



Programm für das 1. Halbjahr 2019

Die Kurse Wirbelsäulen-Gymnastik, Seniorengymnastik, FIT MIX, MIX-IT, Autogenes Training, LINE DANCE, Indian Balance, Fit mit Kneipp, Yoga, Wassergymnastik, Gymnastik für Frauen und Rücken Fit bieten wir an.

Jeden 2. Donnerstag im Monat

findet das gemeinsame **Frühstück** ab 10:00 Uhr im Backhaus Hensel, Waltgerstraße statt. Dort ist alles für uns vorbereitet.

Am 4. Mittwoch im Monat

sollen die **Wanderungen** stattfinden. Wir treffen uns dazu um 10:00 Uhr auf dem Parkplatz Stadttheater Herford. Über die Presse werden Sie rechtzeitig über das Wanderziel informiert.

Anmeldung bei Herta Gondershausen Telefon: HF 80 54 3

Mittwoch 20. März 2019

Halbtagesausflug zur Modenschau Höinghaus in Hille.

Abfahrt 13:00 Uhr Pagenmarkt. Kosten 15,00 €/Person per Lastschrift-Einzug vorab = Anmeldebestätigung

Anmeldung bei Erika Gerold Telefon: HF 56 61 4

Meldeschluss: 31.01.2019

Sonnabend 30. März 2019

Mitgliederversammlung Stadtgarten Herford. Zeitpunkt: 15:00 Uhr

Nur für Mitglieder

Anmeldung in der Geschäftsstelle Telefon: HF 17 95 10
oder bei Inge Schildmann Telefon: HF 25 99 1

Meldeschluss: 08.03.2019

Mittwoch 10. April 2019

Vortrag und Kneipp-Stammtisch: Frau Sabine Speckmann berichtet über Erben und Vererben, anschließend findet ein Kneipp-Stammtisch statt.

Ort: Restaurant Porto Lagos, HF, Ortsieker Weg 8, Zeitpunkt: **17:00 Uhr**

Kosten/Person für Vortrag: 5,00 € für Mitglieder, 10,00 € für Gäste

Anmeldung bei Edith Ahlborn Telefon: HF 27 07 63

Meldeschluss: 01.04.2019

Mittwoch 22. Mai 2019

Tagesfahrt Bad Salzuflen Wassertreten im Kneipp-Becken evtl. Kurkonzert 3,00€ etc.

Fahrgemeinschaft ab 15:00 Uhr Abfahrt: Pagenmarkt

Anmeldung bei Inge Schildmann Telefon: HF 25 99 1

Meldeschluss: 15.05.2019

Mittwoch 26. Juni 2019

Tagesfahrt Salzgrotte Bad Oeynhausen

Fahrgemeinschaft ab 15:00 Uhr Abfahrt Pagenmarkt.

Kosten 8,50 €/Person per Lastschrift-Einzug vorab = Anmeldebestätigung

Anmeldung bei Erika Gerold Telefon: HF 56614

Meldeschluss: 19.06.2019



Dienstag 16.07.2019

Busfahrt nach Bad Pyrmont

Bummeln durch Stadt und Kurpark

Abfahrt: 13:30Uhr Herford Pagenmarkt Rückkehr: ca 19:00Uhr

Kosten für Busfahrt und Eintritt Kurpark 14,00€

Nur für Mitglieder

Anmeldungen bei Inge Schildmann Telefon: HF 25991

Meldeschluss 31.03.2019

Mittwoch 07.08.2019

Kanal-Weser-Schiffahrt (1x Schleusung)

mit Kaiser Wilhelm Denkmal, Porta.

Ab Porta Westfalica genießen wir beim Kaffeetrinken die Weserauen aus einem anderen Blickwinkel .

Nach der Schleusung endet die Schiffahrt (90Min) an der Schachtschleuse Minden

Weiterfahrt zum Kaiser Wilhelm Denkmal.

Abfahrt: 13:15Uhr Herford Pagenmarkt. Rückkehr ca. 19:00Uhr

Kosten für Bus, Schiffahrt, Kaffeegedeck 26,00€

Nur für Mitglieder

Anmeldungen bei Inge Schildmann Telefon: HF 25991.

Meldeschluss 31.03.2019

Anmerkungen:

Mitfahrerpauschale beträgt 3,00 Euro

Anmeldungen nehmen wir auch über die Übungsleiter, Vorstandsmitglieder und per E-Mail info@kneipp-verein-herford.de entgegen.