

Landfrauen an Rhein und Mosel

Obernkirchen. Der Landfrauenverein plant für die Zeit vom 14. bis 17. September eine Fahrt an Mosel und Rhein. Die Unterbringung erfolgt in einem Hotel in Cochem. Dort steht nach der Ankunft ein Stadtrundgang an, abends gibt es eine erste Weinprobe. Am zweiten Tag geht es nach Bernkastel-Kues. Per Schiff wird Traben-Trarbach angesteuert. Ein umfangreiches Programm ist für den dritten Tag vorgesehen mit einem Ausflug nach Boppard und einer Stadtführung mit dem „Rheinexpress“. Es folgt eine Besichtigung des Michael-Thonet-Museums in der Kurfürstlichen Burg. Per Schiff geht es weiter nach St. Goar. Auf der Rückreise ist ein Besuch im „Garten der Schmetterlinge“ im Schlosspark Sayn vorgesehen. sig

Ausstellung für Rassegeflügel

Obernkirchen. Die Obernkirchener Rassegeflügelzüchter richten am 3. und 4. Oktober in der Liethhalle eine Kreisverbandsschau aus. Parallel dazu gibt es dort eine Bezirksonderschau für Rhodeländer und Zwerg-Rhodeländer. Kreisvorsitzender Wilhelm Struckmeier, zugleich Chef des gastgebenden Vereins, rechnet damit, dass in Obernkirchen zwischen 700 und 800 Tiere ausgestellt werden – Hühner, Tauben, Enten und Gänse. Schirmherr der Veranstaltung ist Bürgermeister Oliver Schäfer. Die Mitglieder der Jury aus Fachleuten haben als höchste Auszeichnungen das Landesverbandsband, das Kreisverbandsband und das Schaumburger Band zu vergeben. r

Hobby-Turnier am 29. August

Obernkirchen. Anlässlich des Beachvolleyball-Turniers in Obernkirchen führt das Sonnenbrinkbad für alle sportlich Interessierten ein Hobby-Turnier im Beachvolleyball durch. Beginn ist am Sonnabend, 29. August, um 11 Uhr. Noch können sich Mannschaften für diesen Wettkampf anmelden, die Mannschaftsarten lauten männlich, weiblich und mixed. Pro Mannschaft sollten vier Spieler antreten, die Teilnahme ist möglich ab 14 Jahren. Der Kostenbeitrag für das Turnier ist der übliche Schwimmbadeintritt. Die Mannschaften können sich ab sofort mit ihrem Mannschaftsnamen im Sonnenbrinkbad unter Telefon (0 57 24) 90 27 32 anmelden. r

„Fit mit 60 +“: Neue Zeiten

Obernkirchen. Ab Mittwoch, 10. August, ändern sich die Zeiten für die Gymnastik „Fit mit 60 +“ des Kneipp-Vereins Obernkirchen unter der Leitung von Barbara Svenson: Gruppe 1 von 15 Uhr bis 15.45 Uhr, Gruppe 2 von 15.45 Uhr bis 16.30 Uhr im Forum der Grundschule Obernkirchen. Nähere Auskünfte erteilt Barbara Svenson unter Telefon (0 57 24) 83 89. r

Training für Wirbelsäule

Obernkirchen. Am Montag, 10. August, beginnen neue Kurse zur Wirbelsäulengymnastik beim Kneipp-Verein Obernkirchen. Hierbei handelt es sich um eine spezielle Gymnastik eigens für die Wirbelsäule und den Schultergürtel mit Musik, Hocker und Handgeräten. Sie beinhaltet eine Spannung und Entspannung mit konzentrierter Atmung. Die Leitung hat Barbara Svenson. Die Kurse finden jeweils montags im Forum der Grundschule am Kammweg in Obernkirchen statt. Der Kurs V beginnt am Montag, 10. August, um 16.30 Uhr. Er umfasst 16 Übungseinheiten à 45 Minuten. Kurs VI beginnt ebenfalls am 10. August, jedoch um 17.15 Uhr. Auch dieser Kurs umfasst 16 Übungseinheiten à 45 Minuten. Nähere Auskünfte erteilt Svenson unter Telefon (0 57 24) 83 89. r

Gemeinde geht aufs Wasser

Vehlen. Für Sonnabend, 30. August, plant die evangelische Kirchengemeinde Vehlen einen Gottesdienst ganz besonderer Art. Beim Auftakt um 14.30 Uhr gibt es zunächst ein Programm für Kinder, das sich um ein Schiff und um Wasser dreht. Nach einem Kaffeetrinken geht es gegen 16.30 Uhr zur Schachtschleuse nach Minden (zwei Stunden auf der Weser)s. Wer teilnehmen möchte, sollte sich rechtzeitig anmelden. sig

Mitspieler für Vereinsduell

Obernkirchen. An der Veranstaltung „Energie ohne Grenzen“ am 15. und 16. August möchte auch „Haus&Grund Schaumburg-Obernkirchen“ teilnehmen und benötigt noch Mitspieler. Es findet ein Vereinsduell statt, wobei fünf Mitspieler vom „Haus&Grund“ gestellt werden müssen. Der beste Verein erhält (mindestens) 1000 Euro Gewinnprämie. Anmeldungen sind unter Telefon (01 73) 9 37 68 65 möglich. r

Zwei Kurse für Pilates

Obernkirchen. Der MTV Obernkirchen bietet für Freitag, 7. August, zwei Pilates-Kurse an. Pilates ist ein Workout zur Kräftigung der Rumpfmuskulatur und Verbesserung von Balance und Haltung. Die Kurse finden von 9 bis 10 und von 10.15 bis 11.15 Uhr im Übungsraum des Sonnenbrinkbades statt. Die Leitung hat Physiotherapeutin Andrea Röwer. Anmeldung und Infos bei Andrea Röwer unter Telefon (0 57 24) 44 21. Der Kurs wird von den meisten Krankenkassen als förderungswürdig anerkannt. r

Golf-Treffen für Nichtgolfer

Obernkirchen. Am Sonnabend, 8. August, veranstaltet der Golfclub Schaumburg ab 13 Uhr ein Golfer-Nichtgolfer-Turnier. Golfinteressierte können dabei an der Seite eines erfahrenen Golfers erste Turniererfahrungen auf dem Platz sammeln. Dort kann jedermann die Facetten des Golfsports kennenlernen. Wer dabei sein möchte, meldet sich bis zum 6. August unter Telefon (0 57 24) 46 70 an. Die Teilnahme kostet fünf Euro. Schläger und Bälle werden gestellt. r

„Rücken Fit“ mit dem MTVO

Obernkirchen. Ab August führt der MTV Obernkirchen den Kurs „Rücken Fit“ durch. „Rücken Fit“ ist eine anerkannte Rückenschule und Fitnessstraining zur Stärkung der Rückenmuskulatur und den angrenzenden Bereichen Bauch, Beine und Po. Start ist am Donnerstag, 6. August, um 9.15 Uhr im Übungsraum des Sonnenbrinkbades. Dauer des Kurses sind zehn Übungsstunden. Der Kurs wird von den meisten Krankenkassen anerkannt. Um Voranmeldung wird gebeten, da die Teilnehmerzahl begrenzt ist. Anmeldung und Infos bei Andrea Röwer unter Telefon (0 57 24) 44 21. r

Motivation und Führung richtig vermitteln

Wirtschaftsförderverein lädt zu Vortrag ein / Anmeldung

Obernkirchen. Der Verein für Wirtschaftsförderung in Obernkirchen lädt alle Interessierten zu einem Vortrag am Dienstag, 24. August. Der Kommunikationstrainer und -coach Reinhard Koch wird mit einem Referat zu den zentralen Fragen von Führung und Motivation Stellung nehmen. Anschließend bietet sich Gelegenheit zu einer offenen Diskussion, in der auch die Teilnehmer ihre Erfahrungen und Einschätzungen zu diesem Thema einbringen können. Der Referent ist seit 20 Jahren Trainer für Kommunikation sowie Mental-Coach. Der Vortrag beginnt am 24. August um 19 Uhr im Hause Schluke Nr. 7 in Obernkirchen. Um Voranmeldungen wird gebeten unter Telefon (0 57 24) 3 97 29 90 beziehungsweise per Telefax unter (0 57 24) 3 97 29 91 oder per E-Mail an die Adresse info@koch-coaching.de bis zum 21. August. Für Mitglieder des Vereins ist der Vortrag kostenfrei, Nichtmitglieder zahlen 25 Euro. r