

Terrainkurwege



Liebe Gäste,
wollen Sie während Ihres Aufenthaltes in Bad Dürrhein Ihre Ausdauer und Herz-Kreislauffunktion im Bad Dürrheimer Heilklima verbessern? Vier Terrainkurwege mit unterschiedlichen Streckenlängen, Höhendifferenzen und Belastungsstufen laden hier zum individuellen Herz-Kreislauftraining ein. Diese Wege sind Rundwanderwege und sind durch farbige Herzen markiert. Start und Ziel ist das Kurhaus.

Terrainkurweg	Herz-/Kreislaufbelastung	Länge/km	Höhendifferenz/m	Treppe/Stufen
	leicht	3,82	65	keine
	mittel	7,95	153	59
	mittel/stark	11,23	168	115
	stark	14,75	231	147

Regelmäßig findet für unsere Kurgäste eine Terrainkurwanderung statt. Die genauen Termine und Treffpunkte finden Sie im monatlich erscheinenden Veranstaltungskalender oder unter www.badduerrheim.de. Unter fachlicher Anleitung lernen Sie, wie Sie Ihre Belastung herztgerecht dosieren und wie Sie im Bad Dürrheimer Heilklima gesunde, erfrischende Luft atmen können ohne außer Atem zu kommen.

Wir wünschen Ihnen viel Freude und Erfolg beim Erkunden der Terrainkurwege in Bad Dürrheims grünen Wiesen und Wälder.

Ihr Team der Heilklima-Wanderführer

Tipp: Nutzen Sie auch unsere ausgeschilderten Nordic-Walking-Strecken in verschiedenen Stufen.

