

Weitere sportliche Herausforderung gesucht? Mach dein Sportabzeichen!

Wenn euch der Turmlauf und die 1000-Stufen-Challenge als sportliche Herausforderungen nicht reichen, begrüßt euch unser Prüferteam gerne zur Abnahme des Sportabzeichens im Ludwig-Jahn-Stadion. Ab dem 02. Mai finden montags und mittwochs von 17:00 Uhr bis 19:00 Uhr wieder die Prüfungen statt.

In den motorischen Grundfähigkeiten Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination müsst ihr jeweils eine Disziplin absolvieren, um das begehrte Abzeichen zu erwerben.

Weitere Informationen bekommt ihr von unserem Sportabzeichenbeauftragten Hans-Joachim Zedler (0175 5371919) oder auf unserer Homepage unter www.stadtsportverband-herford.de.

Wir freuen uns auf euch!



Öffnungszeiten

von April bis Oktober:
Jeden 1., 3. und 5. Sonntag im Monat
sowie an allen Feiertagen
von 11.00 - 17.00 Uhr,
Sonderöffnungen nach Absprache
Hotel Waldesrand, Tel. 05221/92320

Und wir würden uns sehr über den Beitritt zum Verein freuen. Mit 20 Euro im Jahr seid ihr dabei:

- Mitglied im größten Bismarckturm-Vereins der Welt
- 551 neue Freunde in einer familiären Gemeinschaft
- Jederzeit die Möglichkeit den Turm zu besuchen, auch außerhalb der Öffnungszeiten
- kostenloser Eintritt während der Öffnungszeiten

<https://bismarckturm-herford.de/mitglied-werden/>



Vielen Dank an alle Unterstützer:





Turm-Lauf rund um den Herforder Bismarckturm

Am 19.06.2022, im Rahmen des Mittsommerfestes, veranstaltet die Turngemeinde Herford gemeinsam mit dem Freundeskreis einen Volkslauf rund um den Herforder Bismarckturm. In angemessener Kulisse (einige tausend Zuschauer) geht es auf einer knapp 4 Kilometer langen Strecke durch den herrlichen Stuckenberg.

Alle Teilnehmer erhalten eine Medaille und eine Urkunde. Es wird keine individuelle Zeitmessung geben. Eine Anzeige der Laufzeit steht gut sichtbar im Zielbereich.

Da der Lauf im Rahmen des Mitsommerfestes des Freundeskreis Herforder Bismarckturm stattfindet, ist für das leibliche Wohl somit gesorgt.

Es ist nicht möglich, mit einem PKW direkt zum Startbereich zu fahren!

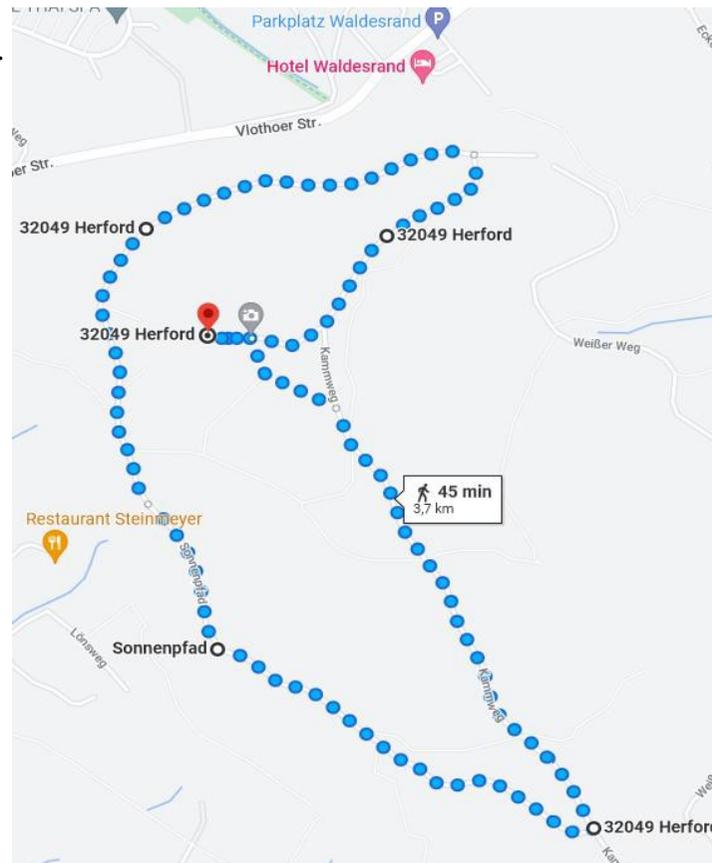
Eine begrenzte Anzahl an Parkplätzen steht am Hotel Waldesrand (Zum Forst 4, 32049 Herford) zur Verfügung. Am Start-/Zielbereich befinden sich Umkleidemöglichkeiten und Toiletten (m/w). Eine Duschkmöglichkeit besteht nicht.

Es ist möglich, Gegenstände zur Aufbewahrung in dafür vorgesehenen Tüten (diese werde vor Ort ausgegeben) an den Umkleiden abzugeben (bewachte Aufbewahrungszeit 13:30 – 15:30 Uhr - für abgegebene Gegenstände wird keine Haftung übernommen).

Anmeldungen unter:

www.leichtathletik-herford.de/termine/turmlauf.html

Eine Voranmeldung ist erforderlich. Es können maximal 150 Läufer teilnehmen. Die Teilnahme kostet 5,- Euro. Für jeden angemeldeten Läufer spendet die Volksbank weitere 5 Euro für die Aufforstung. Meldeschluss am 10. Juni 2022. Nachmeldungen sind nicht möglich.



Die 1000-Stufen-Challenge im Bismarckturm

Du suchst eine ungewöhnliche Herausforderung an einem besonderen Ort? Dann stell dich der 1000-Stufen-Challenge im Herforder Bismarckturm.

Laufe so schnell wie möglich den Turm nach oben und wieder runter. Und das insgesamt 5 mal.

Ein offizieller Zeitnehmer nimmt deine Zeit und du bekommst eine Urkunde und eine Medaille. Und die schnellsten Läufer werden dann im Dezember beim Grünkohlessen des Freundeskreis Herforder Bismarckturm e. V. noch besonders geehrt.

Die Läufe finden an folgenden Sonntagen statt:

24. April, 22. Mai, 26. Juni, 24. Juli, 28. August, 25. September und 9. Oktober jeweils in der Zeit zwischen 10:00 und 14:00 Uhr.

Eine Voranmeldung ist erforderlich. Die Teilnahme kostet 5,- Euro.

Anmeldungen unter:

www.leichtathletik-herford.de/termine/stufenlauf.html