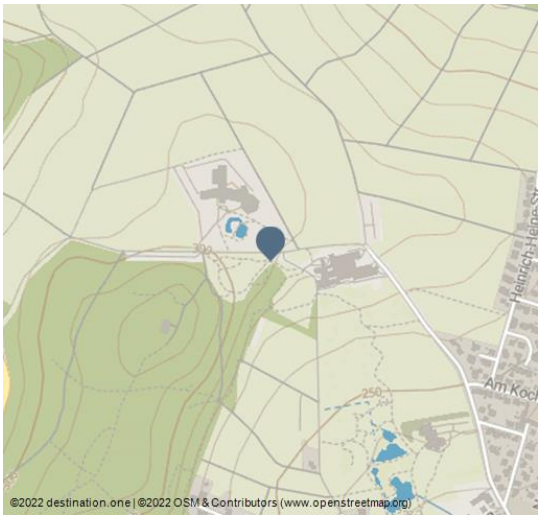
Terrainkurwege

Sonstige Anwendungen

Terrainkur Natur



Terrainkurwege - Ein Baustein für die Gesundheit

3 Wege zwischen 1,7 Km und 4,1 Km, Gehzeit und Wattleistung je nach Tempo.

Startpunkt: Bushaltestelle zwischen den Hardtwaldkliniken

Das Bad Zwestener Terrainkurwegenetz ist im und um das Naherholungsgebiet Treisberg angelegt. Die drei Terrainkurwege weisen unterschiedliche Eigenschaften in Länge, Steigung, Höhenlage und Anforderung auf.

Zahlreiche Bänke und kleine Lauben am Wegesrand laden zur Rast und Besinnung ein. Die Wege liegen in Gebieten höchster Luftreinheit, teils in der Sonne und teils im Schatten. Sie führen durch den Kurpark, an Wiesen und Äckern vorbei sowie durch lauschige Waldgebiete. Der Boden ist überwiegend gelenkschonend und abwechslungsreich. Die Terrainkurwege sind auch zum Joggen, Walking und Nordic-Walking sehr gut geeignet. Mit diesem dosierten Kreislauftraining, im Wandergebiet von Bad Zwesten, wird das Angebot an gesunder Bewegungstherapie abgerundet.

Terrainkurweg 1 (Blau): 1,7 km, Anstiegslänge: 800 m, Wattleistung 50 (bei 3km/h), 75 (bei 4km/h), 100 (bei 5km/h)

Terrainkurweg 2 (Rot): 3 km, Anstiegslänge: 700 m, Wattleistung 50 (bei 3km/h), 75 (bei 4km/h), 75 (bei 5km/h)

Terrainkurweg 3 (Schwarz): 4,1 km, Anstiegslänge: 2,1 km, Wattleistung 50 (bei 3km/h), 75 (bei 4km/h), 75 (bei 5km/h)

Start und Ziel der Wege ist jeweils an der Bushaltestelle zwischen den Hardtwaldkliniken.

Merkmale:

Zahlungsmöglichkeiten

Ansprechpartner:

Ringstraße 1
34596 Bad Zwesten

+49 5626/773
tourismus@badzwesten.de

Adresse:

Ringstraße 1
34596 Bad Zwesten

+49 5626/773
www.badzwesten.de/
tourismus@badzwesten.de

Autor:

Hessischer Heilbäderverband e.V.
info@kur-in-hessen.de

Organisation:

Hessischer Heilbäderverband e.V.
info@kur-in-hessen.de

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

https://s.et4.de/2tzsd

Eintritt frei

Quelle: destination.one
ID: p_100167222
Zuletzt geändert am 16.09.2022, 09:53

Terrainkur