



Spür das Leben!

- Heilquellen entdecken -



Vital Spa

Ausgefallene Wellness-Angebote auf 2.500 m²: exklusive Saunen, In- und Outdoorpool, asiatische Ruheoasen, Kräuterbad, Royal Dampfbad, Solegrotte, Healthclub, Beautystudio, Nordic Walking-Kurse.



Freizeit- und Erlebnisbad „Sinnflut“

Heilwasserbecken (34°C), Erlebnisbecken (30 °C), 60 m Tunnelrutsche, 25 m Variobecken mit Sprunganlage, große Saunalandschaft, Freibad mit Liegewiese, Wasserspielgarten.

Weitere Informationen unter:

Staatliche Kurverwaltung Bad Brückenau

Elisabethenhof

97769 Bad Brückenau

Telefon 0 97 41/ 8 02-0

Telefax 0 97 41/ 8 02-8 40

E-mail: staatsbad@badbrueckenau.com

Internet: www.badbrueckenau.com

Nordic Walking Ausbildung zum DSV Nordic Walking Trainer:

Informationen zur Ausbildung zum DSV Nordic Walking Trainer erhalten Sie unter

www.chiemsee-nordic-walking.de



Tipps von Peter Schlickerrieder:

- Im Gegensatz zum herkömmlichen Walking trainieren Sie beim Nordic Walking durch den Einsatz von Stöcken den ganzen Körper.
- Da beim Nordic Walking fast alle Muskelbereiche im Körper bewegt werden, hat man einen ca. 20-30% höheren Kalorienverbrauch als beim herkömmlichen Walking.
- Durch den effektiven Einsatz der Stöcke stützen Sie das Körpergewicht ab. Hierdurch entlasten Sie Hüft- und Kniegelenke.
- Nordic Walking ist deutlich gelenkschonender als Joggen (Entlastung des Bewegungsapparat um bis zu 30%).
- Sie haben genügend Zeit mit Freunden und in der Gruppe gemeinsam die Natur zu genießen.

Darum ist für mich Nordic Walking ein effektives Ganzkörpertraining mit speziellen Stöcken - Die beste Erfindung der Finnen seit der Sauna!



Unsere Partner:

Sport Kötzner

Ludwigstr. 28, Bad Brückenau
Tel. 09741/2117
www.sport-koetzner.de



Malteser

Klinik von Weckbecker
Fachklinik für Naturheilverfahren

Energie-BKK



e-on | Bayern



Bad Brückenau

e-on | Bayern

DSV nordicaktiv
WALKING ZENTRUM

BAD BRÜCKENAU
BAYERISCHES STAATSBAD
ORT DER HARMONIE



www.badbrueckenau.com

e-on | Bayern



Bad Brückenau



Spür das Leben!

- Nordic Walking im Königsbad-

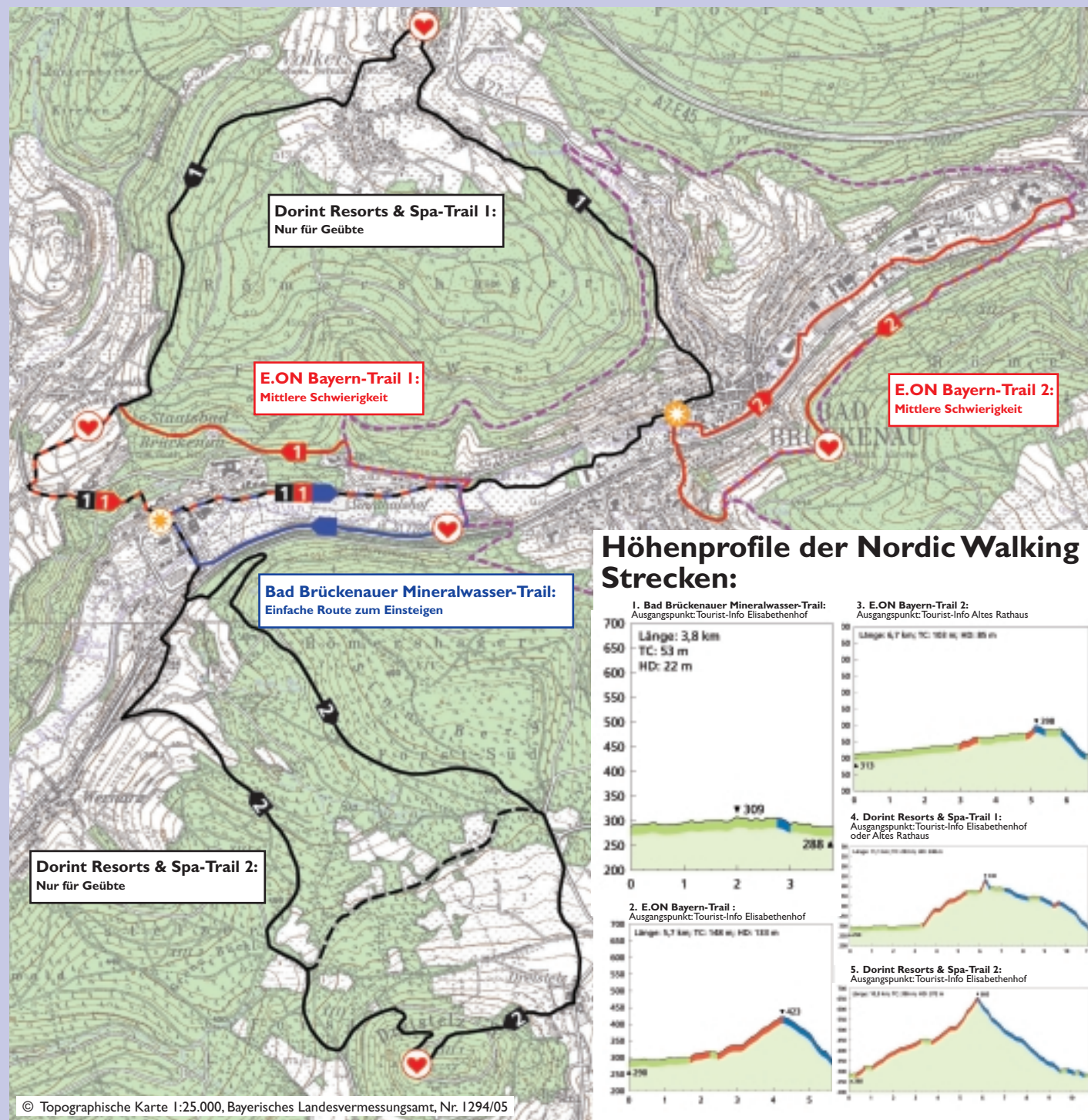
Seit seiner Gründung 1747 ist das Heilbad berühmt für seine schmackhaften Heilwässer. König Ludwig I. von Bayern verhalf seinem Lieblingsbad zu Ruhm und Ehre und machte Bad Brückenau zum Modebad der europäischen Adelshäuser. Königliches Ambiente, imposante historische Gebäude in unberührter Natur und das elegante Flair sind auch heute beste Voraussetzungen für den besonderen Urlaub in der bayerischen Rhön, mitten in Deutschland.



Sein Prädikat als WellVital-Ort verdankt Bad Brückenau der perfekten Kombination von modernsten Gesundheitstherapien mit außergewöhnlichen Wellnessarrangements. Die Kulturszene ist breit gefächert: Open-Air-Festivals mit namhaften Stars aus Pop und Rock oder die Bad Brückenauer Jahreszeiten mit dem Bayerischen Kammerorchester Bad Brückenau. Freizeiterlebnisse der besonderen Art bieten das Deutsche Fahrradmuseum im Staatsbad oder der Hochseilgarten am Volkersberg.



E.ON Bayern Nordic Walking Zentrum Bad Brückenau:



Höhenprofile der Nordic Walking Strecken:

