

# Enorm in Form Terminübersicht September 2025 – Jänner 2026



## Mein Gesundheitszentrum Mariahilf

Mariahilferstraße 85-87, 1060 Wien

Die Termine finden immer gemeinsam für Kinder und jeweils einen Elternteil bzw. Erziehungsberechtigten statt! **Bitte beachten Sie, dass der Enorm in Form-TEILNAHMEPASS zu jedem Termin mitzubringen ist!** Für den erfolgreichen Programmabschluss ist eine **Teilnahme von 75 % erforderlich:** Teilnahme Ernährung an mind. 3 Modulen, Teilnahme Sport an mind. 25 Terminen, Teilnahme Psychotherapie an mind. 15 Terminen

Sport ASKÖ - Zeynep Arslan 01 22 600 17	Psychotherapie Mag. Alexander Blaschek 0681 845 00 013	Ernährung GZ06 - Diätologie
<p><b>Kurs 1:</b> <b>Dienstag 16:30-18 Uhr</b> <b>Ort:</b> ASKÖ Bewegungscenter Schmelz, Auf der Schmelz 10, Gymnastikraum 2</p> <p>09.09.2025 16.09.2025 23.09.2025 30.09.2025 07.10.2025 14.10.2025 21.10.2025 04.11.2025 11.11.2025 18.11.2025 25.11.2025 02.12.2025 09.12.2025 16.12.2025 13.01.2026</p>	<p><b><u>Kindergruppe</u></b> <b>Montag 16:30 – 17:30 Uhr</b></p> <p>08.09.2025 15.09.2025 22.09.2025 29.09.2025 06.10.2025 13.10.2025 20.10.2025 03.11.2025 10.11.2025 17.11.2025 24.11.2025 01.12.2025 15.12.2025 22.12.2025 12.01.2026 19.01.2026 26.01.2026</p>	<p><b>Erst-/Abschlussgespräch Ernährung</b> nach individueller Terminvereinbarung unter: 05 0766-1140624 (Fr. Pany) oder 05 0766-1140625 (Fr. Hillebrand)</p> <p><b>Gruppenmodule</b> 1x monatlich <b>13:00-14:00 Uhr</b> <b>1. Stock, Zimmer 127</b></p> <p><b><u>Gruppe 1: Montag</u></b></p> <p>06.10.2025 Modul 1 03.11.2025 Modul 2 01.12.2025 Modul 3 12.01.2026 Modul 4</p> <p><b><u>Gruppe 2: Mittwoch</u></b></p> <p>08.10.2025 Modul 1 05.11.2025 Modul 2 03.12.2025 Modul 3 14.01.2026 Modul 4</p>
<p><b>Donnerstag 16:30-18 Uhr</b></p> <p>11.09.2025 18.09.2025 25.09.2025 02.10.2025 09.10.2025 16.10.2025 23.10.2025 06.11.2025 13.11.2025 20.11.2025 27.11.2025 04.12.2025 11.12.2025 18.12.2025 08.01.2026</p> <p><b>Ort:</b></p>	<p><b><u>Elterngruppe</u></b> einmal im Monat montags <b>17:30-19:00 Uhr</b></p> <p>08.09.2025 06.10.2025 03.11.2025 01.12.2025 12.01.2026</p> <p><b><u>Ort:</u></b> Mein Gesundheitszentrum Mariahilf, Mariahilferstraße 85-87, 1060 Wien</p>	<p><b>Check-Up Anruf:</b> <b>telefonisch</b> individuell zur vereinbarten Zeit mit Elternteil</p> <p><b>Zu den Terminen bitte immer mitbringen:</b> e-card von Kind und Begleitperson EiF-Pass</p> <p><b><u>Ort:</u></b> Mein Gesundheitszentrum Mariahilf, Mariahilferstraße 85-87, 1060 Wien</p>

<p>ASKÖ Bewegungszentrum Schmelz, Auf der Schmelz 10, Gymnastikraum 2</p> <p><b>Kurs 2:</b> <b>Mittwoch 16:30-18 Uhr</b></p> <p>10.09.2025 17.09.2025 24.09.2025 01.10.2025 08.10.2025 15.10.2025 22.10.2025 05.11.2025 12.11.2025 19.11.2025 26.11.2025 03.12.2025 10.12.2025 17.12.2025 07.01.2026</p> <p><b>Freitag 16-17:30 Uhr</b></p> <p>12.09.2025 19.09.2025 26.09.2025 03.10.2025 10.10.2025 17.10.2025 24.10.2025 07.11.2025 14.11.2025 21.11.2025 28.11.2025 05.12.2025 12.12.2025 19.12.2025 09.01.2026</p> <p>Ort: ASKÖ Bewegungs- Center, Auf der Schmelz 10, 1150 Wien</p>		
<b>Sport</b>	<b>Psychotherapie</b>	<b>Ernährung</b>

Terminänderungen vorbehalten! An Feiertagen, Ferien bzw. schulfreien Tagen finden keine Gruppeneinheiten statt.

Die Gruppeneinteilung von Sport, Psychotherapie und Ernährung ist unabhängig voneinander. Zum Beispiel: Sie sind im Sport im Kurs 1 eingeteilt, ABER bei Ernährung in der Gruppe 2.

Am Ende des Semesters findet ein gemeinsames Abschlussfest statt.