



## Programm für das 2. Halbjahr 2020

### **Regelmäßige Kursangebote:**

Autogenes Training, Beckenbodengymnastik (neu ab 2021), FIT MIX, Fit mit Kneipp, Gymnastik für Frauen, Indian Balance, Yoga, LINE DANCE, MIX-IT, Rücken Fit, Seniorengymnastik, Wassergymnastik, Wirbelsäulen-Gymnastik

*Wer an einer Schnupperstunde teilnehmen möchte, sollte sich vorab, wegen der Coronaschutzverordnung, mit dem Übungsleiter in Verbindung setzen!*

### **Wiederkehrenden Veranstaltungen:**

Alle Aktivitäten/Veranstaltungen werden entsprechend der gültigen Coronaverordnung durchgeführt.

### **Frühstückstreffen vom Kneipp Verein im Backhaus Hensel, Waltgeristrasse**

Donnerstags, ab 9:30 Uhr an folgenden Terminen:

10.09.2020, 08.10.2020, 12.11.2020, 10.12.2020

- keine Anmeldung erforderlich-

### **Genussradeln mit dem Kneipp Verein**

Die Abfahrt ist jeweils freitags um 11:00 Uhr an folgenden Terminen:

Treffpunkt vor dem Herforder Bahnhof

28.08.2020 Obersee

25.09.2020 Hücker Moor

30.10.2020 Enger, Liesbergmühle

Achtung: die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung! Gäste sind willkommen

### **Genusswandern mit dem Kneipp Verein**

Dabei handelt es sich um Spaziergänge, die man bewältigen kann, wenn man sich längere Wanderungen nicht mehr zutraut. Die Wege sind so ausgewählt, dass man sich zwischen zwei Entfernungen entscheiden kann.

Mittwoch, 23.09.2020 um 13.30 Uhr Parkplatz Hotel Waldesrand mit anschließender Einkehr.

Mittwoch, 28.10.2020 um 14:00 Uhr Parkplatz am Viadukt Obersee / Einkehr im Seekrug  
Anmeldungen wegen Fahrgemeinschaft und Tischreservierung telefonisch bei Inge Schildmann 05221-25 99 1 oder Ulla Milz 05221-75 53 3

### **Veranstaltungen:**

#### **Sonnabend 28. November 2020**

Mitgliederversammlung im Stadtpark Schützenhof  
Vorweihnachtliches Beisammensein

#### **nur für Mitglieder!**

Beginn: 14:05 Uhr

Beginn: ca.15:00 Uhr

Anmeldung bei Inge Schildmann, Telefon 05221-25 99 1 oder Edith Ahlborn,  
Telefon 05221-27 07 63

**Meldeschluss: 22.11.2020**

#### **Anmerkungen:**

Ihre Anmeldungen nehmen wir auch gerne über die Übungsleiter/innen, die Vorstandsmitglieder oder per E-Mail unter [info@kneipp-verein-herford.de](mailto:info@kneipp-verein-herford.de) entgegen.  
Die Mitfahrerpauschale beträgt 3,00 Euro.

Bitte beachten Sie ggf. die Hinweise zu Terminänderungen auf unserer Homepage, Facebook oder der Presse!