



Programm für das 2. Halbjahr 2019

Unser regelmäßiges Kursangebot: Wirbelsäulen-Gymnastik, Seniorengymnastik, FIT MIX, MIX-IT, Autogenes Training, LINE DANCE, Indian Balance, Fit mit Kneipp, Yoga, Wassergymnastik, Gymnastik für Frauen, Rücken Fit, Sonniger-Herbst-Treffen.

Jeden 2. Donnerstag im Monat findet das gemeinsame Frühstück ab 10:00 Uhr im Backhaus HENSEL, Waltgerstraße statt; dort ist alles für uns vorbereitet. Keine Anmeldung erforderlich.

Am 4. Mittwoch im Monat sollen die Wanderungen stattfinden; wir treffen uns dazu um 10:00 Uhr auf dem Parkplatz Stadttheater Herford. Wir werden Sie rechtzeitig in den Medien und regelmäßigen Kursen über die Wanderziele informieren.
Anmeldung: Herta Gondershausen, Telefon: 05221/80543

Dienstag, 16. Juli 2019

Busfahrt nach Bad Pyrmont, Bummeln durch Stadt und Kurpark.

Nur für Mitglieder

Die Abfahrt ist um 13:30 Uhr am Pagenmarkt in Herford.
Anmeldung: Inge Schildmann, Telefon 05221/25991

Meldeschluss: 31.03.2019

Mittwoch, 07. August 2019

Kanal-Weser-Schiffahrt mit Besuch Kaiser Wilhelm Denkmal

Nur für Mitglieder

Die Abfahrt ist um 13:15 Uhr am Pagenmarkt in Herford.
Anmeldung: Inge Schildmann, Telefon 05221/25991

Meldeschluss: 31.03.2019

bitte wenden!



Sonnabend, 10. August 2019

Gemütliche Fahrradtour für Jung und Alt. Wir radeln über die alte Kleinbahntrasse nach Enger; dort besteht die Einkehrmöglichkeit zum Eis essen.

Die Abfahrt ist um 11:00 Uhr am Bahnhofsvorplatz Herford

Anmeldung: Inge Schildmann, Telefon 05221/25991

Achtung: die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung!

Gäste sind willkommen!

Meldeschluss: 07.08.2019

Montag 21. Oktober 2019

Vortrag: „Natürlich gesund - helfen mit Hausmitteln“

Die Apothekerin Frau Friederike Schuster wird uns die Möglichkeiten und Grenzen von Heilkräutern und Hausmitteln aufzeigen und unsere Fragen beantworten.

Ort: Restaurant Porto Lagos, HF, Ortsieker Weg 8 um 17:00 Uhr.

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

Anmeldung: Edith Ahlborn, Telefon 05221/270763

Meldeschluss: 14.10.2019

Sonnabend, 30. November 2019

Vorweihnachtliches Beisammensein

mit Füllenbruch-Combo

Beginn um 15:00 Uhr im Stadtpark Schützenhof

Anmeldung: Edith Ahlborn, Telefon 05221/270763

oder Erika Gerold, Telefon 05221/56614

Meldeschluss: 23.11.2019

Anmerkungen:

Ihre Anmeldungen nehmen wir auch gerne über die Übungsleiter/innen, die Vorstandsmitglieder oder per E-Mail unter info@kneipp-verein-herford.de entgegen.

Die Mitfahrerpauschale beträgt 3,00 Euro.