



Skigemeinschaft Nordschaumburg e.V.

## Newsletter 2 / 22

Liebe Sportfreundinnen und Sportfreunde!

Die Wintersaison ist beendet, der Frühling ist da, Corona ist irgendwie im Hintergrund und wir gehen wieder raus und hoffen alle unsere Ideen und Veranstaltungen umsetzen zu können.

### **Training ab 21.04.2022**

<b>Sportabzeichen</b>	<b>montags 18.00 – 20.00 Uhr</b> auf dem Sportgelände Bad Nenndorf
<b>Rückengymnastik</b>	<b>montags 19.00 – 20.00 Uhr</b> auf dem Sportgelände Bad Nenndorf bitte eigene Matte mitbringen
<b>Fitnessstraining</b>	<b>dienstags von 18.30 – 19.30 Uhr</b> im Kurpark Treffpunkt: Sonnengarten bitte eigene Matte mitbringen
<b>Nordic Walking</b>	<b>mittwochs von 18.00 – 19.00 Uhr</b> Treffpunkt: Cecilienhöhe
<b>Lauftreff</b>	<b>donnerstags von 18.30 – 19.30 Uhr</b> im Kurpark Treffpunkt: Haus Kassel
<b>Bewegung im Kurpark</b>	<b>freitags 10.00 – 11.00 Uhr</b> im Kurpark Treffpunkt: Haus Kassel
<b>Waldlauf /Walking / Nordic Walking</b>	<b>sonntags 9.30 . 10.30 Uhr</b> Treffpunkt Cecilienhöhe

### **ZENbo® Balance**

Für Freundinnen und Freunde der ruhigen Bewegung haben wir etwas neues im Angebot, das an unsere Qi-Gong Übungsstunden anknüpft. Es ist nicht einfach hierfür qualifizierte Lehrer / innen zu bekommen. Deshalb freuen wir uns, mit Ute Martin eine ausgebildete ZENbo® Balance – Lehrerin gewonnen zu haben. Bitte habt deshalb auch Verständnis dafür, dass wir auch dieses nur in Kursform anbieten können. Was ZENbo® Balance ist und nähere Informationen zum Kurablauf entnehmt ihr bitte der Anlage.

<b>Zeitraum:</b>	04.05. – 07.07.2022 (insges. 10 Einheiten)
<b>Uhrzeit:</b>	Mittwoch / Donnerstag 18.15 Uhr
<b>Treffpunkt:</b>	Kurpark, Eingang Süntelbuchenallee
<b>Kosten:</b>	36,- € für Mitglieder, 54,- € für Nichtmitglieder
<b>Übungsleiter:</b>	Ute Martin
<b>Anmeldung:</b>	ausschließlich online unter <a href="mailto:sgns.training@t-online.de">sgns.training@t-online.de</a> unter Angabe des Kurses und des Namens.
<b>Wichtig</b>	Der Kurs findet nur statt, wenn sich mind. 6 Teilnehmer anmelden

## Paddeltour

Termin:	19.06.2022
Wanderung:	Wir paddeln auf der Leine von Bordenau bis Neustadt ca. 2-3Std. Die Anfahrt erfolgt von Bad Nenndorf aus mit dem Bürgerbus und die Rückfahrt von Neustadt mit dem Zug.
Kosten:	Es fallen 30,- € für die Kanus und den Bürgerbus an. Die Fahrkarte für die Rückfahrt kauft jeder selbst.
Anmeldung:	Bis zum 29.05.2022 bei Heiner Matthias. <b>Es sind nur noch wenige Plätze frei.</b>
Ansprechpartner:	Heiner Matthias, <a href="mailto:heiner.matthias@t-online.de">heiner.matthias@t-online.de</a>

## Stadtradeln vom 19.05. – 18.06.2022

Bad Nenndorf macht in diesem Jahr wieder mit beim Wettbewerb Stadtradeln. Ziel ist es so viel km mit dem Rad zu absolvieren, wie möglich. Dafür kann man durchaus auch einmal sein Auto stehen lassen. Über die Einzelheiten könnt ihr euch hier informieren:

<https://www.badnenndorf.de/kultur-veranstaltungen/va-tipp/stadtradeln-29-5-18-6-2022/>

Wir haben uns als Skigemeinschaft Nordschaumburg dazu angemeldet. Bitte registriert euch für die Samtgemeinde Nenndorf und die SGNS hier: <https://www.stadtradeln.de/home> und gebt **jeden** mit dem Fahrrad gefahrenen Kilometer ein und lasst dafür auch schon einmal das Auto stehen. Wir werden in dieser Zeit auch einige Touren anbieten und melden uns rechtzeitig.

## Biergartentasting

Natürlich wollen wir auch wieder die Biergärten der näheren Umgebung testen. Hier die Termine bis zu den Sommerferien:

Termine:	13.05.2022 17.06.2022 (Stadtradeln) 08.07.2022
Beginn:	18.30 Uhr am Hallenbad in Bad Nenndorf mit dem Fahrrad
Geplanter Ablauf:	ca. 1 Std. Fahrradtour, ca. 1 Std. Biergarten-Tasting, ca. 30 Min. – 1 Std. Rückfahrt
Anmeldung:	Keine, einfach kommen

## Bouleturnier

Die Boulefreunde Bad Nenndorf richten in diesem Jahr eine Stadtmeisterschaft ausschließlich für Hobbymannschaften aus. Ligaspieler sind nicht zugelassen. Die Ausschreibung ist in der Anlage beigefügt. Wir sollten als SGNS mit einer oder mehreren Mannschaften teilnehmen. Wer Interesse hat, melde sich bitte bis spätestens 08.05.2022 bei Uli Dehne ( [ulrich.dehne@t-online.de](mailto:ulrich.dehne@t-online.de) ).

## Kurparklauf

Es sieht so aus, dass wir in diesem Jahr endlich den 22. Kurparklauf starten lassen können und zwar am **11.06.2022**. Die Vorbereitungen sind bereits in vollem Gange. Wir sind auch in diesem Jahr wieder auf reichlich Unterstützung angewiesen. Während des Volkslaufes wollen wir auch in diesem Jahr einen Stand unterhalten, an dem wir wieder Kaffee und Kuchen verkaufen. Helfer sind immer gern willkommen:

- Für den **Kurparklauf** werden noch Helfer benötigt. Wer Lust hat, melde sich bitte bei Uli Dehne (Tel. 05723/3857)
- Auch in diesem Jahr nehmen wir gern wieder **Kuchen** zum Verkauf an. Bitte habt Verständnis dafür, dass wir nicht jeden einzeln ansprechen können. Bringt den Kuchen einfach entweder am 11.06. zu unserem Stand im Kurpark oder meldet Euch bei Doris Matthias (05723/75692), die auch in diesem Jahr wieder die Koordination übernommen hat.

Wir freuen uns auf schöne Erlebnisse mit Euch

**Euer Vorstand**