter: Pfadfinder Litschau
So, 08. Dezember	11:30 bis 14:30 Uhr: „Adventbrunch“ im Dorfwirt Litschau im Theater- und Feriendorf Königsleitn, Info: 02865/ 5393 190 oder www.dorfwirt-litschau.at ; Veranstalter: Dorfwirt Litschau 15:00 Uhr: Adventkonzert des Musik- und Gesangsvereins Litschau in der Stadtpfarrkirche im Rahmen des Litschauer Advents, Eintritt: Freie Spenden! Veranstalter: MGVLitschau
Mo, 09. Dezember	08.00 Uhr: Jahrmarkt auf dem Stadtplatz in Litschau
So, 15. Dezember	11:30 bis 14:30 Uhr: „Adventbrunch“ im „Dorfwirt Litschau“ im Theater- und Feriendorf Königsleitn, Info: 02865/ 5393 190 oder www.dorfwirt-litschau.at ; Veranstalter: Dorfwirt Litschau 15:00 Uhr: Seniorenweihnachtsfeier der Stadtgemeinde Litschau

So, 22. Dezember	11:30 bis 14:30 Uhr: „Adventbrunch“ im Dorfwirt Litschau im Theater- und Feriendorf Königsleitn, Info: 02865/ 5393 190 oder www.dorfwirt-litschau.at ; Veranstalter: Dorfwirt Litschau
Mi, 25. Dez. & Do, 26. Dezember	11:30 bis 14:30 Uhr: „Weihnachtsbrunch“ im Dorfwirt Litschau im Theater- und Feriendorf Königsleitn, Info: 02865/5393 190 oder www.dorfwirt-litschau.at ; Veranstalter: Dorfwirt Litschau
Fr, 27. Dezember	10:00 bis 12:00 Uhr und 13:00 bis 17:00 Uhr: Blutspenden in der Neuen Mittelschule Litschau (Turnsaal); Veranstalter: Rotes Kreuz, Bezirksstelle Litschau
Di, 31. Dezember	17:00 Uhr: „Silvester im Kulturbahnhof“ – Mit Musik, Pummerin und Donauwalzer ins Neue Jahr! Veranstalter: Stadtcafé RIGA ab 17:30 Uhr: „Silvester Dinner“ im Dorfwirt Litschau im Theater- und Feriendorf Königsleitn; Info.: 02865/5393 190 oder www.dorfwirt-litschau.at ; Veranstalter: Dorfwirt Litschau

Veranstaltungen von KLAR! Waldviertel Nord

Die Klimawandel-Anpassungsmodellregion (KLAR!) Waldviertel Nord bietet auch 2024 Vorträge & Workshops für unterschiedliche Zielgruppen an. Die aktuellen Veranstaltungen rund um unser Klima und unsere Umwelt finden Sie unter: klar-waldviertelnord.at

Veranstaltungen von Nachbarschaftshilfe Plus

Termine Erzählcafé:	Erinnerungen teilen oder einfach nur zuhören. Di, 20. Februar – Haugschlag, ab 15:00 Uhr im Gasthaus Mader Fr, 22. März – Schandachen, ab 09:30 Uhr im Gasthaus Oppolzer
Termine Smartcafé:	Wir suchen Antworten auf Fragen bezüglich Smartphones. Mi, 28. Februar – Eisgarn, ab 09:00 Uhr im Gasthof zur alten Post Do, 14. März – Litschau, ab 09:00 Uhr im Stadtcafé RiGa
Termine Senioren-Bewegungsgruppe:	Freude an der Bewegung, Mobilität und Sturzprävention. Fr, 16. Februar, Fr, 01. März und Fr, 15. März im Volkshulturnsaal in Reingers

Führung durch die Schlossfischerei Litschau mit Verkostung

Betriebsbesichtigung / Sehen - Erleben - Erfahren

Ein einzigartiger Blick hinter die Kulissen! Entdecken Sie den Ort im mystischen Waldviertel, wo noch echte Wild- und Fisch-Produkte entstehen. 100% Regionalität mit Selbstverständlichkeit für höchste Lebensmittelstandards. Besichtigung der Hälterungen der Schlossfischerei Litschau, des Himmelteichs und der Produktion, mit anschließender Verkostung, inkl. 1 Glas Wein. Eine persönliche Führung durch Amelie Seilern-Aspang ist von Montag bis Freitag, bereits ab 5 Personen, zum Preis von € 26,00 pro Person möglich.

Für Kinder im Alter von 8 –16 Jahren gilt ein reduzierter Preis von € 20,00; Kinder unter 8 Jahren sind frei. Dauer: ca. 2 bis 2,5 Stunden. Reservierungen und Infos unter 0664/503 77 86 oder office@schlosslitschau.at

Museen und Stadtführungen

Heimatmuseum Litschau:

Stadtplatz 63, 3874 Litschau, Obmann Reinhard Thür, Öffnungszeiten: Juni bis September: Sa. von 10:00 bis 12:00 Uhr; Gruppen jederzeit gegen tel. Voranmeldung im Tourismusbüro Litschau (Tel.: 02865/219-24); Eintritt: Freie Spenden!

Pfarrmuseum Litschau:

in der Stadtpfarrkirche „St. Michael“ (Stadtplatz); Öffnungszeiten: Mai bis September jeweils am Sonntag und Feiertag: nach der „Hl. Messe“ (ca. 10:30 Uhr) und jederzeit gegen tel. Voranmeldung im Tourismusbüro Litschau (Tel.: 02865/219 DW 24) oder im Pfarramt Litschau (Tel.: 02865/345); Eintritt: Freie Spenden!

Besuchen Sie Österreichs einziges Strickereimuseum – „Johann Hörmann Strickereimuseum Litschau“

Stadtplatz 33, 3874 Litschau, Raiffeisenbank „Oberes Waldviertel“ (1. Stock) Öffnungszeiten: Mai bis September jeweils am Samstag von 10:00 bis 12:00 Uhr; Gruppen jederzeit gegen tel. Voranmeldung im Tourismusbüro Litschau (Tel.: 02865/219-24); Eintritt: Freie Spenden!

Stadtführungen im Luftkurort Litschau (zusätzlich zu den angeführten Terminen im VA-Kalender):

Bei einer Stadtführung erfahren Sie mehr über die Schrammelstadt Litschau. Unsere charmante Stadtführerin spaziert mit Ihnen gerne zur alten Stadtmauer und dem Fischertor, sie erzählt Ihnen kurzweilige Geschichten über das Schloss, die Kirche und das Städtchen überhaupt und begleitet Sie gerne in das Pfarrmuseum. Unkostenbeitrag: € 4,00 pro Person, Gruppenpreis: € 3,00 pro Person; gegen Voranmeldung im Tourismusbüro Litschau, Tel. 02865/5385;

Workshop-Angebote für Jung und Alt

Di, 09. Juli - Do, 11. Juli	Musik.Workshops in der Neuen Mittelschule Litschau, Information dazu erhalten Sie unter 01/4802102 oder www.schrammelklang.at ; Veranstalter: Verein Schrammel.Klang.Festival
Mi, 10. Juli - Fr, 12. Juli	Tanz.Workshop in den Zeiträumen des Theater- und Feriendorf Königsleitn, Information dazu erhalten Sie unter 01/4802102 oder www.schrammelklang.at ; Veranstalter: Verein Schrammel.Klang.Festival
Di, 09. Juli - Do, 11. Juli	Kinder.Workshops: Body Music & Groove for Kids (6-9 und 10-12 Jahre) im Theater- und Feriendorf Königsleitn und im Wald rund um den Herrensee, Information dazu erhalten Sie unter 01/4802102 oder www.schrammelklang.at ; Veranstalter: Verein Schrammel.Klang.Festival
So, 21. Juli - Fr, 26. Juli	Feriencamp: English Theater Holiday Camp im Theater- und Feriendorf Königsleitn in Litschau, Information dazu erhalten Sie unter 02865/5393 oder www.koenigsleitn.at ; Veranstalter: Theater- und Feriendorf Königsleitn
So, 28. Juli - Fr, 02. August	Feriencamp: English Theater Holiday Camp im Theater- und Feriendorf Königsleitn in Litschau, Information dazu erhalten Sie unter 02865/5393 oder www.koenigsleitn.at ; Veranstalter: Theater- und Feriendorf Königsleitn
Mo, 12. August - Fr, 16. August	Workshops im Rahmen des Theaterfestivals HIN & WEG 2024 im Theater- und Feriendorf Königsleitn in Litschau, Information dazu erhalten Sie unter 01/48 02 102 oder www.hinundweg.jetzt ; Veranstalter: Theater BRAUHAUS / Herrenseetheater Litschau

Terminänderungen, Satz- und Druckfehler vorbehalten! Ohne Gewähr!



© Waldviertelbahn

Waldviertelbahn – Fahrplan 2024

Mittwochsfahrten mit der Waldviertelbahn von 05. Juni – 25. September 2024:

Litschau ab: 11:30 Uhr** 16:00 Uhr*
Gmünd an: 12:20 Uhr 16:50 Uhr

Gmünd ab: 10:00 Uhr** 14:30 Uhr*
Litschau an: 10:55 Uhr 15:25 Uhr

* mit dem goldenen Triebwagen, ** mit Nostalgiegarnitur / Diesellok

Sonntagsfahrten von 01. Mai – 27. Oktober 2024 sowie an Feiertagen:

Jeden 1. und 3. Sonntag im Monat mit Dampflok, jeden 2., 4. und 5. Sonntag im Monat Nostalgiegarnitur mit Diesellok!

Gmünd ab: 10:00 Uhr Litschau an: 10:55 Uhr
Litschau ab: 13:00 Uhr Gmünd an: 13:50 Uhr

Gmünd ab: 14:30 Uhr Litschau an: 15:25 Uhr
Litschau ab: 16:00 Uhr Gmünd an: 16:50 Uhr

Fahrten mit dem goldenen Triebwagen 5090

jeden Mo, Di, Do von 01. Juli – 30. August 2024:

Gmünd ab: 10:00 Uhr Litschau an: 10:55 Uhr
Litschau ab: 12:45 Uhr Gmünd an: 13:35 Uhr

jeden Fr von 05. Juli – 30. August 2024:

Gmünd ab: 09:00 Uhr Litschau an: 09:45 Uhr
Litschau ab: 10:00 Uhr Gmünd an: 10:50 Uhr

Gmünd ab: 15:30 Uhr Litschau an: 16:15 Uhr
Litschau ab: 17:00 Uhr Gmünd an: 17:50 Uhr

jeden Sa von 04. Mai – 19. Oktober 2024:

Gmünd ab: 10:00 Uhr Litschau an: 10:55 Uhr
Litschau ab: 13:00 Uhr Gmünd an: 13:50 Uhr

Gmünd ab: 14:30 Uhr Litschau an: 15:25 Uhr
Litschau ab: 16:00 Uhr Gmünd an: 16:50 Uhr

www.waldviertelbahn.at

Termine „Veranstaltungsfahrten 2024“ – Nordost nach Litschau:

- 05.05.: „Waldviertler Schnitzel-Express“ – Fahrt mit dem Dampfzug zum Schnitzelsonntag der FF Litschau!
- 26.05.: „Hammerschmiedezug“ – Fahrt mit der historischen Diesellok zur Hammerschmiede nach Gopprechts bei Litschau! Mit Führung und kleiner Jause (Anmeldung im Infocenter erforderlich!)
- 02.06.: „Überfall! Westernzug“ – Spektakulärer Westernüberfall in Brand, Dampflok!
- 16.06.: „Dorfwirt-Express“ (Dampfzug) zum traditionellen Dorfwirt-Frühstücken nach Schönau/Litschau!
- 23.06.: „Mohnnudelzug“ – in Litschau erwarten Sie köstliche Mohnnudeln (Anmeldung für das Essen im Infocenter erforderlich!)
- 07.07.: „Schrammel-Klang-Express“ – Musik.Natur.Theater rund um den Herrenalpsee, Dampfzug zum Schrammel.Klang.Festival!
- 14.07.: „Dieselzug mit Oldtimern“, Fahrzeugparaden in Neu Nagelberg, Alt Nagelberg, Brand und Litschau!
- 21.07.: „Kistensau-Express“ mit dem Dampfzug zum Dorfwirtfrühstücken nach Schönau/Litschau!
- 04.08.: „Dampfzug mit Oldtimern auf Schiene und Straße“ – Fahrzeugparaden und Doppelausfahrt!
- 11.08.: „Schloss Litschau EXKLUSIV“ – Fahrt mit der historischen Diesellok nach Litschau! Mit Besichtigung der Hälterungen der Schlossfischerei Litschau, des Himmelteichs und der Produktion sowie mit anschließender Verkostung (Anmeldung im Infocenter erforderlich!)
- 14.08.: „Candle Light Train“ – Fahrt zum Litschauer Straßenfest, romantische Rückfahrt um 22:00 Uhr bei Kerzenlicht!
- 25.08.: „Knödelexpress“ – Mit der Diesellok geht es nach Litschau, wo Sie dann herrliche Knödelvariationen verkosten dürfen (Anmeldung für das Essen im Infocenter erforderlich!)
- 08.09.: „Schloss Litschau EXKLUSIV“ – Fahrt mit der historischen Diesellok nach Litschau! Mit Besichtigung der Hälterungen der Schlossfischerei Litschau, des Himmelteichs und der Produktion sowie mit anschließender Verkostung (Anmeldung im Infocenter erforderlich!)
- 15.09.: „Litschauer Erdäpfel-Express“ – Dampfzug zum „Litschauer Erpfel-Grätzl-Fest!“
- 06.10.: „Karpfen-Express“ – Fahrt mit der Dampflok nach Schönau bei Litschau! Schauen Sie bei dieser Reise den Fischern bei der Arbeit zu!
- 20.10.: „Waldviertler Gulaschzug“ – Es erwartet Sie ein uriges Kesselgulasch in „Eisenbahneratmosphäre“ über offenem Feuer am Bahnhof Litschau (Anmeldung für das Essen im Infocenter erforderlich!)
- 27.10.: „Martinigansl-Express“ – in Litschau erwarten Sie knusprige Gansln (Telefonische Reservierung für das Essen im Infocenter bis 25. Oktober 2024 unbedingt erforderlich!)
- 30.11.: „Sonderzug zum Litschauer Advent – von Haus zu Haus“



© Waldviertelbahn

Infocenter Waldviertelbahn: Information & Reservierung 02742/360 990 1000 od. info@niederoesterreichbahnen.at
Detailinfos und Fahrplan erhältlich unter der Tel.-Nr.: 02865/219-24 – Stadtgemeinde Litschau!

Terminänderungen, Satz- und Druckfehler vorbehalten! Ohne Gewähr!

Bewegungsprogramm der Gesunden Gemeinde Litschau – Winter / Frühling 2024

Wirbelsäulengymnastik – Gesunder Rücken, besser bewegen für Damen und Herren jeden Alters!

Ab: 11.01.2024

Leitung: **PT Barbara Stangl**
 Kursort: **Mittelschule Litschau, Turnsaal**
jeden Donnerstag, 17:15 Uhr und 18:30 Uhr
 Kursbeitrag: € 60,00 für 10 Einheiten oder € 7,00 je Einheit
Anmeldung unbedingt erforderlich!
 (max. Teilnehmerzahl 25 Personen)

Mitzubringen: Matte, im Laufe des Kurses Faszienrolle, Pilatesball und Theraband

Physiotherapeutische Anleitungen zum gesundheitsbewussten Verhalten und gezielte Bewegungsübungen sollen helfen, Rückenproblemen vorzubeugen, bereits vorhandene Beschwerden zu überwinden und chronische Schmerzen zu vermeiden.

Ziel ist es, zum einen „rückengerechtes“ Verhalten zu vermitteln und zum anderen durch unterschiedliche Übungen, Bauch- und Rückenmuskulatur zu stärken sowie Konzepte zur Entspannung zu liefern. Die Übungen werden im Stand und auf der Matte durchgeführt.

Kontraindikationen bei Kursteilnahme: akute Bandscheibenvorfälle bzw. akuter Lumbago, Tumore oder Metastasen in der Wirbelsäule oder frische Wirbelkörperfrakturen.

Smovey Workout für Damen und Herren

Ab: 12.02.2024

Leitung: **Sabina Bernhard**
 Kursort: **Volksschule Litschau, Turnsaal**
jeden Montag, 17:15 bis 18:15 Uhr
 Kursbeitrag: € 5,00 je Einheit

Smovey ist ein außergewöhnliches Gesundheits-, Fitness- und Therapiegerät. Macht Spaß bei der Bewegung, aktiviert, stärkt, kräftigt, mobilisiert und strafft den ganzen Körper.

Anmeldung erbeten!



Foto: stock.adobe.com

Durch Bewegung mehr Bewegung! – Funktionelles Kraft- und Mobilisationstraining für Damen und Herren

Ab: 10.01.2024

Leitung: **PT i.A. Kerstin Hauer**
 Kursort: **Volksschule Litschau, Turnsaal**
jeden Mittwoch, 18:30 Uhr bis 19:30 Uhr
 Kursbeitrag: € 7,00 je Einheit
Bitte um Anmeldung!

Ein starker Rumpf beugt vielen Problemen des Bewegungsapparates wie Schmerzen, Verspannungen, Fehlhaltungen und Bewegungseinschränkungen vor. Zu diesem zählen sowohl die Bauch- und Rückenmuskulatur als auch Teile der Gesäß- und Oberschenkelmuskulatur. Daher liegt der Fokus dieses Kurses auf der Stärkung dieser Muskelgruppen, aber auch auf Stabilisations- und Dehnungsübungen.

Dieser Kurs ist geeignet für alle Altersgruppen und jedes Fitnesslevel.

Mitzubringen sind: Gymnastikmatte, Sportbekleidung, Trinkflasche.

Kontraindikationen bei Kursteilnahme: akute Bandscheibenvorfälle bzw. akuter Lumbago, Tumore oder Metastasen in der Wirbelsäule oder frische Wirbelkörperfraktur.

Bleib im Gleichgewicht bis ins hohe Alter! Abwechslungsreiches Training für Damen und Herren

Ab: 20.02.2024

Leitung: **PT Jana Zimml, BSc**
 Kursort: **Volksschule Litschau, Turnsaal**
jeden Dienstag, 18:00 Uhr bis 19:00 Uhr
 Kursbeitrag: € 30,00 für 5 Einheiten oder € 7,00 je Einheit
Anmeldung unbedingt erforderlich!

Das Sturzrisiko wächst im zunehmenden Alter und bringt häufig gesundheitliche Folgen mit sich. Das Gute daran ist, dass dagegen etwas unternommen werden kann. Ziel ist es, durch passendes Training Stürze und sturzbedingte Verletzungen zu vermeiden.

Gleichgewicht, Koordination, Beweglichkeit und Kraft spielen hier eine wichtige Rolle. Der Physiotherapeutin ist es wichtig, Strategien zur Prävention von Stürzen zu vermitteln und gleichzeitig auch die Lebensqualität und das Wohlbefinden zu steigern.

Kontraindikationen bei Kursteilnahme: akuter Schwindel, neurologische Probleme, Schlaganfall, akute Bandscheibenvorfälle bzw. akuter Lumbago, Tumore oder Metastasen in der Wirbelsäule oder frische Wirbelsäulenfraktur.

Progressive Muskelentspannung trifft Autogenes Training

Ab: 10.01.2024

Leitung: **Martina Pfabigan**
 Kursort: **Mittelschule Litschau, Bibliothek**
jeden Mittwoch, 19:00 bis 20:00 Uhr
 Kursbeitrag: € 7,00 je Einheit

Bei der Progressiven Muskelentspannung werden einzelne Muskelgruppen von Kopf bis Fuß angespannt und wieder lockergelassen. Dabei kommt es nach und nach zur inneren Ruhe. Autogenes Training ist ein auf Autosuggestion-Selbsteinfluss basierendes Entspannungsverfahren. Die Kombination dieser beiden Methoden verbessert Schlafstörungen, reguliert den Blutdruck, löst Spannungskopfschmerzen und viele weitere Symptome unserer schnelllebigen Zeit.

Dieser Kurs ist für Menschen jeden Alters geeignet. Die Übungen werden in bequemer Alltagskleidung durchgeführt.

Frauenturnen

Ab: 13.02.2024

Leitung: **Christa Göd**
 Kursort: **Volksschule Litschau, Turnsaal**
jeden Dienstag, 19:15 Uhr
 Kursbeitrag: € 25,00 / Semester

Ganzkörpertraining für ihre Fitness!

PILATES

Ab: 12.02.2024

Leitung: **Anna Kössner BA, Pilates Instrukturin**
 Kursort: **Volksschule Litschau, Turnsaal**
jeden Montag, 18:30 bis 19:30 Uhr
 Kursbeitrag: Einzelstunde je € 7,00

Pilates ist ein sanftes Ganzkörpertraining bestehend aus Körperbeherrschung, Tiefenatmung, Stärkung der Körpermitte und Verbesserung der Balance.

Die Übungen stärken vor allem die Tiefenmuskulatur und verhelfen zu einem guten Körpergefühl.

ZUMBA für Damen und Herren

Ab: 12.02.2024

Leitung: **Marketa Ficalova**
 Kursort: **Mittelschule Litschau, Gymnastiksaal**
jeden Montag, 18:15 Uhr
 Kursbeitrag: € 70,00 / 10 Einheiten
 Einzelstunde € 8,00

Zumba ist ein Tanz- und Fitnessprogramm mit latein-amerikanischer und internationaler Musik und Choreografie. Ein Zumba-Kurs bietet optimale Balance zwischen Ausdauertraining und körperformendem Muskelaufbau, durch rhythmische Bewegungsabläufe bei einem Aerobic- und Fitness-Workout.

Bei Zumba machen Sie nicht nur viel für Ihren Körper, sondern auch für die Seele und Gleichgewicht. Sie schalten vom täglichen Stress ab und lassen damit auch Ihr Gehirn regenerieren.

Einstieg jederzeit möglich!

Mitzubringen sind saubere Hallenschuhe, bequeme Kleidung und Getränk.

Gymnastik- und Volleyball für Frauen und Männer

Ab: 15.02.2024

Leitung: **Alfred Wald**
Kursort: **Volksschule Litschau, Turnsaal**
jeden Donnerstag, 19:30 bis 21:00 Uhr
Kursbeitrag: € 25,00 / Semester

Es erwartet Sie lockere Gymnastik mit anschließendem Volleyball-Spiel.

Einstieg ist jederzeit möglich.



Foto: stock.adobe.com

AKTIFIT

Ab: 13.02.2024

Leitung: **Patricia Vajk**
Kursort: **Mittelschule Litschau, Gymnastiksaal**
jeden Dienstag, 18:00 bis 19:00 Uhr
Kursbeitrag: 5er Block: € 30,00;
10er Block: € 60,00 (+1 Gratisstunde)

Bei AKTIFIT handelt es sich um ein funktionelles Kraft- und Kraftausdauertraining, bei dem auch die allgemeine Ausdauer, Koordination und Beweglichkeit gesteigert werden.

Es ist die perfekte Möglichkeit, um eine solide Grundlagenfitness für den Alltag zu schaffen, haltungs- oder beanspruchungsbedingten Schmerzen gegenzusteuern und sich so in seinem Körper wohler zu fühlen.

Einstieg ist jederzeit möglich.

Yoga

Ab: 15.02.2024

Leitung: **Isabella Aschraf**
Kursort: **Volksschule Litschau, Turnsaal**
jeden Donnerstag 18:00 bis 19:30 Uhr
Kursbeitrag: € 15,00 je Einheit

Bitte mitbringen: Yogamatte, Socken, Decke und eventuell Sitzkissen

Yogarichtung: hatha yoga / ashtanga yoga / vinyasa yoga

Keine Vorkenntnisse notwendig!

Tanzen ab der Lebensmitte

Ab: 13.02.2024

Leitung: **Andrea Juhitzer**
Kursort: **Mittelschule Litschau, Gymnastiksaal**
jeden Dienstag, 14:00 bis 16:00 Uhr
Kursbeitrag: € 5,00 je Einheit

Mitzubringen: Extra Schuhe zum Tanzen und etwas zum Trinken!

Takt für Takt Vitalität und Lebensfreude! Tanzen fördert die Konzentration, Reaktion, Beweglichkeit, Koordination und Balance, wirkt positiv auf Herz, Kreislauf, Stoffwechsel und das vegetative Nervensystem, trainiert das Gedächtnis, vermittelt Erfolgserlebnisse und erweitert den Blick auf die Welt. Tanzen erfrischt die Seele und macht Spaß!

Mutter-Kind-Turnen

Ab: 14.02.2024

Leitung: **Anna Kössner, BA**
Kursort: **Volksschule Litschau, Turnsaal**
jeden Mittwoch, 16:00 bis 17:00 Uhr
Kursbeitrag: € 10,00 je Einheit (Erwachsene+Kind),
€ 6,00 je Einheit bei Kindern unter 2 Jahren

Turnen, Tanzen, Toben - gemeinsam Bewegen macht Spaß!

Ein bunt gemischtes Spiel- und Bewegungsprogramm bietet Kindern die Möglichkeit, gemeinsam mit Mama, Papa oder auch Oma und Opa neue Erfahrungen zu sammeln und spielerisch ein besseres Körpergefühl zu entwickeln.

IDOGO Qi-Gong

Einstieg jederzeit möglich!

Leitung: **Elisabeth Walter-Kollar**
Kursort: **Pfadfinderheim Litschau**
jeden Mittwoch, 17:00 bis 18:30 Uhr und
jeden Donnerstag, 17:00 bis 18:30 Uhr
Kursbeitrag: € 8,00 je Einheit

Mitzubringen: Socken, bequeme Kleidung, Häferl für Tee

IDOGO ist ein leicht zu erlernendes Übungssystem für alle Altersstufen! Mit nur wenigen Minuten Übungszeit pro Tag wird das körperliche und psychische Wohlbefinden effektiv und anhaltend gesteigert.

Die leicht auszuführenden Übungen werden im Stehen und im Sitzen durchgeführt. Schon nach kurzer Zeit erhöhen sich spürbar die individuelle Leistungsfähigkeit, Belastbarkeit und Ausdauer!

Einstieg bei freien Plätzen jederzeit möglich!

Kampfsport

Ab: 14.02.2024

Leitung: **Michael Seyer, 10 Jahre Kampfsport- und Wettkampf-Erfahrung**
Kursort: **Mittelschule Litschau, Gymnastiksaal**
jeden Mittwoch,
17:00 bis 18:00 Uhr – Kinder und Jugendlichen Training (Eltern können am Training teilnehmen!)
18:15 bis 19:45 Uhr – Erwachsenen Training
Kursbeitrag: € 7,00 - Kinder, Jugendliche
€ 15,00 – Erwachsene je Einheit

Koordination- Ausdauer- Kraft
Elemente aus Boxen, Muay Thai, Bjj Bodenkampf, Ringen, Selbstverteidigung

Jeder ist Herzlich Willkommen – Frauen, Männer, Kinder. Keine Vorkenntnisse nötig. Selbstverantwortung wird vorausgesetzt. Wir trainieren miteinander, und passen aufeinander auf! Für jegliche Verletzungen wird keine Haftung übernommen! Teilnehmende bitte Boxhandschuhe mitnehmen.

Anmeldungen:

Stadtgemeinde Litschau, Tel. 02865/219-21,
E-Mail: gemeinde@litschau.at

Barbara Stangl, Tel. 0664/140 21 80,
E-Mail: stangl.babsi@gmx.at

Kerstin Hauer, Tel. 0664/50 47 483,
E-Mail: kerstinhauer@gmx.at

Jana Zimml, Tel. 0660/14 87 301,
E-Mail: jana.zimml@gmx.at

Christa Göd, Tel. 0660/411 32 95,
E-Mail: christa.goed812@gmail.com

Andrea Juhitzer, Tel. 0664/36 43 316,
E-Mail: andreajuhitzer@gmx.at

Sabina Bernhard, Tel. 0664/511 58 50,
E-Mail: sabina.bernhard@hotmail.com

Patricia Vajk, Tel. 0660/26 09 920,
E-Mail: patricia.vajk@gmx.at

Marketa Ficalova, Tel. 0664/2048221,
E-Mail: marketa.ficalova@gmail.com

Martina Pfabigan, Tel. 0664/38 15 865,
E-Mail: martina.pfabigan@a1.net

Anna Kössner, Tel. 0676/336 42 14,
E-Mail: annakoessner@gmx.at

Isabella Aschraf, Tel. 0676/34 18 096,
E-Mail: aschrafisabella@gmail.com

Elisabeth Walter-Kollar, Tel. 02865/500 50,
E-Mail: sissy64@gmx.net

Alfred Wald, Tel. 0664/194 11 88,
E-Mail: waldlitschau@gmail.com

Michael Seyer, Tel. 0677/612 989 24,
E-Mail: sichl.michl@yahoo.com

Trainingsgeräte "Kraft-Ausdauer-Zirkel"

Nach der Anmeldung und einer Einschulung (Dauer ca. 2 Stunden) durch einen Physiotherapeuten oder einen Fit-lehrwart ist eine eigenständige Nutzung der Trainingsgeräte für den vereinbarten Zeitraum zu den Öffnungszeiten nach Voranmeldung möglich.

Kosten:

- Einführungseinheit € 15,00
- 1 Monat € 35,00
- 3 Monate € 95,00
- 6 Monate € 180,00
- 12 Monate € 350,00

Öffnungszeiten:

Montag: 08:00 - 10:00 Uhr
Dienstag: 08:00 - 10:00 Uhr, 15:00 - 17:00 Uhr und 19:00 - 21:00 Uhr

Mittwoch: 08:00 - 10:00 Uhr
Donnerstag: 08:00 - 10:00 Uhr, 15:00 - 17:00 Uhr und 19:00 - 21:00 Uhr
Freitag: 08:00 - 10:00 Uhr

Anmeldungen bzw. nähere Informationen unter:

Leben in der Region Litschau
Stadtplatz 77, 3874 Litschau
Tel.: 02865/500 96,
E-Mail: office@leben-litschau@a1.net

Stadtgemeinde Litschau
Stadtplatz 25, 3874 Litschau
Tel.: 02865/219-21,
E-Mail: gemeinde@litschau.at



AQUAGYMNASTIK mit anschließender Gesundheitsanwendung

mit Wellnesstrainerin Renate Dejmek, Msc
jeweils am Dienstag, ab 15:30 Uhr
im RELAX fun-fitness-wellness-Hallenbad Litschau!

Termine: 20., 27. Februar 2024, 05., 12. und 19. März 2024

Durch den Wasserauftrieb werden Ausdauer und Beweglichkeit auf schonende Art trainiert. Im Anschluss besteht die Möglichkeit, eine Gesundheitsanwendung (Fußbad und Gesundheitstee) kennenzulernen.

Gratis für unsere Gäste!

Mitzubringen: kleine Fußbadewanne, kleines und großes Badetuch



Foto: stock.adobe.com

- Normaler Eintritt, KEINE Extrakosten
- Einlass bereits um 15:15 Uhr
- Anmeldung im Hallenbad unter 02865/5313

Änderungen vorbehalten!

Impressum:

Medieninhaber, Herausgeber und Verleger: Stadtgemeinde Litschau, Stadtplatz 25, A-3874 Litschau

Grafische Gestaltung: Kerstin Hirschmann, A-3874 Litschau, www.werbewuerze.at

Druck: Druckerei Janetschek GmbH, A-3860 Heidenreichstein, www.janetschek.at

Der besseren Lesbarkeit wegen wird in der LIT/SCHAU die männliche Form für beide Geschlechter verwendet. Die Redaktion behält sich vor, zugesandte Beiträge und Texte zu kürzen! Alle Angaben ohne Gewähr!

Sonderausgabe 1/Jahrgang 18/Jänner 2024

Unsere Stadtzeitung wird auf 100% Recyclingpapier aus Österreich unter Verwendung von Strom aus erneuerbaren Quellen, zertifiziert nach dem Österreichischen Umweltzeichen, gedruckt.



gedruckt nach der Richtlinie
„Druckerzeugnisse“ des
Österreichischen Umweltzeichens
Druckerei Janetschek GmbH · UW-Nr. 637



CO₂-kompensiert
DURCH HUMUSAUFBAU
Geprüft vom Verband Druck Medien



AUSGEZEICHNET MIT DEM ÖSTERREICHISCHEN
CSR-GÜTESIEGEL FÜR DRUCKEREIEN
GEDRUCKT MIT VERANTWORTUNG FÜR MENSCH,
GESELLSCHAFT UND UMWELT



202122007