



Bound: 1100 DIY City Challenge Favoriten - ab 12 Jahren



Actionbound-App in App Store oder Google Play  
kostenlos heruntergeladen

QR-Code mit der Actionbound-App scannen

-----  
 Gehe mit deinem Computer auf <https://actionbound.com> und erstelle ganz easy eigene Bounds für Geburtstagsfeiern, Projekte, Stadtrallyes, Jungfernfeiernschieße oder was auch immer deiner kreativen Ader entspringen mag.

Eine Initiative der Wiener Gesundheitsförderung – WiG, umgesetzt von queraum. kultur- und sozialforschung. Bei Fragen oder anderen Anliegen sind wir (queraum) gut erreichbar unter 01 958 09 11.

Die **City Challenge Favoriten** ist ein Angebot der Wiener Gesundheitsförderung – WiG im Rahmen des Programmes "Gesunde Bezirke" und wird von queraum. kultur- und sozialforschung umgesetzt.




---

### Information

Treten während der Tour Fragen oder Probleme auf, rufe uns gerne an unter

01 / 958 09 11

(Bürozeiten Montag bis Freitag von 9 bis 16 Uhr).

---

### Information

Willkommen am Treffpunkt bei der Mädchenbühne Favoriten am Reumannplatz! Eure Tour kann nun losgehen!




---

### Information

Heute geht es um Bewegung, Ernährung, seelische Gesundheit und Gemeinschaft. Ihr lernt neue gesunde Orte im Bezirk kennen und löst gemeinsame verschiedenen Aufgaben!

Viele Aufgaben warten auf euch und auch eure Ideen für den **Gesunden Bezirk Favoriten** sind gefragt!

Seid ihr bereit? 😊

---

### Aufgabe

Los gehts! 😊

Bei der City Challenge Favoriten geht es um Gesundheit und Wohlbefinden. Überlegt gemeinsam, in wie vielen verschiedenen Sprachen ihr das Wort "Gesundheit" sagen könnt. 💬💬

Nehmt das Wort in möglichst vielen Sprachen als Audio auf!

Antwortmöglichkeit

*Audio*

---

 Aufgabe

Die **Mädchenbühne** haben sich Mädchen aus Favoriten bei der Neugestaltung des Reumannplatzes gewünscht. Hier lässt es sich singen, tanzen und kreativ austoben!



🎤👧👧 Welche Sängerinnen oder Mädchenbands würdet ihr hier auf die Bühne holen, wenn ihr könntet? Schreibt alle auf!

Antwortmöglichkeit  
*Text*

---

 Umfrage


Musik hören hilft, Stress abzubauen. Selber singen übrigens genauso! 😊

Antworten

Hört ihr selbst gerne Musik, um euch zu entspannen?

*Ja, oft*  
*Ja, manchmal*  
*Nein, nie*

Mehrfachauswahl

---

 Aufgabe

Was könnt ihr außerdem noch tun, um Stress abzubauen? 😊

Antwortmöglichkeit

**Sammelt mindestens 3 Dinge und nehmt sie auf!** 🎤

*Audio*

---

 Information

Sehr schön! 😊

**Wir sind gesund,...**

...wenn es uns seelisch und körperlich gut geht und wenn wir gute Beziehungen zu anderen Menschen haben.




---

 Aufgabe


Bewegung hilft sehr, um sich wohlfühlen. Wie wäre es zum Beispiel mal mit Schwimmen (sobald es wieder möglich ist)...?

Antwortmöglichkeit

**Sucht das Amalienbad am Reumannplatz und macht ein Foto davon!** 📷

*Bild von Kamera*

---

 Quiz

Im 10. Bezirk gibt es drei öffentliche Bäder der Stadt Wien. **Welche dieser Bäder sind Freibäder = Bäder für den Sommer?** 🏊‍♂️ 😎

2 Antworten sind richtig!

Punkte: 100

Modus: Multiple Choice

*Familienbad Gudrunstraße*

*Amalienbad*

*Laaerbergbad*

Versuche: 2

Punktabzug bei falscher Antwort: 10

Tipps: *Achtung: 2 Antworten sind richtig!*

Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen

---

 Ort finden

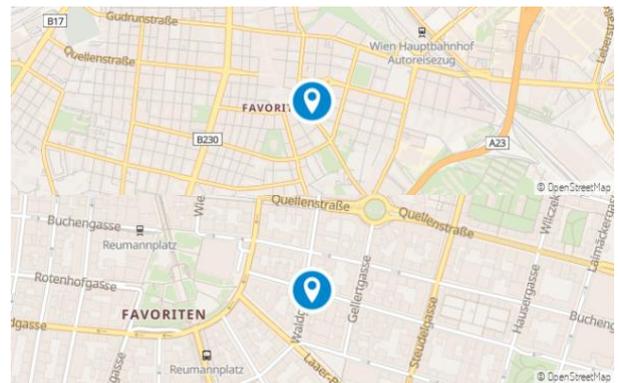
Gleich hinter dem Amalienbad liegt die Puchsbaumgasse. Biegt dort ein und geht bis zur Kreuzung Puchsbaumgasse / Waldgasse!

Punkte: 100

Koordinate: 48.173774, 16.381277



Karte mit Ziel und aktuellem Standort anzeigen:




---

 Aufgabe

**Waldgasse** 🌲 🍃

Wälder und Grünflächen sorgen für saubere Luft und sind damit sehr wichtig für unsere Gesundheit.

Welche Waldbäume kennt ihr? Sammelt mindestens 3 Namen und schreibt sie auf!



Antwortmöglichkeit

Text

## Quiz

**Super gemacht!**

Welches dieser Wald- und Grüngebiete liegt NICHT im Bezirk Favoriten? 🤔

Punkte: 100

Modus: Multiple Choice

*Böhmischer Prater*  
*Lainzer Tiergarten*  
*Laaer Wald*  
*Wienerberg*

Versuche: 1

Punktabzug bei falscher Antwort: 10

Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen

## Quiz

**Schaut genau:** Geht jetzt die Puchsbaumgasse entlang, bis ihr zu einem Radweg kommt, der die Gasse kreuzt.

Wohin würde euch dieser Radweg führen, wenn ihr ihn bergab fahren würdet?



Punkte: 100

Modus: Multiple Choice

*Favoritenstraße*  
*Gudrunstraße / Hauptbahnhof*  
*Wienerberg*

Versuche: 2

Punktabzug bei falscher Antwort: 10

Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen

## Quiz

Findet die große Figur am grünen Haus gegenüber.

**Seht genau hin: Wer ist das?**



Punkte: 100

Modus: Lösungseingabe

Korrekte Antwort: *Hans Puchsbaum*

Auflösung: *Die Figur ist Hans Puchsbaum.*

Versuche: 2

Punktabzug bei falscher Antwort: 10

Tipps

*Der Name steht oberhalb der Figur :) Ihr müsst ihn genau eintippen.*

Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen

---

### Ort finden

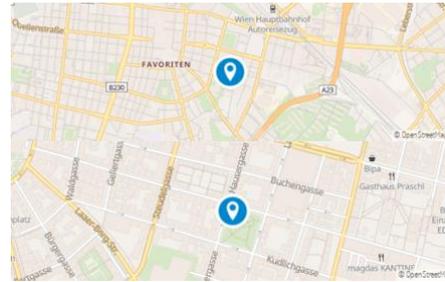
Aber wer ist **Hans Puchsbaum**?! 😊 Macht euch auf den Weg zum Puchsbaumplatz, um es heraus zu finden!



Punkte: 100

Koordinate: 48.172765, 16.385894

Karte mit Ziel und aktuellem Standort anzeigen




---

### Aufgabe

#### Street Workout 🏋️

Jetzt wird es erstmal sportlich! Schaut euch im Park um:

Wo sind die orangenen Street Workout Geräte?

Macht ein Foto, wenn ihr sie gefunden habt!

Antwortmöglichkeit:

*Bild von Kamera*

---

### Quiz

"**Street Workout**" hat auch einen anderen Namen.

👉 Was tippt ihr: **Wie heißt es noch?**

Punkte: 100

Versuche: 2

Punktabzug bei falscher Antwort: 10

Modus: Multiple Choice

*Callenetics*

*Pilates*

*Calisthenics (= Eigengewichtübungen)*

Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen

---

### Aufgabe

Wählt ein Gerät, auf dem ihr üben wollt. Wie viele Übungen schafft ihr alle gemeinsam (z.B. Klimmzüge, Sit Ups, ...)? 😊 🏋️

**Übt nacheinander und motiviert euch gegenseitig! Schreibt auf, welche Übung ihr gemacht habt und wie viel ihr geschafft habt.**



Antwortmöglichkeit: Text

---

 Quiz

**Street Workout Geräte** gibt es im Puchsbaumpark, im Fortunapark und seit kurzem auch in einem dritten Park in Favoriten. In welchem?

(Schreibt den Namen in drei Wörtern auf, mit je einem Großbuchstaben vorne.)

💡 Hier findet ihr einen Tipp...

Punkte: 100

Modus: Lösungseingabe

Korrekte Antwort: *Alfred Böhm Park*

Auflösung: *Der Alfred Böhm Park ist der dritte Park in Favoriten, der Street Workout-Geräte hat.*

Versuche: 3

Punktabzug bei falscher Antwort: 10

Tipps

*Versucht nochmal, die Lösung richtig einzutippen :) Schreibt den Namen in drei Wörtern auf, mit je einem Großbuchstaben vorne.*

Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen

---

 Quiz

Jetzt zu diesem Gegenstand, der uns wieder zu Hans Puchsbaum führt:

**Was tippt ihr, was das ist?** 🤔



Punkte: 100

Modus: Multiple Choice

*Ein ausgestopftes Tier  
Ein Stück alte Mauer  
Ein Buchsbaum*

Versuche: 2

Punktabzug bei falscher Antwort: 10

Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen

---

 Aufgabe

🔍 Sucht jetzt dieses Stück alte Mauer beim Haus Puchsbaumplatz Nr. 3.

Gefunden? **Macht ein Foto von der Hausfassade.** 📷



Antwortmöglichkeit: *Bild von Kamera*

---

 Information

Dieses Mauerstück stammt aus dem Stephansdom. Es erinnert an den Baumeister Hans Puchsbaum, der im 15. Jahrhundert den Stephansdom mitgeplant hat. Außerdem hat er die Säule "**Spinnerin am Kreuz**" in Favoriten mitgebaut.

Vielleicht kennt ihr sie?



## Aufgabe

Viele **Straßennamen in Wien** erinnern an Menschen, die etwas Sinnvolles bewirkt haben. 📖 Etwas Sinnvolles im Leben zu tun, ist wichtig für die psychische Gesundheit. ❤️

Ihr geht jetzt zur Anker Brotfabrik. Besprecht am Weg: **Warum wird später einmal eine**

**Straße oder ein Platz nach euch benannt sein? Was könnt ihr besonders gut?** 😊 😊

Klickt weiter, um den Weg zur Anker Brotfabrik zu finden.

Antwortmöglichkeit: *Keine*

## Ort finden

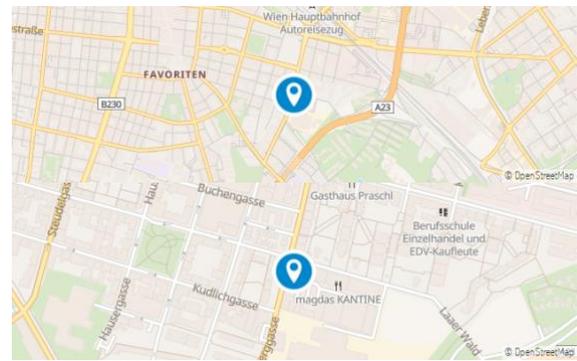


Jetzt ab **Richtung Anker Brotfabrik!**

Punkte: 100

Koordinate: 48.172053, 16.389381

Karte mit Ziel und aktuellem Standort anzeigen:



## Information

Der renovierte Teil der Anker Brotfabrik ist ein **Ort für Kunst und Kultur**. Auch für Jugendliche gibt es hoffentlich bald wieder Angebote, z.B. Breakdance-Workshops. 🕺 🕺

Geht in den Hof der Brotfabrik und klickt "weiter" für euren nächsten Auftrag. Der Eingang zum Hof befindet sich auf der rechten Seite der Brotfabrik.



## Aufgabe

**Stiegensteigen statt Liftfahren** ist gesund für die Beinmuskulatur und für dein Herz-Kreislauf-System! 😊

Darum findet die Stiege mit der Schrift und geht bis ganz nach oben. Dort könnt ihr die Aussicht genießen und ein Beweisfoto machen. 📷



Antwortmöglichkeit: *Bild von Kamera*

### Aufgabe

In der Einfahrt zur Anker Brotfabrik befindet sich dieser **bunte Anker**. Versucht, ihn beim Rausgehen zu finden!



Antwortmöglichkeit: *Keine*

### Aufgabe

**Euer Anker** 🚢❤️

Habt ihr den Anker gefunden?

Das Leben ist nicht immer einfach. Manchmal ereignen sich Krisen, die uns herausfordern, wie zum Beispiel die Corona-Pandemie.

In Krisenzeiten brauchen wir einen Anker: Personen, Dinge, Gedanken, die uns Halt geben. Was ist euer Anker? 🚢

Alle, die möchten, nehmen ihre Antwort als Audio auf.

Antwortmöglichkeit: *Audio*

### Aufgabe

Jetzt mal ohne Navi 😊 Folgt der Absberggasse bergab, überquert die Quellenstraße, bis ihr auf die Gudrunstraße stoßt. Dort geht ihr nach links. Sucht den Fisch an der Mauer! 🐟

**Macht davon ein Foto als Beweis.** 📷



Antwortmöglichkeit: *Bild von Kamera*

### Ort finden

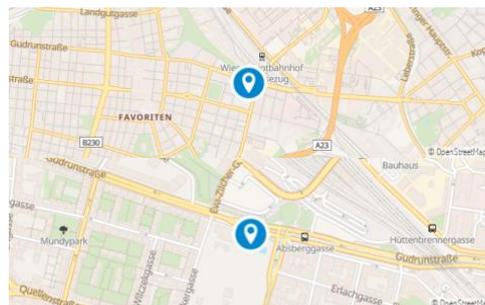
Die **Meeres-Malereien** führen euch zum Familienbad Gudrunstraße. Es ist gut versteckt! 😊🚰📞



Punkte: *100*

Koordinate: *48.175977, 16.389712*

Karte mit Ziel und aktuellem Standort anzeigen



---

## Ort finden

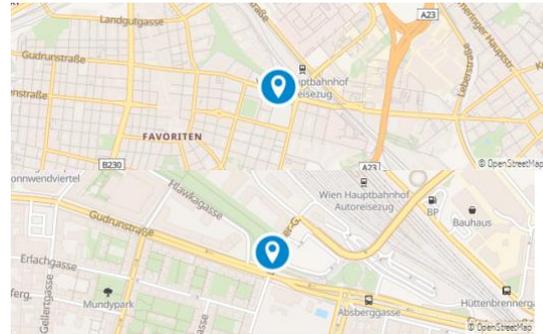
Auf zum nächsten Stopp: Wenn ihr die Gudrunstraße überquert, seid ihr gleich im **Helmut-Zilk-Park**. Schaut euch nach dem nächsten Zebrastreifen um und geht dort über die Straße.



Punkte: 100

Koordinate: 48.176748, 16.388708

Karte mit Ziel und aktuellem Standort anzeigen




---

## Information

### Pause 😊

Ihr habt schon die Hälfte der Tour geschafft!

Hier wäre ein guter Ort für eine Pause.

Sucht euch dafür gerne ein gemütliches Plätzchen.

*Wenn ihr euch ausgeruht habt, klickt "weiter".*

---

## Aufgabe

In der nächsten Aufgabe geht es darum, eigene gesunde Ideen zu überlegen.

Sucht euch dafür **nette Bänke hier im Park**. Klickt dann auf weiter.

Antwortmöglichkeit:

*Keine*

---

## Aufgabe

### Gesunde Ideen 💡

Wenn ihr an eure Schule oder eure Jugendeinrichtung denkt: *Habt ihr Ideen, die eure Schule oder Freizeiteinrichtung zu einem gesünderen Ort für euch macht?* Wir helfen euch gerne beim Überlegen! 💬💡

📦 Eure gesunden Ideen können finanziell von der Wiener Gesundheitsförderung – WiG unterstützt werden! Meldet euch

unter [gesunde.idee@gesundebezirke.at](mailto:gesunde.idee@gesundebezirke.at) oder 01 / 958 01 11.

💬 Wollt ihr einen Tanz-, Trommel- oder Kickbox-Workshop machen? Gemüse im Hochbeet anbauen oder euch selber eine Rätseltour ausdenken?

Antwortmöglichkeit:

*Text*

---

## Ort finden

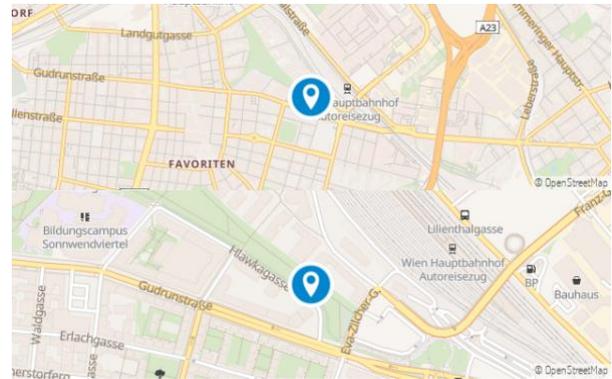
Weiter geht's zum **Nachbarschaftsgarten** im Helmut Zilk Park!



Punkte: 100

Koordinate: 48.177426, 16.387873

Karte mit Ziel und aktuellem Standort anzeigen




---

## Quiz

Wie heißt der Nachbarschaftsgarten?



Punkte: 100

Modus: Multiple Choice

*Sonnengarten*  
*Sonnwendgarten*  
*Sonnenblumengarten*

Versuche: 2

Punktabzug bei falscher Antwort: 10

Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen

---

## Aufgabe

**Gruppenfoto Grüner Daumen** 🍷

Wer von euch hat selbst schon Erfahrungen mit Gärtnern? Wer hat Pflanzen gepflanzt oder Samen gestreut, gegossen oder Unkraut gezupft..?

Alle Gärtner\*innen unter euch: Bitte zeigt euren "grünen Daumen" hoch für ein Gruppenfoto! 🍷 📷

Antwortmöglichkeit

*Bild von Kamera*

---

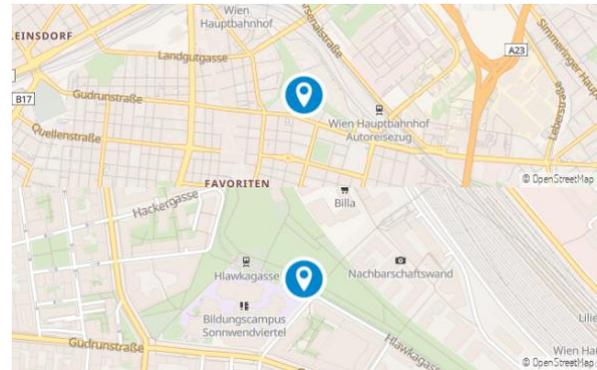
 Ort finden

 Nächster Halt: **Motorikpark!** 😊


Punkte: 100

Koordinate: 48.178878, 16.384147

Karte mit Ziel und aktuellem Standort anzeigen




---

 Aufgabe

**Willkommen im Motorikpark!** 🤖

Ihr dürft jetzt ein paar Tricks auf den Geräten ausprobieren. Macht ein Video davon! 📹

Antwortmöglichkeit: *Video von Kamera*


---

 Quiz

Gleich in der Nähe gibt es auch ein Jugendzentrum. Wie heißt es?

Punkte: 100

Modus: Multiple Choice

*Jugendtreff Sonnenwende*  
*Jugendtreff Sonnenuntergang*  
*Jugendtreff Sonnwendviertel*  
*Jugendtreff Solar*

Versuche: 2

Punktabzug bei falscher Antwort: 10

Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen

---

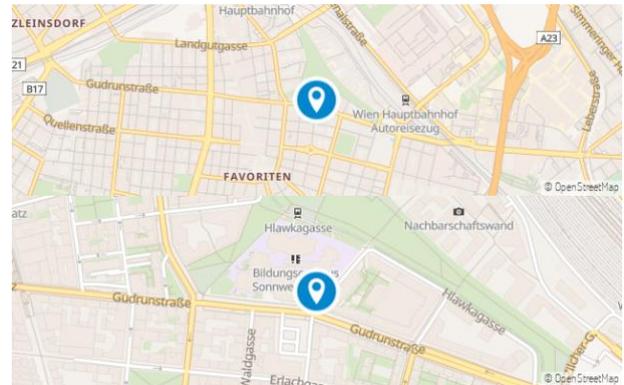
### Ort finden

Sucht das **Jugendtreff Sonnwendviertel!** 📍

Punkte: 100

Koordinate: 48.177974, 16.383223

Karte mit Ziel und aktuellem Standort anzeigen




---

### Aufgabe

Was hat das Jugendzentrum Sonnwendviertel gerade im Programm?

**Schaut beim Schaukasten und macht ein Foto!**



Antwortmöglichkeit

*Bild von Kamera*

---

### Quiz

Gleich geht's weiter in den nächsten Park...

Favoriten hat wirklich viele Parks zu bieten. Zum Spazieren, Sporteln und Leute treffen...

🧐 😊 **Was schätzt du, wie viele Parks gibt es im 10. Bezirk?**

Hinweise gibts auf der [Webseite der Stadt Wien](#) . 🧑🏫



Punkte: 100

Modus: Zahl schätzen

Richtiger Wert: 17

Minimalwert: 3

Maximalwert: 25

Abweichung für 10 % Punktabzug: 1

Versuche: 3

Punktabzug bei falscher Antwort: 10

Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen

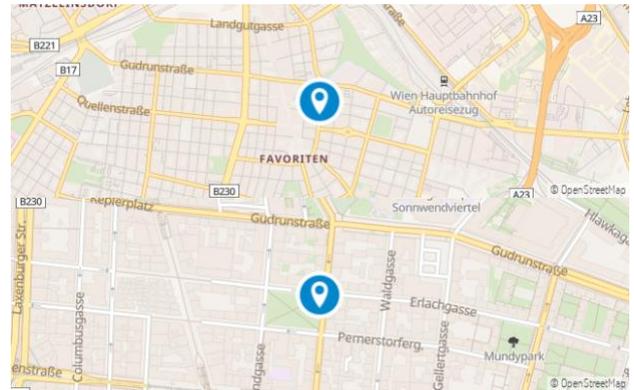
Ort finden

Nun sollt ihr den **Wielandpark** finden! 🔍

Punkte: 100

Koordinate: 48.176747, 16.380192

Karte mit Ziel und aktuellem Standort anzeigen



Aufgabe

**Klettern** 🧗

Sucht die Boulderwand mit den bunten Klettergriffen im Park.

Wie gut sind eure koordinativen Fähigkeiten?  
Schafft ihr es, die Boulderwand hochzuklettern und dabei nur 5 Klettergriffe zu verwenden?

Macht ein Video davon! 📹

Antwortmöglichkeit: *Video von Kamera*

Aufgabe

**Super gemacht!** 😊

Bewegung ist übrigens sehr gesund für Körper und Psyche. Trainieren und Durch-den-Bezirk-Spazieren eignen sich auch hervorragend, um Stress abzubauen. 🗣️ 📱 🎧

Was hilft euch noch, um Stress abzubauen?

Sammelt eure Tipps als Audio. Nehmt mindestens 5 Tipps auf. 🎧

Antwortmöglichkeit:

*Audio*

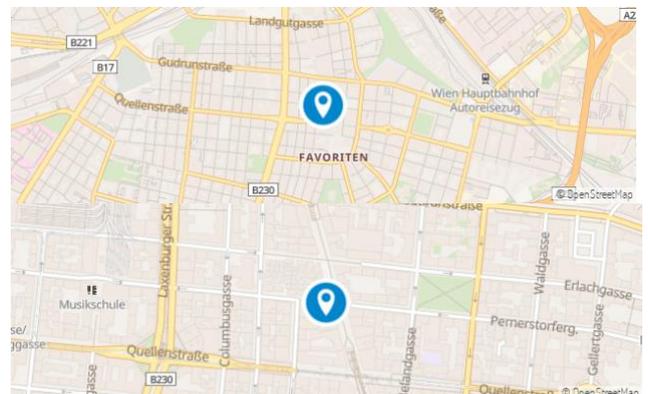
Ort finden

Macht euch jetzt auf den Weg zum **Viktor-Adler-Markt** zu den Obst- und Gemüseständen! 🍷 🍷

Punkte: 100

Koordinate: 48.176403, 16.377074

Karte mit Ziel und aktuellem Standort anzeigen



---

 Aufgabe

**Vitaminsuche** 🔍

Am Viktor-Adler-Markt könnt ihr alle möglichen Obst- und Gemüsesorten entdecken. Findet ein Obst oder Gemüse, dass ihr NICHT kennt und fragt am Markt nach, wie es heißt.

Macht ein Foto davon!



Antwortmöglichkeit: *Bild von Kamera*

---

## Aufgabe

Und wofür kann dieses Obst oder Gemüse verwendet werden? 📷

**Holt euch einen Tipp, was daraus zubereitet werden kann und schreibt es auf.** ✍️

Antwortmöglichkeit:

*Text*

---

## Aufgabe

Ihr seid der Wahnsinn, so viele Aufgaben habt ihr geschafft! 😎

Jetzt geht es zurück zum **Reumannplatz**. Gerade aus die Favoritenstraße hinauf, eure Zielgerade! 🚩🚩🚩

Euer Ziel ist die Mädchenbühne, wo ihr gestartet seid.



Antwortmöglichkeit: *Keine*

---

## Umfrage

**Lasst eure gesunden Ideen fördern**

Ihr habt bei einer Station gesunde Ideen gesammelt! Eure Ideen können finanziell von der Wiener Gesundheitsförderung – WiG unterstützt werden! 😊

Meldet euch unter [gesunde.idee@gesundebezirke.at](mailto:gesunde.idee@gesundebezirke.at) oder 01 / 958 09 11.

Stimmt ab. Wollt ihr eure Ideen umsetzen?

Antworten:

*Ja*

*Nein*

---

## Aufgabe

**Ihr seid am Ende eurer Tour  
angelangt!** 📍📍📍📍📍

Wir möchten noch von euch wissen, wie's für  
euch war.

Scannt dafür bitte den QR-Code mit eurem  
Handy oder klickt direkt auf den Link: [zur  
Umfrage](#)



Antwortmöglichkeit: *Keine*

---

## Information

Die **City Challenge Favoriten** ist ein Angebot der Wiener Gesundheitsförderung – WiG im Rahmen  
des Programmes "Gesunde Bezirke" und wird von queraum. kultur- und sozialforschung umgesetzt.

