

Programm „Sport im Park“ Spenge 2025

Bitte beachten Sie, dass sich das Programm noch ändern kann. Das aktuelle Programm sowie Informationen zu Kursabsagen finden Sie auf der Homepage des KSB Herford unter www.ksb-herford.de/sport-im-park. Bei schlechtem Wetter finden viele Kurse entweder nicht statt oder werden an einem anderen Ort durchgeführt.

Datum	Uhrzeit	Angebot	Leitung	Sportstätte
Mo., 14.07.25	14:00 - 15:00	Rückenfit/Funktionsgymnastik (Matte mitbringen)	TV Lenzinghausen	An der Werburger Sporthalle, Lederburstraße 4, 32139 Spenge
Do., 17.07.25	15:00 - 16:00	Hula - Hoop - Fitness (Reifen mitbringen)	TV Lenzinghausen	
Fr., 18.07.25	16:30 - 18:30	Fußballvariation Kleinfeldfußball und "Walking Football"	TuS Bardüttingdorf-Wallenbrück	
Mo., 21.07.25	14:00 - 15:00	Rückenfit/Funktionsgymnastik (Matte mitbringen)	TV Lenzinghausen	
Do., 24.07.25	15:00 - 16:00	Hula - Hoop - Fitness (Reifen mitbringen)	TV Lenzinghausen	
Fr., 25.07.25	16:30 - 18:30	Fußballvariation Kleinfeldfußball und "Walking Football"	TuS Bardüttingdorf-Wallenbrück	
Mo., 28.07.25	14:00 - 15:00	Rückenfit/Funktionsgymnastik (Matte mitbringen)	TV Lenzinghausen	
Mi., 30.07.25	18:00 - 19:00	Karate für Eltern mit Kindern	TV Lenzinghausen	
Do., 31.07.25	15:00 - 16:00	Hula - Hoop - Fitness (Reifen mitbringen)	TV Lenzinghausen	
Fr., 01.08.25	16:30 - 18:30	Fußballvariation Kleinfeldfußball und "Walking Football"	TuS Bardüttingdorf-Wallenbrück	
Mo., 04.08.25	14:00 - 15:00	Rückenfit/Funktionsgymnastik (Matte mitbringen)	TV Lenzinghausen	
Mi., 06.08.25	18:00 - 19:00	Karate für Eltern mit Kindern	TV Lenzinghausen	

Programm „Sport im Park“ Spenge 2025

Bitte beachten Sie, dass sich das Programm noch ändern kann. Das aktuelle Programm sowie Informationen zu Kursabsagen finden Sie auf der Homepage des KSB Herford unter www.ksb-herford.de/sport-im-park. Bei schlechtem Wetter finden viele Kurse entweder nicht statt oder werden an einem anderen Ort durchgeführt.

Datum	Uhrzeit	Angebot	Leitung	Sportstätte
Do., 07.08.25	15:00 - 16:00	Hula - Hoop - Fitness (Reifen mitbringen)	TV Lenzinghausen	An der Werburger Sporthalle, Lederburstraße 4, 32139 Spenge
Fr., 08.08.25	16:30 - 18:30	Fußballvariation Kleinfeldfußball und "Walking Football"	TuS Bardüttingdorf-Wallenbrück	
Sa., 09.08.25	12:30 - 14:00	Twirling/Cheerleading: Tanzen mit Stab und Pom Poms	Musikcorps Lenzinghausen	
Mo., 11.08.25	19:15 - 20:15	Pilates (Matte mitbringen)	TV Lenzinghausen	
Mi., 13.08.25	18:00 - 19:00	Karate für Eltern mit Kindern	TV Lenzinghausen	
Fr., 15.08.25	16:30 - 18:30	Fußballvariation Kleinfeldfußball und "Walking Football"	TuS Bardüttingdorf-Wallenbrück	
So., 17.08.25	12:30 - 14:00	Twirling/Cheerleading: Tanzen mit Stab und Pom Poms	Musikcorps Lenzinghausen	
Mo., 18.08.25	19:15 - 20:15	Pilates (Matte mitbringen)	TV Lenzinghausen	
Mi., 20.08.25	18:00 - 19:00	Karate für Eltern mit Kindern	TV Lenzinghausen	
Fr., 22.08.25	16:30 - 18:30	Fußballvariation Kleinfeldfußball und "Walking Football"	TuS Bardüttingdorf-Wallenbrück	
So., 24.08.25	12:30 - 14:00	Twirling/Cheerleading: Tanzen mit Stab und Pom Poms	Musikcorps Lenzinghausen	
Mo., 25.08.25	19:15 - 20:15	Pilates (Matte mitbringen)	TV Lenzinghausen	