Fahrt zum Spargelbüfett

Obernkirchen. Die Ortsgruppe Obernkirchen des Sozialverbandes plant eine Fahrt zum Spargelbüfett nach Almena. Start ist morgen, Dienstag, um 17 Uhr, der Bus hält an den bekannten Haltestellen. Die Kosten belaufen sich auf 23 Euro, Anmeldungen nimmt bis zum 27. April Marie-Luise Schmidt entgegen: Telefon (0 57 24) 10 84. r

Zur Bikini-Idealfigur – ganz ohne Hungerkur

Kostenlose Kurse zur Gewichtsreduktion

Wer nach dem langen Winter nicht mehr in die Sommergarderobe vom letzten Jahr passt, kann wieder hoffen: Die BKK 24 verspricht jetzt den Weg zur Idealfigur ohne Hungerkur und spendiert ihren Kunden Kurse zur Gewichtsreduktion.

Obernkirchen/Stadthagen. Was dabei ganz anders ist als bei den eher schädlichen und meist wenig erfolgreichen Frühlingsdiäten, das verrät die BKK 24 am heutigen Montag um 17.30 in Obernkirchen im BKK-Gebäude und in Stadthagen ab 19.30 Uhr im „Looms Sports&Wellness“ sowie in Rinteln am Donnerstag, 30. April, um 19.15 Uhr im Gebäude der Volkshochschule. Unter professioneller Anleitung erfahren die Teilnehmer wie sie Gewicht verlieren und dauerhaft schlank bleiben können. Die Teilnehmer lernen in acht Einheiten zu jeweils 90 Minuten, was gesunde Ernährung bedeutet und wie sie sich unkompliziert in den Alltag integrieren lässt. „Motivation statt Frustration“ heißt das Erfolgsrezept dieses Angebotes der BKK 24, bei dem auch Mitglieder anderer Kassen gegen Gebühr dabei sein können. Anmeldungen werden ab sofort unter Telefonnummer (0 57 24) 97 10 oder in BKK 24 Service-Centern entgegengenommen. r

Cocktailbar im Schwimmbad

Obernkirchen. Warum ändern, was sich bewährt hat? Daher wird erneut zum Schwimmen in den Mai geladen. Von 19 bis 1 Uhr nachts gibt es am Donnerstag, 30. April, Livemusik von Lazlo, die Cocktailbar wird zum ersten Mal in dieser Saison geöffnet, dazu werden Antipasti gereicht. Es wird der normale Schwimmbadeintrittspreis erhoben. r

Blasorchester: Neue Kurse

Krainhagen. Der TSV Krainhagen lädt für Sonntag, 17. Mai, zu einem Vorspielnachmittag in die Vereinshalle am Sportplatz ein. Ab 14.30 Uhr werden dort fast 50 Nachwuchsmusiker ihre Fortschritte präsentieren. Außerdem gibt es eine Instrumentenschau, bei der sich die Besucher über die Funktion informieren und selbst üben können. Nach den Sommerferien beginnt das Blasorchester mit neuen Kursen für die musikalische Ausbildung. Das Angebot richtet sich an alle Altersklassen. Für Kinder ab vier Jahren gibt es die musikalische Früherziehung. Ab sechs Jahren schließt sich der Blockflötenunterricht an und ein Jahr später die Ausbildung an den anderen Musikinstrumenten. Darüber hinaus bietet der TSV allen Musikbegeisterten die Chance, das Erlernte im Jugendblasorchester oder im Hauptorchester zu erweitern und zu vertiefen. Neue Musiker sind jederzeit willkommen. Als Ansprechpartner stehen der Spartenleiter Frank Konczak, Telefon (0 57 24) 81 59, und Frank Rohlf, Telefon (0 57 24) 9 80 62, zur Verfügung. sig

OBERNKIRCHEN HEUTE

Heute

Jugendfeuerwehr Gelldorf: Dienst, 17.30 Uhr.

MTV Oberkirchen: Eltern & Kind, 1,5 bis 3 Jahre, 16 Uhr. Kinderturnen 3 bis 6 und 6 bis 8 Jahre, 16 Uhr, beides Kreissporthalle. Handball 8 bis 11 Jahre, 16 Uhr Grundschulhalle.

SVO Jugendfussball: A-Junioren, 19 bis 20.30 Uhr. C- Junioren, 17 bis 18.30 Uhr, Johann Heinrich Bornemann-Stadion.

MTV Bike On: Tourenrad, Treffen Marktplatz, 17.30 Uhr.

TSV Krainhagen: Top Fit, 18.45 bis 19.45 Uhr. Gymnastik für Damen, 20 bis 21 Uhr, Vereinshalle TSV Krainhagen.

Petticoats & Co: Training Grundschule Krainhagen, 19.30 Uhr.

TSC Gelldorf: Training für Erwachsene 18.15 bis 19.45 Uhr und 19.45 bis 21.15 Uhr, „Gelldorfer Krug“.

Kneipp-Verein: Gymnastik „Fit mit 60+“, 14.30 und 15.15 Uhr. Gymnastik für die Wirbelsäule, 16.15 und 17.45 Uhr, Forum Grundschule. Ballspiele für Kinder ab 6 J., 15 Uhr. Abenteuerturnen für Kindergartenkinder, 15.30 bis 16.30 Uhr. Powergymnastik, 19.30 Uhr. Volleyball-Hobbygruppe, 20.30 Uhr, Turnhalle Grundschule.

Spielmannszug Oberkirchen: Übungsabend im Dorfgemeinschaftshaus Gelldorf, Kinder 18.30 bis 20 Uhr, Erwachsene 19.30 bis 21 Uhr.

Sonnenbrinkbad: Montag, Dienstag und Donnerstag 6 bis 12 und 16 bis 19 Uhr, Mittwoch und Freitag 6 bis 12 und 16 bis 20 Uhr, Sonnabend 8 bis 17 Uhr, Sonntag 8 bis 13 Uhr.