



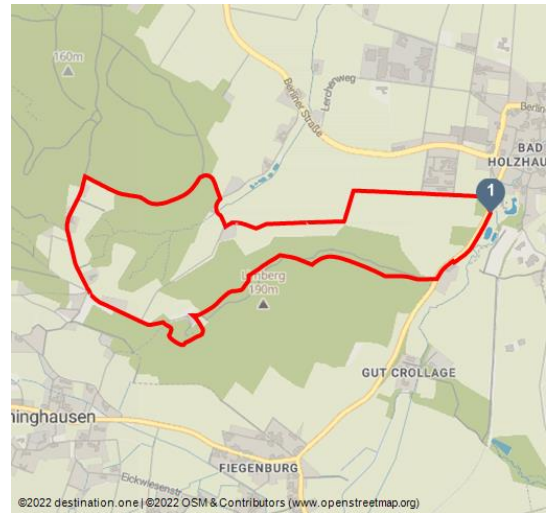
Ontspanning Wandelpad Limberg Bad Holzhausen

Themawandelroute

regionale wandelroute



Silke Erdmann, Projektbüro VitalWanderWelt / Teutoburger Wald Tourismus / OstWestfalenLippe GmbH



Tour data:


voedsel
Moeilijkheid


6,4 km
Afstand


2 h 30 min
Duur


116 m
Hoogte


116 m
Höhenmeter
absteigend


181 m
Hoogste punt


64 m
Laagste punt

Aanbevolen seizoenen:

JAN	FEB	MRZ	APR	MAI	JUN
JUL	AUG	SEP	OKT	NOV	DEZ



De heuvelachtige wandeltour v.d. VitalWanderWelt leidt met een matig veeleisend beklimming op de Limberg.

De ontspannende werking van het wandelen kan worden benadrukt, dat "stressgeplagte" door oefeningen voor de ademing van de spieren en het musculoskeletalsysteem (bewegingsapparaat) completeren. In een passend tempos is de tour met drie stations ook voor niet getrainde wandelaars geschikt.

De VitalWanderWelt in Bad Holzhausen – natuurlijke Therapie bij Tinnitus en Stress. Het wandelen in de vrije natuur heeft een positief effect op je fysieke en mentale welzijn. Een groot aantal onderzoeken bewijst dit. De altijd nieuwe perspectieven welke bos en natuur bieden, verscherpen de zintuigen en zorgen voor een feelgood – effect. Deze effecten zijn bijzonder intens tijdens het lopen.

Beoordelingen:

★★★★☆ Panorama

★★☆☆☆ Kondition

Adres:

32361 Preußisch Oldendorf

Deze kennis wordt ook gebruikt door die VitalWanderWelt in Bad Holzhausen. Er zijn vier speciaal ontwikkelde manieren om te oefenen tegen stress en uitputting, om te luisteren en om de aandacht de zintuigen te versterken. De wandeltherapie was van het Gezondheidscentrum Holsing Vital GmbH speciaal ontwikkeld om Tinnitus het hoofd te bieden.

Uitgangspunt:

Kurpark Bad Holzhausen / Haus des Gastes

Routebeschrijving:

Der Wanderweg ist mit einem weißen V auf rotem Grund markiert und wird im Uhrzeigersinn begangen.

Uitrusting:

Festes Schuhwerk wird empfohlen.

Benaderen:

Het pad is gemarkeerd met een witte V op een rode achtergrond en wordt met de klok mee gelopen.

Park:

Sportanlage Bad Holzhausen, Heddinghauser Straße (am Kurpark)

Openbaar vervoer:

Treinstation Holzhausen-Heddinghausen

Weet altijd wat rijdt: het slimme nummer voor bus en trein in NRW 01803 504030 (tijdschemainformatie voor Euro 0,09/min. van het Duitse vaste Net) Mobiel max Euro 0,42 Min.

Hudenbeck 2, 32361 Preussisch Oldendorf

Benaderen via Bundesstrasse 54 (Federale Weg)

Landstraat 557 en de Snelweg A 30,

Afrit 27 Bünde

Map / Maps:

Den Flyer zur VitalWanderWelt in Bad Holzhausen mit Kartenmaterial erhalten Sie bei uns im Haus des Gastes in Bad Holzhausen, in der Tourist-Information.

Auteur:

Projektbüro VitalWanderWelt

Organisation:

Teutoburger Wald Tourismus

<http://www.teutoburgerwald.de/>



Scan QR-code en sla deze pagina offline op, deel hem met vrienden en meer.

<https://s.et4.de/VVyCd>

Bron: destination.one

ID: t_100233906

Voor het laatst aangepast 19.04.2024, 11:17

Alternativ können Sie ihn auch per E-mail anfordern,
touristik@preussischoldendorf.de

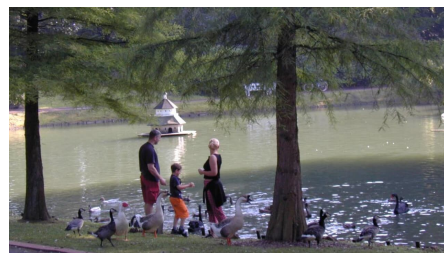
Verdere informatie / links:

www.vitalwanderwelt.de

www.preussischoldendorf.de



Christian Streich, Stadt Preußisch Oldendorf



Touristik-Preußisch Oldendorf



Christian Streich, Touristik-Preußisch Oldendorf

Projektbüro VitalWanderWelt / Teutoburger Wald Tourismus / OstWestfalenLippe GmbH

Projektbüro VitalWanderWelt / Teutoburger Wald Tourismus / OstWestfalenLippe GmbH

Projektbüro VitalWanderWelt / Teutoburger
Wald Tourismus / OstWestfalenLippe GmbH

Projektbüro VitalWanderWelt / Teutoburger
Wald Tourismus / OstWestfalenLippe GmbH

Projektbüro VitalWanderWelt / Teutoburger
Wald Tourismus / OstWestfalenLippe GmbH

Projektbüro VitalWanderWelt / Teutoburger
Wald Tourismus / OstWestfalenLippe GmbH

Projektbüro VitalWanderWelt / Teutoburger
Wald Tourismus / OstWestfalenLippe GmbH

