

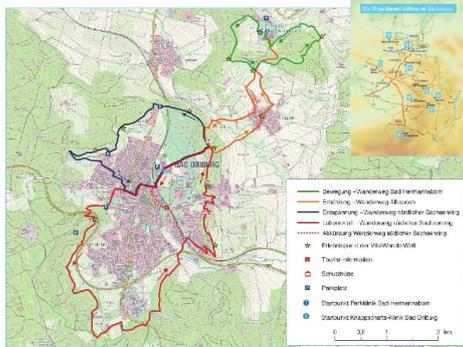


VitalWanderWelt - Portaltafel

Infopunkt

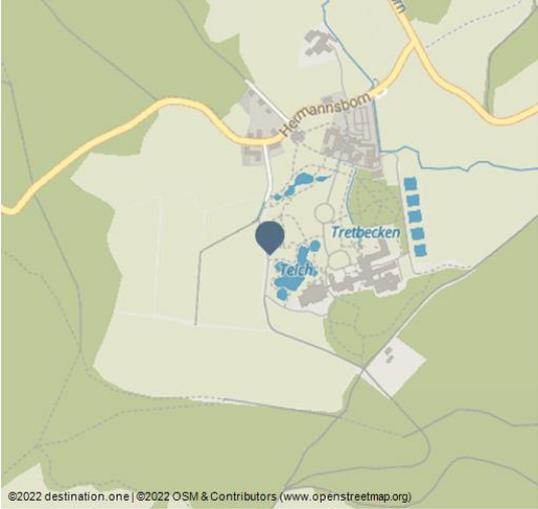
DIE VITALWANDERWELT – Herz und Kreislauf stärken

Bad Driburgs Geschichte als privates, familiengeführtes Heilbad beginnt bereits vor über 225 Jahren. Seitdem haben berühmte Gäste den Weg in das traditionelle Moor- und Mineralheilbad gefunden. Insbesondere im 18. und 19. Jahrhundert war Bad Driburg Kur- und Urlaubsort von Persönlichkeiten, die in der deutschen Literaturgeschichte eine bedeutende Rolle gespielt haben. Der Badearzt Friedrich Wilhelm Weber, der Dichter Friedrich Hölderlin und die Schriftstellerin Annette von Droste-Hülshoff sind Paten der Wege der VitalWanderWelt. Auf den Spuren dieser historischen Personen führen die Wege rund um das Heilbad. Schautafeln leiten Sie in Bewegungs- und Entspannungsübungen an, die speziell für das Training von Herz und Kreislauf geeignet sind.



- Bewegung – Wanderweg Bad Hermannsborn**
Die kürzeste Strecke führt Sie rund um die ParkKlinik Bad Hermannsborn. An den Stationen der VitalWanderWelt erhalten Sie eine Einführung in das Gesundheitswandern: Wie Sie Ihr individuelles Tempo ermitteln, aufsteigende Lösser bewältigen, Muskelkater vorbeugen und warum Ihre Gesundheit profitiert. Die Wanderung können Sie an der ParkKlinik abkürzen. Einzelne sind die beiden Touren je 3,5 km lang.
Länge: 5,9 km
Höhenmeter: 125 m Steigung
Startpunkt: ParkKlinik Bad Hermannsborn
- Entspannung – Wanderweg Althausen**
Die Wanderung startet in Bad Hermannsborn und bringt Sie zum Geburtshaus des Wegepaten Friedrich Wilhelm Weber. An drei Orten werden Sie über die richtige Ernährung für das Herz und die Wirkung von Heilpflanzen informiert. Die Strecke weist zwei längere, mäßig steile Anstiege auf. In Althausen können Sie die Tour auf 4,5 km abkürzen.
Länge: 8,2 km
Höhenmeter: 166 m Steigung
Startpunkt: ParkKlinik Bad Hermannsborn
- Entspannung – Wanderweg nördlicher Sachsenring**
Nach dem Aufstieg auf den Rosenberg wird die Wanderstrecke relativ eben. Untenweg können Sie gut entspannen und die Aussichten auf Bad Driburg und die Umgebung genießen. Bauen Sie bewusst Stress ab und verwellen Sie an schönen Orten. Die Stationen der VitalWanderWelt und der Einblick in das Leben unseres Wegepaten Friedrich Hölderlin unterstützen Sie dabei.
Länge: 23 km
Höhenmeter: 175 m Steigung
Startpunkt: Knopfschale-Klinik Bad Driburg
- Lebenskraft – Wanderweg städtischer Sachsenring**
Diese längere Wanderung mit vielen, oft anspruchsvollen Anstiegen bietet eine sportliche Herausforderung. Lassen Sie sich von Wegepatin Annette von Droste-Hülshoff begleiten und erfahren Sie, wie die richtige Atemtechnik beim Wandern gelingt. Gegen Ende können Sie auf die Anstiege Stein- und Rosenberg verzichten und am Bahnhof vorbei zurück zum Ausgangspunkt gehen.
Länge: 12,9 km
Höhenmeter: 465 m Steigung
Startpunkt: Knopfschale-Klinik Bad Driburg

QR-Code
Bad Driburg Touristik GmbH
Länge: 5,9 km
Höhenmeter: 125 m Steigung
Startpunkt: ParkKlinik Bad Hermannsborn
©2022 destination.one | ©2022 OSM & Contributors (www.openstreetmap.org)



VitalWanderWelt Portaltafel Bad Driburg - © Projektbüro VitalWanderWelt / Teutoburger Wald Tourismus / OstWestfalenLippe GmbH

Herz und Kreislauf stärken

Bad Driburgs Geschichte als privates, familiengeführtes Heilbad beginnt bereits vor über 225 Jahren. Seitdem haben berühmte Gäste den Weg in das traditionelle Moor- und Mineralheilbad gefunden.

Adresse:

33014 Bad Driburg

- ☎ 0521 9673325
- ☎ 0521 9673319
- 🏠 www.vitalwanderwelt.de/
- ✉ info@vitalwanderwelt.de

Autor:

Bad Driburger Touristik GmbH
info@bad-driburg.com

Organisation:

Teutoburger Wald Tourismus
<http://www.teutoburgerwald.de/>



QR-Code scannen und diese Seite offline speichern, mit Freunden teilen und mehr.

<https://s.et4.de/7b0Bd>

Quelle: destination.one
ID: p_100039821
Zuletzt geändert am 02.01.2024, 12:20