Denkpfad ®
Mi: 14:30 – 16:00 Uhr |Prinz Friedrich
Jeden ersten Mittwoch im Monat
Irene Hirschhausen-Spork |0571/74394

Ernährung
Sabine Roth | 0571/7100699
Termine nach Vereinbarung

Heilkräuter
Petra Höner | 0571/7790303
Termine entnehmen Sie der Homepage

Rehasport
Rehasport: Orthopädie Wasser
Mo: 18:00 – 19:00 | Melittabad
Katrin Gosewehr | 0172/3292184
Rehasport: Lungensport
Di: 11:30 – 12:30 Uhr| Quartiersbüro
Katrin Gosewehr | 0172/3292184
Rehasport: Orthopädie Wasser
Mi: 09:00 – 10:00 Uhr| Hotel Exquisit
Doris Wiechard | 0571/85404
Rehasport: Orthopädie Wasser
Mi: 17:00 – 18:00 Uhr | Kreisschwimmhalle
Katrin Gosewehr | 0172/3292184
Rehasport: Orthopädie
Do: 08:00 – 09:00 Uhr| Jahnhalle
Doris Wiechard | 0571/85404
Rehasport: Orthopädie
Fr: 12:30 – 13:30 Uhr| Quartiersbüro
Katrin Gosewehr | 0172/3292184

Seniorengymnastik
Seniorengymnastik
Mo: 08:45 – 09:45 Uhr | Haus am Dom
Irene Hirschhausen-Spork | 0571/85404
Seniorengymnastik
Mo: 16:15 – 17:15 Uhr | Bierpohlschule
Heike Orlowski | 0172/5686152
Koordinative Fitness 55+
Mo: 16:45 – 17:45 Uhr | Hohenstaufenschule
Jennifer Traue | 0571/5084957
Senioren-Ganzkörpertraining
Mi: 10:00 – 11:00 Uhr | Quartiersbüro
Katrin Gosewehr | 0172/3292184

Seniorengymnastik
Aktiv & Fit 50 plus
Mi: 11:00 – 12:00 Uhr | Quartiersbüro
Katrin Gosewehr | 0172/3292184
Rückenfit
Do: 10:30-11:30 Uhr | Jahnhalle
Katrin Gosewehr | 0172/3292184
Seniorengymnastik
Do: 17:30 – 18:30 Uhr |Hohenstaufenschule
Susanne Hermsdorf | 0571/53020
Bewegungsaktivitäten am Stuhl
Do: 16:45 – 17:45 Uhr | Arche,
Dankerser Str. 64
Heike Strojek | 0571/3851170
Gymnastik auf dem Stuhl
Fr: 14:30 – 15:30 Uhr | Quartiersbüro
Katrin Gosewehr | 0172/3292184

Sprachen
Englisch für Fortgeschrittene 50 plus
(kostenpflichtig)
Di: 09:00 – 10:45 Uhr | Di: 11:00 – 12:45 Uhr
Marienstr. 66 |Ulrich Finke | 0571/48342

Tischtennis
Di/Do 14:30 – 17:00 Uhr |Level 3
Siegfried Zundel | 0171/9754744

EDV
Smartphone für Einsteiger
Do: 09:30 – 10:45 Uhr |Marienstr. 66
Smartphone & Tablet für Fortgeschrittene
Do: 10:30 – 11:15 Uhr |Marienstr. 66
Marie Lichtenberg | 0571/85404

Tanzen
Tanzen
Mi: 09:30 – 10:30 Uhr |Marienstift
Stiftstr. 2b
Beate Annemann | 05707/2809
Tanzen
Do: 09:30 – 10:30 Uhr | 10:45 – 11:45 Uhr
Marienstift, Stiftstr. 2b
Beate Annemann | 05707/2809
Zumba Gold (kostenpflichtig)
Mo: 16:00 – 17:00 Uhr | St. Ansgar
Mila Gadischke | 0571/85404

Verein Kneipp aktiv & gesund Minden e.V.

Programm
1. Halbjahr 2024

Kneipp-Verein Minden e.V. seit 1926
Marienstraße 66, 32427 Minden
Tel: 0571/85404
info@kneippverein-minden.de
www.kneippverein-minden.de

Kinder

Eltern-Kind-Turnen 1,5 - 4 Jahre
Mo: 15:45-16:45 Uhr|
Hohenstaufenschule, Kuhlenstr. 70
Dennis Devenish | 05704/9586569

Turnen für Schulkinder
Di: 17:00 – 18:00 Uhr |Bierpohlschule
Susanne Kerpen-Witte | 05702/2276

Eltern-Kind-Turnen 3 - 5 Jahre
Di: 16:00- 17:00 |FES Minderheide
Christa Hohensee | 0571/61308

Eltern-Kind-Turnen 2 - 4 Jahre
Di: 17:00- 18:00 |FES Minderheide
Christa Hohensee | 0571/61308

Kinder- Turnen 4 - 6 Jahre
Di: 16:00- 17:00 |Bierpohlschule
Susanne Kerpen-Witte | 05702/2276

Eltern-Kind-Turnen 1,5 - 4 Jahre
Mi: 16:00- 17:00 | Bierpohlschule
Dennis Devenish | 05704/9586569

Eltern-Kind-Turnen 1,5 - 3 Jahre
Mi: 15:30 – 16:30 Uhr |Wichernschule
Nicole Boelsems | 0571/85404

Eltern-Kind-Turnen 3 - 5 Jahre
Mi: 16:30 – 17:30 Uhr |Wichernschule
Nicole Boelsems | 0571/85404

Eltern-Kind-Turnen 3 - 5 Jahre
Do: 15:30 – 16:30 Uhr |FES Minderheide
Nicole Boelsems | 0571/85404

Eltern-Kind-Turnen 1,5 - 3 Jahre
Mi: 16:30 – 17:30 Uhr | FES Minderheide
Nicole Boelsems | 0571/85404

Nordic Walking/ Walking

Nordic Walking am Weserstadion
Mo: 08:30 – 09:30 | 10:00 – 11:00 Uhr
Weserstadion
Annedore Tönsmann | 0571/33900

Nordic Walking am Weserstadion
Do: 10:00 – 11:00 Uhr
Weserstadion
Gerd Haug | 0176/20732853

Nordic Walking am Weserstadion
Do: 18:00 – 19:00
Weserstadion
Elke Krüger | 0571/20744

Funktionsgymnastik/ Gymnastik

Ganzkörpermuskeltraining
Mo: 17:00-18:00 Uhr|18:00–19:00 Uhr
Hafenschule
Catrin Baade | 05702/646

Bauch, Beine, Po
Mo: 17:45-18:45Uhr|Hohenstaufenschule
Jennifer Traue | 0571/5084957

Gymnastik
Mo: 14:00-15:00 Uhr | 15:00 – 16:00 Uhr
Paulinum, Trippeldamm 2c
Gesine Piechota | 0571/3851376

Circle- und Fitnesstraining
Di: 20:00- 21:00Uhr | Wichernschule
Heike Orlowski | 0174/5191177

Aerobic
Di: 19:30- 20:30 Uhr | Bierpohlschule
Tatjana Waltke | 0571/63248

Fit und Gesund
Di: 14:30 – 15:30 Uhr |Quartiersbüro
Katrin Gosewehr | 0172/3292184

Pilates
Di: 15:30 – 16:30 Uhr |Quartiersbüro
Katrin Gosewehr | 0172/3292184

Aerobic und Fitness für jedes Alter
Mi: 09:00 – 10:00 Uhr |St. Ansgar
Ute Stannek | 05741/2303570

Gymnastik für Frauen
Mi: 17:00 – 18:00 Uhr |St. Ansgar
Sieglinde Rieck |0571/49609

Gezielte Muskelkräftigung
Do: 18:00- 19:00 Uhr |FES Minderheide
Tatjana Waltke | 0571/63248

Pilates, Fitness- und Gesundheitstraining
Do: 18:00-19:00 Uhr | Arche,
Dankerser Str. 64
Heike Strojek | 0571/3851170

Wirbelsäulengymnastik
Do: 16:30-17:30 Uhr | Wichernschule
Gesine Piechota | 0571/3851376

Aqua

Aquagymnastik (kostenpflichtig)
Di: 16:30 – 17:30 Uhr |Wichernschule
Katrin Gosewehr | 0172/3292184

Wassergymnastik (kostenpflichtig)
Di: 17:00 – 18:00 Uhr |Melittabad
Elke Brink | 0571/52288

Wassergymnastik (kostenpflichtig)
Di: 18:00 – 19:00 Uhr |Melittabad
Stiev Preiß | 0571/85404

Wassergymnastik (kostenpflichtig)
Mi: 17:00 – 18:00 Uhr |Melittabad
Elke Brink | 0571/52288

Seepferdchenvorbereitungskurs (kostenpflichtig)
Mi: 16:00 – 17:00 Uhr | Wichernschule
Tatiana Busch | 0571/85404

Yoga

Yoga (kostenpflichtig)
Mo: 17:30–19:00Uhr
St. Ansgar Gemeinde
Mila Gadischke |0571/85404

Yoga(kostenpflichtig)
Di: 10:00- 11:30 Uhr | Musikschule
Mila Gadischke | 0571/85404

Yoga(kostenpflichtig)
Di: 18:30-20:00 Uhr |Do: 17:30–19:00Uhr
Albert-Schweitzer-Haus, Brauereistr. 8
Ingeborg Ehling | 0571/53639

Yoga(kostenpflichtig)
Do: 13:30- 14:30 |14:45 – 15:45 Uhr
Albert-Schweitzer-Haus, Brauereistr. 8
Iris Dreyer | 0176/96009459

Yoga (kostenpflichtig)
Do: 10:15–11:45 Uhr| Johanniskirchhof
Astrid Bickmeier | 0571/85404

Investiere 6€/Monat und halt
dich fit - werde Mitglied!
www.kneippverein-minden.de