

NOTDIENSTE

Apotheken

Notdienst-Apotheke, 0800 00 228 33, Herford.

Löwen-Apotheke, 9.00 bis 9.00, Neuer Markt 8, Kirchlegern, Tel. (05223) 7 12 80.

Sonnen-Apotheke, 9.00 bis 9.00, Löhner Str. 225, Hiddenhausen, Tel. (05223) 9 82 60.

Ärzte

Notfallpraxis am Klinikum Herford, Hausbesuchanforderung, heute geöffnet 18.00 bis 22.00, ärztlicher Bereitschaftsdienst kostenlos 116 117.

Krankenhäuser

Klinikum, Schwarzenmoorstraße 70, Tel. 9 40.
Mathilden Hospital, Renntormauer 1-3, Tel. 59 30.

Augenarzt

Augenärztlicher Notfalldienst, 0180 50 44 100, ab 24.00 bis 8.00, Augenambulanz Klinikum Rosenhöhe, (05 21) 9 43 85 33.

HNO

HNO-Notdienst, ab 22.00 bis 8.00: HNO-Klinik im Klinikum Bielefeld-Mitte (0521) 581-0 und HNO-Klinik im Klinikum Minden (0571) 790-0, bundesweit Tel. 116 117.
Dr. med. D. Walter, 18.00 bis 22.00, tel. Voranmeldung erbeten, Bahnhofstraße 34, Bünde, Tel. (05223) 29 99.

Kinderarzt

Kinderärztlicher Notdienst, ab 22.00 Kinderklinik im Klini-

kum Herford, Tel. (05221) 94 12 04, bundesweit Tel. 116 117.
Gemeinschaftspraxis Beckmann/Klinkert, 18.00 bis 22.00, tel. Voranmeldung erbeten, Engerstr. 26, Tel. 1 87 09 90.

Zahnarzt

Zahnärztlicher Notfalldienst, Herford, Tel. 5 18 38.

Sonstige Notdienste

Gift-Notruf, Bonn, Tel. (0228) 1 92 40.

Frauenhaus, erreichbar Tag und Nacht, Tel. 2 38 83.

Kinderschutzbund, Münsterkirchplatz 7, Tel. 8 67 47.

Telefonseelsorge, Tel. (0800) 1 11 01 11.

Pflegenotfall-Telefon Herford, Tel. 2 75 01 20, bei Anruf-Pflege, DRK häusliche Pflege.

Psychosozialer Krisendienst, 8.30 bis 22.00, Borriesstr. 1, Tel. 13 16 08.

Frauenberatung und Notruf gegen sexuelle Gewalt, 15.00 bis 17.00, offene Beratung, Frauenberatungsstelle, Unter den Linden 29, Tel. 14 43 65.

Störungen

Westfalen – Weser, Netz GmbH, Entstörungsdienst für Strom-, Erdgas- und Wasser-Netz, Tel. (05251) 2 02 03 00.

Stadtwerke Herford und Gas- und Wasserversorgung Hiddenhausen, Störungsnummer 080 09 22 92 20.



Klassiker: Die Balancenummer auf der Leiter bringt besonders viele Akteure des Kinder- und Jugendzirkus Funtastic auf die Bühne. Der Applaus des Publikums ist den jungen Artisten sicher. FOTOS: RALF BITTNER

Bewegung, die Spaß macht

Sportkunst-Convention: Sport zum Ausprobieren und als Varieté auf der Bühne

VON RALF BITTNER

Herford. Hans Wolfs, Trainer für das Sportbogenschießen, korrigiert Hand-, Arm- und Schulterhaltung von Christian Aalbers, einem der Teilnehmer im Workshop Bogenschießen. Einen Bogen hat er dabei nicht in der Hand. „Das wird auch erst gegen Ende des zweiten Blocks am Sonntag so sein“, sagt Wolfs. Eine grundlegende Einführung, die aber gleichzeitig Anfängern den Sport schmackhaft machen soll – das ist die Idee des Workshops.



Konzentration und Haltung: Hans Wolfs (l.) zeigt Christian Aalbers, worauf es ankommt – zunächst ohne Bogen.

Zum dritten Mal hatte Joachim Damm von der Turngemeinde Herford eine Sportkunst-Convention organisiert. Wieder wurden in drei Blöcken 23 Einführungskurse in verschiedene Bewegungskünste, Sportarten oder darstellende Künste angeboten. „Einige wie der Umgang mit Feuerpois oder Le Parkours sind inzwischen so etabliert, dass wir Anfänger und Fortgeschrittenkurse anbieten können“, sagte Damm: „Immerhin 18 Workshops fanden statt, und auch Neues wie die japanische Fechtkunst Kendo oder das brasilianische Capoeira waren gefragt. Einige Kurse wie Lindy Hop sind quasi sofort ausgebucht, andere kommen mangels Teilnehmern nicht zustande.“

„Gemeinsam ist allen Angeboten die Idee, Menschen zwanglos mit neuen Sport- und Bewegungsformen ohne Wettbewerbsgedanken und miteinander in Berührung zu bringen“, sagte Damm. Auch gemeinsames Mittagessen und die Option, sich auf einer offenen Bühne zu präsentieren, gehören zum Konzept.

„Einige kommen nur wegen einer ganz bestimmten Sportart, die es sonst möglicherweise nicht in Herford gibt, andere probieren mehrere Angebote aus“, so Damm. Dazu gehört auch Aalbers. Der hatte genau die grundlegende Einführung durch einen professionellen Trainer in das Bogenschießen erwartet, die er geboten bekam: „Wenn ich am Ende des zweiten Blocks die Scheibe treffe, bin ich zufrieden.“ Außer zum Bogenschießen hatte er sich auch für Tai Chi und Le Parkour angemeldet: „Zum Glück habe ich in jedem Kurs einen Platz bekommen.“

Als Abendprogramm präsentierte die TGH im Forum der Gesamtschule, während der beiden Workshop-Tage organisatorischer Knotenpunkt der Sportkunst-Convention, die dritte Auflage des Tagträumer-

Varietés, das 2009 und 2011 im Theater stattgefunden hatte.

Die Clowns Beppo (Canip Gündogdu), Rübe (Daniel Scholz) und Mo (Cornelia Rössler) gingen diesmal auf eine abenteuerliche Reise mit ebenso abenteuerlichen und lustigen Begegnungen. Mit Jonglage, Balance auf der Laufrolle, Einrad, Diabolo und Leiterakrobatik zeigten die Artisten vom Kinder- und Jugendzirkus Funtastic ihr Können. Die Rollkünstlerinnen vom RRC Lohe zeigten Pirouetten, Tanz auf Rollen und die Black Beats, eine Streetdance-Formation aus Enger, zeigte was passiert, wenn man auf dem Friedhof campiert: nämlich eine Tanzshow im Look von Michael Jacksons Thriller. Dass sich auf der relativ kleinen Bühnen mit ein, zwei oder vier Rädern eine ganze Menge anstellen lässt, bewiesen die Kunstradfahrerinnen vom RSV Wittekind, und die kühnen Recken der Schwertkampfschule Krifon sorgten für Lacher: wann steigert sich auch schon der Kampf um den besten Platz am Strand bis zum Duell auf Lachen und Tod, das mal mit Plastikbananen, mal mit dem Schwert ausgestattet wird?

Die zwei Stunden machten Spaß und zeigten, wohin es Bewegungskünstler mit ein wenig Übung bringen können. Mu-



Action: Die Kämpfer der Herforder Schwertkampfschule Krifon können's auch komisch.



Eleganz und Akrobatik: Die Kunstradfahrerinnen zeigen beides.



Tanzeinlage: Auf dem Friedhof tanzen die Black Beats.

sikalisch umrahmt wurde der Abend von Bastian Rabeneck und Moritz Herrmann mit Gitarre und Gesang, da der Rest ihrer Band Dreamers & Renegades verhindert war.



Reiseleiter mit roten Nasen: Die Clowns Beppo, Mo und Rübe (r.) führen durch die bewegungsfreudige Bühnenreise.



Tempo: Die Rollkünstlerinnen aus Lohe auf der Bühne.

FAMILIEN-CHRONIK

Geburtstag

Herford.
Ina Redecker, 101 Jahre.

Excel für Senioren

Herford. Einen Grundlagenkurs in Tabellenkalkulation mit Excel bietet der Verein für Informationsverarbeitung OWL in Bad Salzuflen vom 5. bis 26. September an. Dieser Lehrgang wendet sich in erster Linie an ältere Mitbürger. Anmeldungen werden bis zum 30. August unter Tel. (0 52 22) 9 60 43 83 oder per E-Mail an info@vivaowl.de entgegen genommen.

Preiskatturnier im Bürgerzentrum

Herford. Skatspieler aus Herford und Umgebung haben Gelegenheit, ihr Können unter Beweis zu stellen: Das Bürgerzentrum Haus unter den Linden (HudL), Unter den Linden 12, veranstaltet am Freitag, 22. August, ab 14 Uhr ein Preiskatturnier. Interessenten jeden Alters können sich bei Hartmut Giebel unter Tel. (0 52 21) 1 89 10 11 anmelden.

Fotografie-Workshop im Jugendzentrum

Herford. Einen Fotografie-Workshop für Jugendliche zwischen 12 und 13 Jahren bietet der Stadtjugendring in Kooperation mit dem Kulturrucksack NRW und dem Fotostudio taoa (the art of art); Leiterin ist eine professionelle Fotografin. Es geht los am Montag, 25. August, um 17 Uhr im Jugendzentrum ToTT, Waisenhausstraße 1 in der ersten Etage; alle weiteren Termine werden dann gemeinsam geplant.

Die im Projekt entstandenen Fotos sollen in einer Ausstellung zu sehen sein. Weitere Informationen und Anmeldung beim Stadtjugendring Herford, per Mail an daniela.menke@tott.de oder per Telefon unter (0 52 21) 9 96 70 70.

Neurolinguistisches Programmieren

Herford. Einen kostenlosen Informationsabend zum Neurolinguistischen Programmieren (NLP) bietet die Volkshochschule (VHS) an; Zeit und Ort: Montag, 25. August, um 20 Uhr in der VHS am Münsterkirchplatz. NLP ist ein Kommunikations-, Persönlichkeits- und Motivationsmodell. Es wird in vielen Bereichen der Kommunikation angewandt, insbesondere in Beratung, Therapie und Coaching, aber auch in Sport, Wirtschaft und Pädagogik. Der erfahrene NLP-Experte Nikolai Hotzan stellt das Konzept und die Möglichkeiten, aber auch die Grenzen und Gefahren des Neurolinguistischen Programmierens vor.

Nähere Informationen gibt es bei der VHS unter Tel. (0 52 21) 5905-16 oder unter im Internet unter www.vhsimkreisherford.de.

Einem Teil unserer heutigen Ausgabe (ohne Postbezieher) liegt folgender Prospekt bei:

Unsere Kunden belegen oftmals nur Teilausgaben für ihre Prospekte. Daher kann es vorkommen, dass Sie heute den untenstehend genannten Prospekt nicht vorfinden. Weitere Fragen beantworten wir Ihnen gerne! Telefon (05 21) 5 55-6 26 oder Fax (05 21) 5 55-6 31



Anzeige

Mittagstipp

Gut und günstig essen

am 19. August 2014

Restaurant Nil

Tel. 18 71 90, Kurfürstenstraße 4, 32052 Herford

Täglich wechselndes Mittagsangebot vom Büfett mit frischen Salaten, Antipasti, warmen und kalten Speisen und Dessert

Sonntags großes Frühstücksbüfett ab 9 Uhr

8,90 €
12,90 €

Mathilde kulinarisch

Tel. 0 52 21/59 31 83, Renntormauer 1-3, 32052 Herford

Hähnchenschnitzel an Korbelsauce mit Erbsengemüse und Salzkartoffeln
Herzhafte Schweinegulasch mit Paprikastreifen, Zucchini-Möhren-Gemüse und Makkaroni
Im Menüpreis ist ein Dessert enthalten.

5,10 €
5,10 €

Elsbach-Restaurant

Tel. 28 28 28, Goebenstraße 3-7, 32052 Herford

Chili con Carne mit Kräuterschmand und Baguette

Putenschnitzel mit Brokkoligemüse, Currysauce und Kroketten
Alle Gerichte auch zum Mitnehmen!

5,50 €
8,50 €

Fleischerei Overbeck

Tel. 5 61 76, Wellbrocker Weg 54, 32051 Herford

Rhodos-Teller mit Gyros und hausgemachtem Suzuki, dazu gibt es Krautsalat und Tsatsiki
Tortellini in Sahnesauce und Pizza Hawaii mit Kochschinken und Ananas
Komm ... wir gönnen uns was Gutes von Overbeck!

5,80 €
ab 5,20 €

Hotel Pfennigkrug

Tel. 59 97-77, Engerstraße 82, 32051 Herford

Karotten-Ingwer-Suppe, dazu gibt es ofenfrisches Baguette

Fischcurry mit Lauch, Möhren, Kokosmilch und Reis
Alle Speisen auch zum Mitnehmen!

3,90 €
8,60 €

Jetzt auch online: nw.de/herford

Die NW und die lokale Gastronomie wünschen guten Appetit! Inserieren Sie Ihr Mittagstisch-Angebot. Ihre Ansprechpartnerin: Miriam Stanek, Tel. (0 52 21) 5 91 30



Neue Westfälische
...weil wir hier zuhause sind.