

Ein Angebot der Stadt Bad Salzuflen

Tourist-Information

Parkstraße 20

32105 Bad Salzuflen

T 05222 952-5200

info@bad-salzuflen.de

www.staatsbad-salzuflen.de

© Fotos: Bad Salzuflen / Neumann, Adamski;
Teutoburger Wald Tourismus

Durchführung

GESUNDWERK BAD SALZUFLEN

Salinenstr. 1

32105 Bad Salzuflen

05222 - 183 800

Mo, Mi, Fr 08:00-18:00 Uhr

Di, Do 8:00-19:00 Uhr

Sa 08:00-13:00 Uhr

Aktiv im Winter

Bewegungsangebote im Gesundheitswerk



Aktiv-Programm
Nov. – Mär.
2026/27



Mein Wohlfühlort.

Aktiv im Winter

Programm November bis März

Alle sind herzlich willkommen

Das Aktiv-Programm wird unter kundiger Begleitung der Gesundwerk-Therapeuten durchgeführt und richtet sich an alle, die auch in den Wintermonaten spontan aktiv werden oder sich regelmäßig bewegen möchten.

Die Angebote pausieren in der Weihnachts- und Neujahrswoche vom 24.12.2026 – 01.01.2027.

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG
VORMITTAGS	10.15 – 11.00 BEWEGUNG ENTSPANNUNG ATEM Dez – März		10.00 – 10.45 AKTIVIERENDE GYMNASTIK Jan – März	
			11.00 – 11.45 MEDITATIVER TANZ Jan – März	11.00 – 11.45 AKTIVIERENDE GYMNASTIK Nov – März
NACHMITTAGS		16.30 – 17.30 KAHA® Nov – März		
TREFFPUNKT				Gymnastikhalle, 2. Etage Gesundwerk

Änderungen vorbehalten



BAD SALZUFLEN
LIPPISCHES STAATSBAD SEIT 1818

Bitte beachten Sie

An Feiertagen finden keine Kurse statt.

Alle Kurse werden im Gesundwerk, in der Gymnastikhalle, in der 2. Etage angeboten.

Die Teilnehmeranzahl ist auf 15 Personen begrenzt. Bei zu hoher Nachfrage behalten wir uns vor, optional ein digitales Anmeldeverfahren einzurichten.

Die Teilnahme ist kostenlos für

- Gäste mit gültiger SalzuflenCARD (Übernachtungsgäste, Tagesgäste und Unternehmen)
- Einwohner*innen mit Pluspaket 2026

Änderungen vorbehalten.

Aktuelle Infos zu den Terminen und Kursen finden Sie hier: salzuflen.info/aktivkurse



Mitmachen!

Durchführung in
Kooperation mit
dem Gesundwerk



Kursdauer

Montag, Mittwoch,
Donnerstag: ca. 45 Min.
Dienstag: ca. 60 Min.

