



Outdoor-Sportangebote  
in Minden vom 5. Juli bis  
17. September 2025



Kostenlos!

Einstieg jederzeit!

von 16 – 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.**
- **Wetterbedingte Absagen sind möglich.**
- **Bei weiteren Fragen wenden Sie sich an das Sportbüro:**  
Henrik Thielking 0571-89285 | h.thielking@minden.de

## Yoga an der Weser

---

**Samstags um 12.30 Uhr vom 05.07. bis 23.08.2025**  
**Treff an der Schiffmühle direkt an der Weser**

Weserpromenade 24, 32423 Minden  
Anmeldung jeweils bis spätestens freitags (12 Uhr) telefonisch  
unter 0571-89285 oder per Mail an sportbuero@minden.de

Zielgruppe: 16 – 99 Jahre  
Bitte eine Unterlage mitbringen (Yogamatte o.ä.)  
Leitung: Franziska Pohl (Kika)

## WeserFit – Vital

---

**Mittwochs um 18 Uhr vom 09.07. bis 27.08.2025**  
**Treff am neuen Outdoor-Fitnesspark neben dem Minigolfplatz**

Weserpromenade 6, 32423 Minden  
Anmeldung jeweils bis spätestens mittwochs (12 Uhr) telefonisch  
unter 0571-89285 oder per Mail an sportbuero@minden.de

Fitnessübungen mit moderater Intensität  
Zielgruppe: für alle, die gemeinsam aktiv sein wollen  
(Bitte ein Handtuch mitbringen)  
Leitung: Vanessa Kardetzky

## WeserFit – Power

---

**Donnerstags um 18 Uhr vom 31.07. bis 11.09.2025**  
**Treff am neuen Outdoor-Fitnesspark neben dem Minigolfplatz**

Weserpromenade 6, 32423 Minden  
Anmeldung jeweils bis spätestens donnerstags (12 Uhr) telefonisch  
unter 0571-89285 oder per Mail an sportbuero@minden.de

Intensives Ganzkörpertraining an den Fitnessgeräten  
Zielgruppe: für alle ab 16 Jahren, die Lust haben sich  
auszupowern (Bitte ein Handtuch mitbringen)  
Leitung: Steffi Vehlber, Vanessa Kardetzky

## Walking: Kneipp Verein Minden

---

**Montags 8.30 – 9.30 Uhr vom 07.07. bis 25.08.2025**  
**Treff am Weserstadion**

Am Weserstadion 4, 32423 Minden | Kostenlos und ohne Voranmeldung  
Zielgruppe: für alle, die sich mehr bewegen wollen – für alle,  
die in einen Ausdauersport einsteigen wollen – ob groß ob  
klein, dick oder dünn.  
Leitung: Annedore Tönsmann

## Boule: Begegnungszentrum Bärenkämpfen

---

**Dienstags 16 – 18 Uhr vom 08.07. bis 26.08.2025**  
**Treff am Begegnungszentrum Bärenkämpfen**

Sieben Bauern 20a, 32425 Minden | Kostenlos und ohne Voranmeldung  
Zielgruppe: 16 – 99 Jahre  
Leitung: Siegmund Lindel, Nasser Babetti

## Nordic Walking: Sport- und Freizeitzentrum Nordstadt e.V.

---

**Donnerstags von 18 – 19 Uhr vom 10.07 bis 28.08.2025**  
**Treff auf dem Bierpohlsportplatz**

Bierpohlweg 24, 32425 Minden | Kostenlos und ohne Voranmeldung  
Zielgruppe: für ältere Erwachsene, die Lust an der  
gemeinsamen Bewegung haben  
Leitung: Christa Weiß

## Denkpfad im Mindener Glacis

---

**02.07. | 16.07. | 06.08. | 20.08. | 03.09. | 17.09.2025**  
**jeweils von 14.30 – 16 Uhr**  
**Treff am Cafe Prinz Friedrich**

Johansenstraße 1, 32423 Minden | Kostenlos und ohne Voranmeldung  
Denken und Bewegen in der freien Natur mit Bewegungselementen,  
Sinnestraining und Gedächtnisübungen  
Zielgruppe: für ältere Erwachsene, welche sich körperlich  
und geistig fit halten möchten  
Leitung: Irene Hirschhausen-Spork