

## 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 | Marienstr. 66, 1. OG

Vera Köbbe | 0151/75021548

Senioren-gymnastik (IT)

Mo: 16:00 – 17:00 Uhr | Bierpohlschule

Heike Orłowski | 0174/5191177

Koordinative Fitness 55+ (IT)

Mo: 16:45 – 17:45 Uhr | Hohenstaufenschule

Jennifer Traue | 0571/5084957

Rückenfit (IT)

Do: 11:30-12:30 Uhr | Marienstr. 66, 1. OG

Katrin Gosewehr | 0172/3292184

Senioren-Ganzkörpertraining (IT)

Mi: 10:00 – 11:00 Uhr | Quartiersbüro

Katrin Gosewehr | 0172/3292184

Gymnastik auf dem Stuhl (IT)

Mi: 11:00 – 12:00 Uhr | Quartiersbüro

Katrin Gosewehr | 0172/3292184

Senioren-gymnastik (IT)

Do: 17:30 – 18:30 Uhr | Hohenstaufenschule

Susanne Hermsdorf | 0571/53020

## XXL-Sport (IT)

Do: 16:30 – 17:30 Uhr

Sabine Roth | 0571/710069

## Tischtennis

Mo: 15:15 – 18:00 Uhr | Fr 14:00 – 17:00 Uhr

FES Minderheide, Petershäger Weg 201

Siegfried Zundel | 0171/9754744



## Sprachen

Englisch für Fortgeschrittene 50 plus

(kostenpflichtig)

Di: 09:00 – 10:45 Uhr | Di: 11:00 – 12:45 Uhr

Marienstr. 66

Lothar Grannemann | 0170/4682660



## 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



## BUGGY-WALK

Mo: 14:30 – 15:30 Uhr | Marienstraße 66

Nicole Boelsems | 0571/95195953

## Männer-Fit (IT)

Mo: 18:30 – 19:30 Uhr | Marienstraße 66

Eva Maria Erdmann | 0571/85404



## OSTEO-AKTIV (kostenpflichtig)

Mi: 15:00 – 16:00 Uhr | Marienstraße 66, 1.OG

Eva Maria Erdmann | 0571/85404

## Wasserkurse für Kids

Seepferdchenvorbereitungskurs (kostenpflichtig)

Di: 16:00 – 16:45 Uhr | Wichernschule

Tatiana Busch | 0571/85404

Kinderschwimmen-Bronze (kostenpflichtig)

Di: 16:45 – 17:30 Uhr | Wichernschule

Tatiana Busch | 0571/85404

Seepferdchenvorbereitungskurs (kostenpflichtig)

Mi: 15:45 – 16:30 Uhr | Wichernschule

Tatiana Busch | 0571/85404



 Verein  
**Kneipp**  
aktiv & gesund  
**Minden e.V.**

# Programm 1. Halbjahr 2026



**Mach mit & sei dabei für nur 6,00€/ Monat!**

Preise pro Jahr:

Einzelmitgliedschaft 72,00€

Familienmitgliedschaft 120,00€

Indoor-Ticket 40,00€

Kneipp-Verein Minden e.V. seit 1926

Marienstraße 66, 32427 Minden

Tel: 0571/85404

[info@kneippverein-minden.de](mailto:info@kneippverein-minden.de)

[www.kneippverein-minden.de](http://www.kneippverein-minden.de)

## Agua

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

Wassergymnastik (kostenpflichtig)  
Di: 18:00 – 19:00 Uhr | Meittabad

Stiev Preis | 01577/9567636

Aquagymnastik (kostenpflichtig)  
Mi: 16:45 – 17:30 Uhr | Kreisschwimmhalle

Katrin Gosewehr | 0172/3292184

Wassergymnastik (kostenpflichtig)  
Mi: 17:00 – 18:00 Uhr | Meittabad

Elke Brink | 0571/52288



Yoga (kostenpflichtig)  
Mo: 17:15–18:45Uhr | Marienstr. 66, 1. OG  
Milla Gadischke | 01520/6264414

Yoga  
Di: 10:00–11:30Uhr | Marienstr. 66, 1. OG  
Milla Gadischke | 01520/6264414



Yoga  
Di: 18:30-20:00 Uhr | Do: 17:30–19:00Uhr

Marienstr. 66, 1. OG  
Ingeborg Ehling | 0571/53639

Yoga (kostenpflichtig)

Do: 10:15–11:45 Uhr | Johanniskirchhof  
Astrid Bickmeier | 0571/85404

Yoga für Quereinsteiger  
Do: 14:30–16:00Uhr | Marienstr. 66, 1. OG  
Milla Gadischke | 01520/6264414



Milla Gadischke | 01520/6264414

Do: 17:30–19:00Uhr | Marienstr. 66, 1. OG

Yoga für Quereinsteiger

Astrid Bickmeier | 0176/54734879



## Funktionsgymnastik/ Gymnastik

Ganzkörpermuskeltaining (IT)  
Mo: 16:30-17:30 Uhr | 17:30–18:30 Uhr  
Hafenschule

Catrin Bade | 05702/646

Bauch, Beine, Po (IT)

Mo: 17:45-18:45Uhr | Hohestaufenschule  
Jennifer Traue | 0571/5084957

Gymnastik (IT)

Mo: 14:00-15:00 Uhr | 15:00 – 16:00 Uhr  
Marienstraße 66, 1. OG

Gesine Piechota | 0571/3851376



Di: 19:30- 20:30Uhr | Marienstr. 66

Bewegungsmix inside & outside am Abend (IT)  
Heike Orłowski | 0174/5191177

Aerobic (IT)

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

Fit und Gesund (IT)

Di: 14:00 – 15:00 Uhr | Quartiersbüro  
Katrin Gosewehr | 0172/3292184



Pilates (IT)

Di: 15:00 – 16:00 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

Pilates, Fitness & Gesundheitstraining (IT)

Mi: 17:45 – 18:45 Uhr | Marienstr. 66, 1. OG  
Vera Köbbe | 0151/75021548



Mi: 18:00 – 19:00 Uhr | Marienstr. 66, 1. OG  
Vera Köbbe | 0151/75021548

Aktive Entspannung (IT)

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

Gezielte Muskelaufbereitung

Do: 20:00- 21:00 Uhr | MFES Minderheide  
Tatjana Waitke | 0571/63248



Eltern-Kind-Turnen 1,5 - 4 Jahre

Mo: 15:45-16:45 Uhr |  
Hohestaufenschule, Kühlenstr. 70  
Dennis Devenish | 0171/4410666



Turnen ab 5 Jahren ohne Eltern

Di: 16:00 – 18:00 Uhr | Bierpohlschule  
Susanne Kerpen-Witte | 0171/6134811

Eltern-Kind-Turnen 3 - 5 Jahre

Di: 15:30- 16:30 | FES Minderheide  
Christa Hohensee | 0571/61308

Eltern-Kind-Turnen 2 - 4 Jahre

Di: 16:30- 17:30 | FES Minderheide  
Christa Hohensee | 0571/61308



Eltern-Kind-Turnen 1,5 - 4 Jahre  
Mi: 16:00- 17:00 | Bierpohlschule  
Dennis Devenish | 0171/4410666

Eltern-Kind-Turnen 1,5 - 3 Jahre

Mi: 15:30 – 16:30 Uhr | Wichernschule  
Nicole Boelsens | 0571/9519553

Eltern-Kind-Turnen 3 - 5 Jahre

Mi: 16:30 – 17:30 Uhr | Wichernschule  
Nicole Boelsens | 0571/9519553



Eltern-Kind-Turnen 3 - 5 Jahre  
Do: 15:30 – 16:30 Uhr | FES Minderheide  
Nicole Boelsens | 0571/9519553

Eltern-Kind-Turnen 1,5 - 3 Jahre  
Mi: 16:30 – 17:30 Uhr | FES Minderheide  
Nicole Boelsens | 0571/9519553

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

