

Gymnastik für die Wirbelsäule

Obernkirchen. In diesem Jahr gibt es beim Kneipp-Verein sechs Kurse zur Wirbelsäulengymnastik. Dabei handelt es sich um eine Gymnastik 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. Übungsort ist das Forum der Grundschule am Kammweg jeweils montags. Der Kurs I beginnt am Montag, 12. Januar, um 17 Uhr und umfasst insgesamt elf Übungseinheiten à 45 Minuten. Kurs II beginnt auch 12. Januar um 17.45 Uhr mit ebenfalls elf Übungseinheiten à 45 Minuten. Auskünfte gibt Kursleiterin Barbara Svenson, Telefon (0 57 24) 83 89. r

Gottesdienst in Ahnsen

Vehlen. Die Kirchengemeinde Vehlen lädt für Sonntag, 11. Januar, zum Gottesdienst im Rahmen der Allianzgebetswoche nach Ahnsen in die Freie evangelische Gemeinde ein. An der von Sonntag bis Donnerstag stattfindenden Allianzgebetswoche nehmen die Freie evangelische Gemeinde Bad Eilsen und die evangelische Kirchengemeinden Bad Eilsen und Vehlen teil. Am Sonntag ist daher in Vehlen kein Gottesdienst sondern um 10 Uhr in Ahnsen („Grüne Eiche“). Ein fester Busdienst ist ab 9.40 Uhr von der Kirche in Vehlen eingerichtet. Der Bestell-Busdienst läuft über die Rufnummer (0 57 24) 91 31 60. Nähere Informationen zur Allianzgebetswoche sind auf www.vehlen.de zu finden. r