



Outdoor-Sportangebote
in Minden vom
26. Aug. bis 02. Okt. 2023

Kostenlos!

Einstieg jederzeit!

von 6 – 99 Jahren!

SPORT im Park

Stadt Minden

– Sportbüro –
Kleiner Domhof 6
32423 Minden
Tel. 0571 89285
h.thielking@minden.de
www.minden.de

Minden  Sport

Minden  Sport

SPORT im Park

Alle Angebote sind kostenlos.

Es gibt nicht immer Dusch- oder Umkleidemöglichkeiten.

Alle Angebote richten sich an Einsteiger wie auch an Geübte.

Wetterbedingte Absagen sind möglich!

Bei weiteren Fragen wenden Sie sich an das Sportbüro:

Henrik Thielking Tel. 0571 89285 | h.thielking@minden.de

Yoga an der Weser

Samstags 13:00 Uhr

am 26.08, 02.09, 09.09, 30.09 und 07.10.23

Treff an der Schiffmühle direkt an der Weser

Weserpromenade 24, 32423 Minden

Kostenlos, Anmeldung jeweils bis Freitag

telefonisch unter 0571 89285 oder per Mail an
h.thielking@minden.de

Zielgruppe: 16 – 99 Jahre

Bitte eine Unterlage mitbringen (Yogamatte o.ä.)

Leitung: Franziska Pohl

Freeletics

Mittwochs 18:00 Uhr

vom 30.08 bis zum 27.09.23

Treff auf der Grünfläche neben dem Minigolfplatz

Weserpromenade 6, 32423 Minden

Kostenlos und ohne Voranmeldung

Workout – größtenteils mit dem eigenen Körpergewicht

Zielgruppe: 16 – 70 Jahre

Bitte eine Unterlage mitbringen (Fitnessmatte o.ä.)

Leitung: Niels Pfannenschmidt

Zumba Gold

Montags von 11:00 – 11:45 Uhr

vom 28.08 bis zum 25.09.23

Treff am Johanniskirchhof

Johanniskirchhof 4, 32423 Minden

Kostenlos und ohne Voranmeldung

Zumba – Angebot für Menschen, die ihre Koordination
und Kondition langsam und gezielt aufbauen wollen

Zielgruppe: ältere und aktive Erwachsene

Leitung: Mila Rosell-Gadischke

Disc Golf SV 1860 Minden

Montags 18:00 Uhr

vom 28.08 bis zum 25.09.23

Treff am Jahnsporplatz

Brückenkopf 14, 32423 Minden

Kostenlos und ohne Voranmeldung für alle

Leitung: Ruven Kleine

Nordic Walking Kneipp Verein Minden

Montags von 8:30 – 9:45 Uhr

vom 04.09 bis zum 02.10.23

Treff am Weserstadion

Am Weserstadion 4, 32423 Minden

Kostenlos und ohne Voranmeldung

Zielgruppe: für alle, die sich mehr bewegen wollen

– für jede und jeden, der in einen Ausdauersport
einsteigen will – für Gelenkgeschädigte und Über-
gewichtige ... und viele mehr!

Leitung: Annedore Tönsmann

Sportabzeichentreff SV 1860 Minden

Donnerstags von 17:00 – 18:30 Uhr

Treff am Weserstadion

Am Weserstadion 4, 32423 Minden

Kostenlos und ohne Voranmeldung

Mach es, dein Sportabzeichen! Ausdauer – Kraft

– Schnelligkeit – Koordination, das Deutsche

Sportabzeichen ist deine Auszeichnung für vielseitige
körperliche Leistungsfähigkeit. Bei uns kannst du
ausprobieren, trainieren und natürlich dein Sport-
abzeichen ablegen.

Zielgruppe: 16 – 99 Jahre

Leitung: Ulrike Bäumer

Fahren, Rollen und Gleiten für Kids

30.08.23 | 20.09.23 | 27.09.23

jeweils von 17:00 – 19:00 Uhr

Treff auf dem Schulhof der Hohenstaufenschule

Kuhlenstraße 70, 32427 Minden

Kostenlos und ohne Voranmeldung

Hier könnt ihr euch unter anderem auf dem Skate-,
Long-, Waveboard oder dem Skatesurfer ausprobieren

Zielgruppe: 6 – 14 Jahre

Leitung: Kornelia Bühne (Skyracer)