

Pressemitteilung vom 12.09.2024

## **Neue Laufgruppe in Lippborg und Silberschmuck in Hovestadt**

Am Samstag, 21. September wird in einem Ein-Tages-Workshop unter Leitung einer fachkundigen Schmuckdesignerin gezeigt, wie man sich einen individuellen Silberring selber anfertigt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, das notwendige Werkzeug und weitere Materialien werden gestellt. Die Veranstaltung dauert von 10 bis 18 Uhr und findet statt in Haus Biele in Hovestadt.

Ab Dienstag, 24. September beginnt die VHS Lippetal in Lippborg mit einer Anfänger Laufgruppe. In den Trainingseinheiten werden kurze Geh- und Laufeinheiten in Intervallen durchgeführt, die langsam von Einheit zu Einheit erhöht werden. Treffpunkt ist jeweils dienstags um 18 Uhr an der Turnhalle der Ludgerus Grundschule, dort sind auch Umkleidemöglichkeiten. Gelaufen wird bei jedem Wetter, Dauer bis 18:45 Uhr.

Anmeldungen sind über die Homepage der VHS Soest möglich:

<https://vhs.soest.de/>.

---

Anregungen, Wünsche und Kritik sind gerne gesehen: bitte per Mail an  
Zweigstellenleiter Dieter Schomberg [dieterschomberg@freenet.de](mailto:dieterschomberg@freenet.de)