

Programm „Sport im Park“ Bünde 2026

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., 29.06.26	10:15 – 11:00	Bauch Beine Po	Inka Landwehr	Steinmeisterpark, Treffpunkt Seebühne, Zum Freibad 21, 32257 Bünde
	11:00 – 11:30	Stretching	Inka Landwehr	
	18:30 – 19:15	Fitnessworkout	Sara Jaks	
Di., 30.06.26	10:00 - 10:45	Lungensport	Eva Maria Listing	
	15:15 – 16:00	Mama Baby Fit	Julia Janoschka	
	16:00 – 16:45	Eltern + Kind Tanzen	Julia Janoschka	
	ab 17:00	Pilates	Nadine Sieker	
Mi., 01.07.26	08:30 - 09:15	Wirbelsäulengymnastik	Nicole Komyschew	
	09:15 – 10:00	Bleiben Sie mobil	Inka Landwehr	
	18:30 – 19:30	Slingtraining	Maxim Wasiljew	Treffpunkt vor dem BTW-Fitnessstudio, Zum Freibad 21, 32257 Bünde
	19:15 – 20:15	ZUMBA	Diana Schuchmann	Steinmeisterpark, Treffpunkt Seebühne, Zum Freibad 21, 32257 Bünde
	ab 18:00	Lauftreff	Regina & Dirk Sieker	
	ab 18:30	Herzsport/Long Covid	Tina König Haasen, Luba Bender	Außenanlage Siegfried-Moning-Sporthalle

Programm „Sport im Park“ Bünde 2026

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., 02.07.26	10:00 – 10:45	Hockergymnastik	Ingrid Rendler	Steinmeisterpark, Treffpunkt Seebühne, Zum Freibad 21, 32257 Bünde
Fr., 03.07.26	09:00 – 09:45	Mama Baby Fit	Svenja	
	10:00 – 10:45	Fit in den Morgen	Inka Landwehr	
	10:45 – 11:15	Stretching	Inka Landwehr	
	ab 18:00	Power Walking	Dirk Sieker	
	ab 20:00	Gymnastiksport für Herren Ü60	Peter Bonus	Außenanlage Siegfried-Moning-Sporthalle
Mo., 06.07.26	10:15 – 11:00	Bauch Beine Po	Inka Landwehr	Steinmeisterpark, Treffpunkt Seebühne, Zum Freibad 21, 32257 Bünde
	11:00 – 11:30	Stretching	Inka Landwehr	
	ab 18:00	Outdoorfitness	Irene Trittin	
	18:30 – 19:15	Fitnessworkout	Sara Jaks	
Di., 07.07.26	10:00 – 10:45	Lungensport	Eva Maria Listing	
	15:15 – 16:00	Mama Baby Fit	Julia Janoschka	
	16:00 – 16:45	Eltern + Kind Tanzen	Julia Janoschka	

Programm „Sport im Park“ Bünde 2026

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
Mi., 08.07.26	08:30 - 09:15	Wirbelsäulengymnastik	Nicole Komyschew	Steinmeisterpark, Treffpunkt Seebühne, Zum Freibad 21, 32257 Bünde
	09:15 – 10:00	Bleiben Sie mobil	Inka Landwehr	
	18:30 – 19:30	Slingtraining	Maxim Wasiljew	Treffpunkt vor dem BTW-Fitnessstudio, Zum Freibad 21, 32257 Bünde
	19:15 – 20:15	ZUMBA	Diana Schuchmann	Steinmeisterpark, Treffpunkt Seebühne, Zum Freibad 21, 32257 Bünde
	ab 18:00	Lauftreff	Regina & Dirk Sieker	
	ab 18:30	Herzsport/Long Covid	Tina König Haasen, Luba Bender	Außenanlage Siegfried-Moning-Sporthalle
Do., 09.07.26	10:00 – 10:45	Hockergymnastik	Ingrid Rendler	Steinmeisterpark, Treffpunkt Seebühne, Zum Freibad 21, 32257 Bünde
Fr., 10.07.26	09:00 – 09:45	Mama Baby Fit	Svenja	
	10:00 – 10:45	Fit in den Morgen	Inka Landwehr	
	10:45 – 11:15	Stretching	Inka Landwehr	
	ab 18:00	Power Walking	Dirk Sieker	
	ab 20:00	Gymnastiksport für Herren Ü60	Peter Bonus	Außenanlage Siegfried-Moning-Sporthalle

Programm „Sport im Park“ Bünde 2026

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., 13.07.26	10:15 – 11:00	Bauch Beine Po	Inka Landwehr	Steinmeisterpark, Treffpunkt Seebühne, Zum Freibad 21, 32257 Bünde
	11:00 – 11:30	Stretching	Inka Landwehr	
	ab 18:00	Outdoorfitness	Irene Trittin	
	18:30 – 19:15	Fitnessworkout	Sara Jaks	
Di., 14.07.26	10:00 - 10:45	Lungensport	Eva Maria Listing	
	15:15 – 16:00	Mama Baby Fit	Julia Janoschka	
	16:00 – 16:45	Eltern + Kind Tanzen	Julia Janoschka	
Mi., 15.07.26	08:30 - 09:15	Wirbelsäulengymnastik	Nicole Komyschew	
	09:15 – 10:00	Bleiben Sie mobil	Inka Landwehr	
	18:30 – 19:30	Slingtraining	Maxim Wasiljew	Treffpunkt vor dem BTW-Fitnessstudio, Zum Freibad 21, 32257 Bünde
	19:15 – 20:15	ZUMBA	Diana Schuchmann	Steinmeisterpark, Treffpunkt Seebühne, Zum Freibad 21, 32257 Bünde
	ab 18:00	Lauftreff	Regina & Dirk Sieker	

Programm „Sport im Park“ Bünde 2026

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., 16.07.26	10:00 – 10:45	Hockergymnastik	Ingrid Rendler	Steinmeisterpark, Treffpunkt Seebühne, Zum Freibad 21, 32257 Bünde
Fr., 17.07.26	09:00 – 09:45	Mama Baby Fit	Svenja	
	10:00 – 10:45	Fit in den Morgen	Inka Landwehr	
	10:45 – 11:15	Stretching	Inka Landwehr	
	ab 18:00	Power Walking	Dirk Sieker	
	ab 20:00	Gymnastiksport für Herren Ü60	Peter Bonus	Außenanlage Siegfried-Moning-Sporthalle