

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

Wandern für Jedermann

Tatiana Busch | 0571/85404
Termine entnehmen Sie der Homepage



Senioren-gymnastik

Senioren-gymnastik (IT)
Mo: 08:45 – 09:45 Uhr | Marienstift
Irene Hirschhausen-Spork | 0571/85404

Senioren-gymnastik (IT)

Mo: 16:15 – 17:15 Uhr | Bierpohlschule
Heike Orłowski | 0172/5686152

Koordinative Fitness 55+ (IT)

Mo: 16:45 – 17:45 Uhr | Hohenstaufenschule
Jennifer Traue | 0571/5084957

Senioren-Ganzkörpertraining (IT)

Mi: 10:00 – 11:00 Uhr | Quartiersbüro
Katrin Gosewehr | 0172/3292184

Senioren-gymnastik (IT)

Di: 11:30 – 12:30 Uhr | Quartiersbüro
Katrin Gosewehr | 0172/3292184

Senioren-gymnastik (IT)

Fr: 12:30 – 13:30 Uhr | Quartiersbüro
Katrin Gosewehr | 0172/3292184

Aktiv & Fit 50 plus (IT)

Mi: 11:00 – 12:00 Uhr | Quartiersbüro
Katrin Gosewehr | 0172/3292184

Rückenfit (IT)

Do: 10:30-11:30 Uhr | Jahnhalle
Katrin Gosewehr | 0172/3292184

Senioren-gymnastik (IT)

Do: 17:30 – 18:30 Uhr | Hohenstaufenschule
Susanne Hermsdorf | 0571/53020



Senioren-gymnastik

Bewegungsaktivitäten am Stuhl (IT)

Do: 16:45 – 17:45 Uhr | Arche,
Dankerser Str. 64
Heike Strojek | 0571/3851170
Gymnastik auf dem Stuhl (IT)
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 (IT)

Mo: 15:15 – 18:00 Uhr | Fr: 14:00 – 17:00 Uhr
FES Minderheide, Petershäger Weg 201
Siegfried Zundel | 0171/9754744

EDV

Smartphone für Einsteiger

Do: 09:30 – 11:00 Uhr | Marienstr. 66

Smartphone & Tablet für Fortgeschrittene

Do: 09:30 – 11:00 Uhr | Marienstr. 66
Marie Lichtenberg | 0571/85404



Tanzen

Tanzen (IT)

Mi: 09:30 – 10:30 Uhr | Marienstift
Stiftstr. 2b

Beate Annemann | 05707/2809

Tanzen (IT)

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



XXL-Sport (IT)

Do: 16:30 – 17:30 Uhr
Vlohoer Str. 156, 32457 Porta Westfalica
Sabine Roth | 0571/7100699



 Verein
Kneipp
aktiv & gesund
Minden e.V.

Programm 1. Halbjahr 2025



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 (IT)

Mo: 17:00-18:00 Uhr | 18:00–19:00 Uhr

Hafenschule

Catrin Baade | 05702/646

Bauch, Beine, Po (IT)

Mo: 17:45-18:45Uhr | Hohenstaufenschule

Jennifer Traue | 0571/5084957

Gymnastik (IT)

Mo: 14:00-15:00 Uhr | 15:00 – 16:00 Uhr

Paulinum, Trippeldamm 2c

Gesine Piechota | 0571/3851376

Circle- und Fitnessstraining (IT)

Di: 20:00- 21:00Uhr | Wichernschule

Heike Orłowski | 0174/5191177

Aerobic (IT)

Di: 19:30- 20:30 Uhr | Bierpohlschule

Tatjana Waltke | 0571/63248

Fit und Gesund (IT)

Di: 14:30 – 15:30 Uhr | Quartiersbüro

Katrin Gosewehr | 0172/3292184

Pilates (IT)

Di: 15:30 – 16:30 Uhr | Quartiersbüro

Katrin Gosewehr | 0172/3292184

Aerobic und Fitness für Frauen (IT)

Mi: 09:00 – 10:00 Uhr | St. Ansgar

Ute Stannek | 05741/2303570

Gymnastik für Frauen (IT)

Mi: 17:00 – 18:00 Uhr | St. Ansgar

Sieglinde Rieck | 0571/49609

Gezielte Muskelkräftigung (IT)

Do: 18:00- 19:00 Uhr | FES Minderheide

Tatjana Waltke | 0571/63248

Pilates, Fitness- und Gesundheitstraining (IT)

Do: 18:00-19:00 Uhr | Arche,

Dankerser Str. 64

Heike Strojek | 0571/3851170

Wirbelsäulengymnastik (IT)

Do: 16:30-17:30 Uhr | Wichernschule

Gesine Piechota | 0571/3851376

Aqua

Aquagymnastik (kostenpflichtig)

Di: 16:00 – 16:45 Uhr | 16:45 – 17:30 Uhr

Wichernschule

Katrin Gosewehr | 0172/3292184



Aqua

Wassergymnastik (kostenpflichtig)

Mo: 18:00 – 19:00 Uhr | Melittabad

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

Aquafitness (kostenpflichtig)

Mi: 17:00 – 18:00 Uhr | Kreisschwimmhalle

Katrin Gosewehr | 0172/3292184

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)

Di: 18:00-19:00 Uhr

Quartiersbüro, Exerzierplatz 7

Nadine Ebert | 0571/85404

Yoga(kostenpflichtig)

Do: 13:30- 14:30 | 14:45 – 15:45 Uhr

Albert-Schweitzer-Haus, Brauereistr. 8

Mila Gadischke | 0571/85404

Yoga (kostenpflichtig)

Do: 10:15–11:45 Uhr | Johanniskirchhof

Astrid Bickmeier | 0571/85404

Kinder-Yoga Alter 5 - 8 Jahre (kostenpflichtig)

Di: 18:00-19:00 Uhr

Quartiersbüro, Exerzierplatz 7

Nadine Ebert | 0571/85404

