



Programm „Sport im Park“ für alle Interessierten 21. Juli bis 31. August 2026

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
10.00-11.00 Uhr: Pilates-Mix Mit Ralf Ohloff Sportanlage Kuhstraße 49, Westerholt Nur am: 20.7., 27.7. und 3.8.26 !!!Bitte Matte mitbringen!!! 18.00-19.00 Uhr: Walking im Katzenbusch Mit Ralf Ohloff und Melanie Nommensen Katzenbuschstraße 5, Herten Durchgehendes Angebot	14.30-15.30 Uhr: Wirbelsäulengymnastik Mit Ralf Ohloff Sportanlage Kuhstraße 49, Westerholt Nur am: 21.7., 28.7. und 4.8.26 18.00-19.00 Uhr: Walking Halde Mit Gustav Küpper Halde Hoheward, Herner Str.198 Durchgehendes Angebot 18.00-18.50 + 19.00-19.50 Uhr Outdoorsport mit Hans König Sportanlage Kuhstraße 49 Durchgehendes Angebot	10.00-10.45 + 10.50-11.35 Uhr: Outdoorsport Mit Karin u. Hermann Bertling Sportanlage Kuhstraße 49 Westerholt Nur am: Termine folgen noch 16.15-17.45 Uhr: QiGong Mit Peter Kröninger Sportanlage Kuhstraße 49 Nur am: 22.7., 29.7. und 5.8.26 18.00-19.00 Uhr: Walking Mit Hartmut Olk Katzenbuschstraße 5, Herten Durchgehendes Angebot	10.30-11.30 Uhr: Pilates Mit Gabi Augustin Sportanlage Kuhstraße 49, Westerholt Nur am: 23.7., 30.7. und 6.8.26 !!!Bitte Matte mitbringen!!! 18.00-19.00 Uhr: Walking Halde Mit Josef Peters Halde Hoheward, Herner Straße 198, Herten Durchgehendes Angebot
Freitag	Fahrradtouren	Linedance	Hinweise
10.00-11.00 Uhr: Walking im Schlosspark Mit Norbert Huhne u. Hans König Treffpunkt: Parkplatz Süder Süd-Grundschule, Heinrich-Lersch-Straße 23, Herten Durchgehendes Angebot 10.30-11.30 Uhr: Gesundheitsgymnastik Mit Ralf Ohloff Sportanlage Kuhstraße 49, Westerholt Nur am: 24.7., 31.7. und 7.8.26	Immer freitags um 15.00 Uhr Mit Hans König Treffpunkt: Zeche Schlägel & Eisen - Förderturm Glückauf-Ring 35, 45701 Herten Strecke: immer Rundtour mit ca. 25km Länge und Einkehr Tempo: gemäßigt !!!Bitte vor Beginn Reifen und Akku überprüfen!!! Durchgehendes Angebot Wetterbedingte Absagen auf www.koronarsport.eu nachzulesen	2 Schnupperabende im Schlosspark: Donnerstag, 30.07.2026 und Donnerstag, 27.08.2026 Jeweils um 18.30-20.00 Uhr Mit Lena Weller Treffpunkt: Große, kreisförmige Lichtung gegenüber dem LWL-Klinik-Parkplatz Für Anfänger geeignet	Alle Vereinsinfos auf unserem kostenlosen Kanal nachlesen:  Koronarsportverein Herten WhatsApp Kanal  Wenn du diesen Kanal-QR-Code mit jemandem teilst, kann diese Person ihn mit ihrer Kamera scannen, um deinen Kanal anzusehen und ihn zu folgen.