

Mittagsimbiss aus Kräutern

Obernkirchen. Der Kneipp-Verein in Obernkirchen veranstaltet eine Kräuterwerkstatt für Erwachsene. Im Stiftswald und auf den Wiesen in der Umgebung der Grundschule kann man eine Fülle an Essbarem finden. Gerade im Frühling bieten sich zahlreiche Wildkräuter als regelrechte Fitmacher an. Im Kurs werden Unterscheidungsmerkmale giftiger und essbarer Wildpflanzen sowie die Zubereitung von Blättern, Knospen und Blüten zu schmackhaften und verträglichen Salaten und Gerichten vermittelt. In der Küche der Grundschule wird gemeinsam ein „wilder“ Mittagsimbiss zubereitet. Später wird es ein Kräutermenü aus Gundermann-Ananassalat, Neunkräuter-Suppe, Wildkräuter-Quiche und einem Blüten-Dessert geben. Mitgebracht werden sollten ein Getränk für unterwegs, ein Sammelgefäß sowie ein Messer oder eine Schere zum Ernten. Die Leitung hat die Diplombiologin Sieglinde Fink. Treffpunkt ist am 25. April um 10 Uhr an der Grundschule Obernkirchen. Das Ende der Veranstaltung wird gegen 17 Uhr sein. 25 Euro zahlen Mitglieder und 30 Euro Gäste. Die Teilnehmerzahl ist auf 20 begrenzt. Anmeldungen nimmt Heike Radecke, Telefon (0 57 21) 20 79 an. r

Nordic Walking beim Kneipp-Verein

Obernkirchen. Am 20. April startet der Kneipp-Verein Obernkirchen mit zwei Nordic-Walking-Einführungskursen: Kurs I montags und donnerstags um 9.30 Uhr, Kurs II montags und donnerstags um 18.30 Uhr. Beide Kurse enden am 4. Juni. Geleitet wird der Kurs von Gerhard Warnke, Übungsleiter für Präventionssport und Nordic-Walking-Trainer. Treffpunkt ist der Schulbusbahnhof am Stiftswald. Nordic-Walking-Stöcke werden zur Verfügung gestellt. Krankenkassen können den Kurs bezuschussen. Um Voranmeldung wird gebeten. Informationen und Anmeldung gibt es bei Gerhard Warnke, Telefon (0 57 24) 65 44. r

Kurzreise nach Schloss Pillnitz

Obernkirchen. Der Kneipp-Verein Obernkirchen fährt in der Zeit vom 19. bis 21. Juni zu einer Kurzreise nach Dresden. Bei einer Stadtführung werden die Schönheiten Dresdens gezeigt, die Frauenkirche und die Semperoper besichtigt. Auch eine Schifffahrt nach Pillnitz mit dem Besuch des Schlossparks steht auf dem Programm. Diese Reise wird angeboten und ausgeführt von der Firma „Mühlmeister“. Weitere Auskünfte unter Telefon (0 57 24) 65 44. Um Voranmeldung wird gebeten. Auch Nichtmitglieder können an der Reise teilnehmen. r

Frühstück des SV 45 morgen

Krainhagen. Der Krainhäger Sportverein „SV 45“ macht sportlich mobil: Morgen, Sonntag, treffen sich um 9.30 Uhr in den „Bürgerstuben“, Am Freizeitzentrum 1, die Spieler der künftigen Herrenmannschaft zu einem Frühstück. Dabei wird der Vorsitzende Ulrich Hase über die Planungen für die kommende Spielzeit sprechen. sig