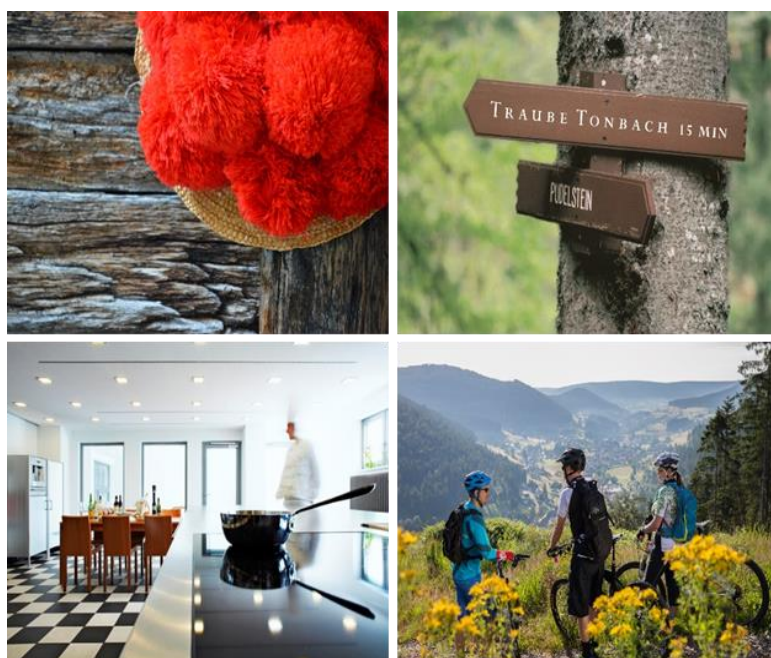


TRAUBE TONBACH

best since 1789



Erlebniskalender

Freizeit & Aktivitäten 2020

Es ist Ihre Zeit.
Machen Sie daraus unvergessliche Erlebnisse.

Liebe Gäste,

für Ihre Ferienzeit haben wir täglich ein Programm mit einer Auswahl an Aktivitäten für Ihren persönlichen Urlaubstag. Erleben Sie die einzigartige Natur im Schwarzwald, lassen Sie sich von uns sportlich aktiv bewegen, entdecken Sie die Vielseitigkeit Ihrer Traube Tonbach in einem rundum Verwöhnprogramm.

Darüber hinaus geben wir Ihnen einen Überblick, welche Sonderwochen unser Team um Björn Deinert und Iris Mahler für den Rest des Jahres für Sie organisieren. Als Ergänzung zur Jahresübersicht finden Sie im Anschluss die genauen Beschreibungen der Sonderwochen.

Als Service unseres Hauses sind die Aktivitäten in der Regel kostenlos. Nur für spezielle Angebote fällt eine Kursgebühr an, die hier ausgewiesen ist.

Wir freuen uns auf Sie!

Jahresübersicht 2020

Termin	Anlass
06. - 10. Jan	bodyART meets Pilates mit Iris Mahler und Birgit Frey
27. - 31. Jan	Yoga mit Sabine Broghammer
03. - 06. Feb	Aktive Winterwoche
10. - 14. Feb	Aktive Winterwoche
17. - 21. Feb	bodyART pure mit Iris Mahler
21. - 25. Feb	Karneval „Willkommen in Fantasien!“
02. – 06. März	Fit in den Frühling mit Iris Mahler und Birgit Frey
16. - 20. März	Fit in den Frühling mit Iris Mahler und Birgit Frey
23. – 27. März	Yoga mit Dagmar Buhler / „Energy-Flow“
30. März – 03. April	Frühlingswanderwoche
21. April	Four-Hands-Dinner mit Torsten Michel und Florian Stolte.
20. - 24. April	Yoga mit Sabine Broghammer
27. – 1. Mai	Frühlingswanderwoche
27. - 30. April	Tanzwoche mit Martina und Eberhard Braig
Mai bis Sep	Sommertage (Arrangement/ neu im Programm)
04. - 08. Mai	Kunstwoche mit Elvira Amrhein (Kostenbeitrag)
11. - 15. Mai	Kulturwanderwoche
25. - 27. Mai	Kräutertage
08. – 13. Juni	Survival Camp mit Outdoor-Experte Robert Hill
15. - 18. Juni	Sommertage (Arrangement / neu im Programm)
16. Juni	Torsten Michel, unser 3-Sterne Koch, bittet zu Tisch.
17. – 20. Juni	Car & Gourmet / Fahrgegnuss trifft Gaumenfreude
22. - 24. Juni	„Ein Fest für die Freundschaft“ / Luxemburg
22. - 26. Juni	Sportliche Wanderwoche / Mo – Fr: 14-18 km
29. Juni – 03. Juli	Sommeryoga mit Dagmar Buhler
06. - 10. Juli	Bikewoche mit Birgit Frey
13. - 15. Juli	„Ein Fest für die Freundschaft“ / Frankreich
13. - 17. Juli	Wanderwoche / regionale Wasserfälle mit Frühaufsteher-Touren / Mo – Fr ca. 12 km
27. - 31. Juli	Yoga mit Sabine Broghammer
31. Juli - 02. Aug	„Ein Fest für die Freundschaft“ / Schweiz

Jahresübersicht 2020

Termin	Anlass
03. - 07. Aug	Jugendfußballcamp mit Horst & Philipp Köppel
10. - 14. Aug	Wanderwoche / Kids & Family
10. – 15. Aug	Survival Camp mit Outdoor-Experte Robert Hill
17. - 21. Aug	Bikewoche mit Birgit Frey
17. – 22. Aug	Survival Camp mit Robert Hill
24. - 28. Aug	Sommeryoga mit Dagmar Buhler
25. Aug	Gastkochevent: Dieter Müller bittet zu Tisch.
31. Aug - 04. Sept	Wohlfühl-Wanderwoche / Mo – Fr: 7-8 km
14. - 18. Sept	Yoga mit Dagmar Buhler / „Energy Flow“
21. - 25. Sept	Wanderwoche / Wandern & Weingenuss
28. Sep – 2. Okt	bodyART meets Pilates mit Iris Mahler und Birgit Frey
12. - 16. Okt	Herbstwanderwoche / Mo – Fr 10-12 km
19. - 23. Okt	Yoga mit Dagmar Buhler / „Energy-Flow“
26. – 31. Okt	Survival Camp mit Outdoor Experte Robert Hill
30. Okt	Kids & Family Day / Erlebnistag für drei Generationen
31. Okt	Halloween for Kids
09. - 13. Nov	Yoga mit Sabine Broghammer
10. - 12. Nov	„Schottische Tage“
16. - 20. Nov	Tanzwoche mit Martina und Eberhard Braig
17. Nov	Gastkochevent: Dieter Müller bittet zu Tisch.
23. - 27. Nov	bodyART pure mit Iris Mahler
30. Nov – 05. Dez	Stimmungsvolle Adventsspaziergänge
14. - 18. Dez	Yoga mit Sabine Broghammer

Unsere Aktiv-Wochen beginnen immer am Montag. Darum empfehlen wir, bereits am Sonntag anzureisen. Am Sonntagabend stellen wir Ihnen im Rahmen unseres traditionellen „Get-together-Aperitifs“ das Wochenprogramm vor und stimmen uns auf die gemeinsamen Tage ein. Als Service unseres Hauses sind die Aktivitäten in der Regel kostenlos. Nur für spezielle Angebote fällt eine Kursgebühr an. Detaillierte Informationen zu den einzelnen Angeboten finden Sie ab Seite 8.

Traube Tonbach Kochschule

In unserer innovativen Kochschule finden regelmäßig Kochseminare zu ausgewählten kulinarischen Themen statt. Die Seminare finden ab einer Teilnehmerzahl von sechs Personen statt. Für externe Gäste berechnen wir für den Tageskurs einen Aufschlag von 40 €. Bei einer Gruppe von mindestens acht Personen gehen wir gerne auch auf individuelle Themen- und Terminwünsche ein. Im Kurspreis enthalten sind die Weinbegleitung, Getränke, Unterlagen und Rezepte sowie eine exklusive Traube Tonbach Kochschürze.

Anmeldung.

Wir freuen uns über Ihre Anmeldung bis spätestens 4 Wochen vor Kurstermin. Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass wir im Falle einer kurzfristigen Stornierung (ab 14 Tage vor Seminarbeginn) nur dann auf die Zusendung einer Ausfallrechnung verzichten können (80 % des vertraglich vereinbarten Preises), wenn der Seminarplatz neu besetzt werden kann. Dies gilt auch für Umbuchungen. Weitere Informationen zu unseren Kochkursen erhalten Sie unter <http://www.traube-tonbach.de/de/kochschule-traubetonbach>. Reservierungen nehmen wir gerne telefonisch unter 07442 492 665 oder per Mail reservations@traube-tonbach.de entgegen.

Termine der Kochseminare 2020

10. Feb	Gerichte vom Ochsenschwanz und Gänseleber	250 Euro
11. Feb	Edle vegetarische Gemüseküche	200 Euro
09. März	Traditionelle Gerichte aus unserer Bauerstube	200 Euro
10. März	Alltagsküche mit frischen Kräutern, Gemüse, Fisch und Fleisch	200 Euro
20. April	Kochkurs mit Henry Oskar Fried und Markus Gruler, Chef-Koch des Hotels Seehalde. Seine Küche ist mit 16 Punkten im Gault Millau ausgezeichnet. Begleitet vom Weingut Kress aus Nußdorf am Bodensee	250 Euro
21. April	Edle Spargelküche mit Rotkopfgarnele, Sankt Jokobsmuschel und Rinderfilet Begleitet vom Weingut Kress aus Nußdorf am Bodensee	220 Euro
25. Mai	Edelste Teile vom Spanischen Balfego-Thunfisch Filet, Backe und Bauch	250 Euro
26. Mai	Cucina Casglinga Einfache italienische Hausfrauenküche	220 Euro
27. Mai	Kleiner Kochkurs im Rahmen der Kräutertage „Wildkräuter- und Blütenküche nach Henry Oskar“ 10 Uhr - 15 Uhr / 3 Gang Küche / Tischwein / Leihschürze	98 Euro

Termine der Kochseminare 2020

15. Juni	Die Natur im Kochtopf Kräuter aus der Region Hochschwarzwald	200 Euro
16. Juni	Kochkurs mit 1-Sterne Koch Florian Stolte der Köhlerstube Traube Tonbach	250 Euro
20. Juli	Grillen auf Holzkohle im „Familystyle“ Australische Rinderbavette, Kotelett vom Stauferico- schwein, U5 Garnele, ganzer Wolfsbarsch mit verschiedenen Salaten, Beilagen, Saucen und Dips	260 Euro
21. Juli	„Französische Klassiker“ Grobe Entenleber-Paté mit Röstbrot, Trüfflessenz unter der Blätterteighaube, Bouillabaisse mit Sauce Rouille	260 Euro
21. Sep	Variationen von Gelbflossenmakrele	220 Euro
22. Sep	Spätsommerrküche mit Waldpilzen, Fisch und Fleisch aus dem Nordschwarzwald	200 Euro
05. Okt	Ganz wild auf Wild Wildschein, Fasan und Hirsch	220 Euro
06. Okt	Ganz wild auf Wild Taube, Reh und Wildhase	220 Euro
02. Nov	Variationen vom Bauernenten-Erpel	210 Euro
03. Nov	Innereien von Kalb, Gans und Lamm	250 Euro

Termine der Kochkurse 2021

11. Jan	Schmorgerichte von Ochsenbacke, Ochsenschwanz und Kalbskopf mit Wintergemüse	220 Euro
12. Jan	Exklusives 5 Gang Menü mit Perigord Trüffel im Hauptgang ganzer geschmorter Trüffel begleitet von Champagner	500 Euro
08. Feb	Schmankerlküche aus Österreich Gerichte aus meinen Wanderjahren in Vorarlberg	200 Euro
09. Feb	Bretonischer Hummer und Carabinero	300 Euro
15. März	Asiatische Aromen Gerichte aus meinen Wanderjahren in Thailand und Indonesien	230 Euro
16. März	Fit in den Frühling Kräuter, Salatspitzen, Fisch, Geflügel und erlesene Balsamessige und Öle	210 Euro

Gastkoch-Events 2020

16. Juni / Torsten Michel.

2017 übernahm Torsten Michel die Küchenleitung der Schwarzwaldstube und verteidigte mit 3 Sternen im Guide Michelin und 19,5 Punkten im Gault Millau die Höchst-bewertungen. Torsten Michel steht für eine Küche der voll-endeten Leichtigkeit, filigran in der Ausführung, intensiv, rund und köstlich für den Gaumen.



17. November - Dieter Müller.

Dieter Müller ist ein langjähriger Freund unseres Hauses und eine wahre Kochlegende. Seine Aufgabe an Bord der „MS Europa“ hat Dieter Müller in viele Häfen und auf die verschiedenen Märkte des Mittelmeers geführt. Dort hat er neue Produkte und Aromen kennengelernt - all diese Ein-drücke und Erfahrungen lässt er in seine Gerichte einfließen



22. September / Four - Hands - Dinner mit Torsten Michel und Florian Stolte.

Florian Stolte ist Küchenchef unserer Köhlerstube. Sein Geheimnis? Das Beste der Saison wird mit überraschenden Akzenten und ungewöhnlichen Aromen verfeinert. Er und Torsten Michel, unsere beiden besternten Köche, zaubern heute im Duo ein elegantes Menü für Sie.



Sonderwochen

Yoga mit Sabine Broghammer

Sabine Broghammer, Yoga with LOVE

Mit Achtsamkeit, Liebe und Respekt nehmen wir uns unserem Körper, unserem Atem und unsere Seele an. Blockaden, Verspannungen und unverdaute Gefühle, all das will und darf gelöst werden. Yoga with Love, wirkt tiefgreifend und anhaltend, da die Veränderung bis auf zelluläre Ebene stattfindet. Die Asanas (Körperübungen) werden achtsam und sanft in Verbindung mit der Atmung und dem Geist ausgeführt (auch für Anfänger geeignet). Dieses Angebot ist im Rahmen Ihres Hotelaufenthaltes kostenfrei.

27. – 31. Januar

Yoga & Basische Feinkost.

Durch Basische Ernährung entgiften wir unseren Körper. Wir werden wieder weicher und fühlen uns frischer und lebendiger, ideal zum Jahresbeginn.

Montag bis Freitag 8.45 Uhr bis 10.00 Uhr

Meditation, Atmung und fließende Körperübungen zum Dehnen und neue Kraft schöpfen

Montag bis Donnerstag 15.30 Uhr bis 17.00 Uhr

Detox Yoga, den Körper und den Geist entgiften

Freitag 12.00 Uhr Abschlussstunde

20. – 24. April

Yoga für einen starken Rücken.

Stärke Deinen Rücken, um wieder aufrecht durch die Welt zu gehen.

Montag bis Freitag 8.45 Uhr bis 10.00 Uhr

Yoga für den Rücken, Pranayama (Atemübungen) und Meditation

Montag bis Donnerstag 15.30 Uhr bis 17.00 Uhr

Sanftes Yoga für den Rücken

Freitag 12.00 Uhr Abschlussstunde

27. – 31. Juli

Waldyoga.

Sich wieder mit der Natur verbinden - sowohl im Innen (der eigenen Natur), als auch im Außen. Bei trockenem Wetter praktizieren wir draußen.

Montag bis Freitag 8.45 Uhr bis 10.00 Uhr

Yoga der Achtsamkeit

Montag bis Donnerstag 15.30 Uhr bis 17.00 Uhr

Aranja Yoga

Freitag 12.00 Uhr Abschlussstunde

9. – 13. Nov

Sanftes Kundalini Yoga.

Kundalini ist die Energie in uns, die es wieder zu erwecken gilt um ein harmonisches, glückliches Leben zu führen, oft ist diese Energie blockiert, Verspannungen im Körper und im Geist entstehen.

Montag bis Freitag 8.45 Uhr bis 10.00 Uhr

Sanftes Kundalini Yoga, Atmung und Meditation

Montag bis Donnerstag 15.30 Uhr bis 17.00 Uhr

Kundalini Meditation, Schütteln und sanftes Kundalini Yoga

Freitag 12.00 Uhr Abschlussstunde



14. – 18. Dez

Yoga der Stille und Achtsamkeit.

Seit Jahren ist „Burnout“ auf dem Vormarsch. Wie war Dein Jahr? Fühlst Du Dich ausgebrannt? In diesen Tagen werden wir ganz still und achtsam sein.

Montag bis Freitag 8.45 Uhr bis 10.00 Uhr

Mauna stille Meditation und achtsames Yoga

Montag bis Donnerstag 15.30 Uhr bis 17.00 Uhr

Yoga des inneren Lichtes und Mauna Meditation

Freitag 12.00 Uhr Abschlussstunde

Yoga „Energy-Flow“ mit Dagmar Buhler

23. – 27. März, 29. Juni – 3. Juli, 14. – 18. September, 19. – 23. Oktober

Körperliche Aktivität beruhigt, entspannt und ist gut für die Gesundheit.

Dagmar Buhler hat viele Jahre in Süd-Ost Asien gelebt und hat dort Ausbildungen in verschiedenen Yoga Ausrichtungen und der Meditation vertieft und abgeschlossen. Ihre Yoga Stunden sind ausgefüllt mit Leichtigkeit, Freude und Gelassenheit, was sich auf die Teilnehmer jeder Stunde überträgt und jede Yogastunde zu einem wunderbaren Erlebnis macht. Diese Sonderwoche ist im Rahmen Ihres Hotelaufenthaltes kostenfrei.

Ziel der Yogawoche ist es, dich achtsam zu mehr Energie, Ausdauer und Gelassenheit zu führen. Yoga hält uns jung, leistungsfähig und gesund. Eine schöne Erfahrung für Anfänger und Fortgeschrittene Teilnehmer.

Energy-Flow

Dagmar Buhler lädt Sie zu einer achtsamen und nachhaltigen Yogapraxis ein. Yogaübungen schaffen ein Bewusstsein für das Hier und Jetzt - alltägliche Belastungen und Sorgen loslassen, sich mit neuer Energie stärken. Eine Abfolge aus verschiedenen Asanas werden fließend miteinander verknüpft – Energy-Flow.

Programmablauf

Den Körper in Bewegung bringen, das Herz-Kreislauf-System aktivieren, die Muskulatur (zu) stärken, bewusst in den Morgen hinein atmen., dafür sind Yogastunden am Morgen (8.45h–9.45h) besonders gut geeignet.

Die Yoga Stunden am Nachmittag (16h–17.30h) unterstützen uns dabei, das Immunsystem zu festigen und die Gesundheit zu stabilisieren. Das Üben von Yoga verbessert das emotionale Wohlbefinden und die Resistenz gegen Stress. Die spezielle Yoga Atmung unterstützt die Entspannung des Körpers und der Seele, unterstützt die Selbstheilungskräfte.

Eine schöne Erfahrung sowohl für Anfänger als auch für fortgeschrittene Teilnehmer.

Leichtes Sommeryoga mit Dagmar Buhler

29. Juni – 3. Juli, 24. – 28. August,

Die Yogawoche im Sommer ist eine wunderbare Gelegenheit für alle, die Yoga kennenlernen möchten. Die sanfte Einführung in die Yogapraxis lädt dazu ein, sich mit den Grundlagen des Yoga, wie einfache Basis Yogaübungen, Atemübungen und Entspannung vertraut zu machen. Kraft, Stabilität und Beweglichkeit werden im Yoga gefördert. Dabei hilft die regelmäßige Yogapraxis den Alltag bewusster und das Leben gelassener und positiver zu gestalten.

Das Ziel dieser leichten Sommeryoga-Woche ist es mehr Lebensfreude und Balance im Leben zu spüren. Sowohl Anfänger als auch geübte Yogaschüler finden hier Ihren Raum. Diese Sonderwoche ist im Rahmen Ihres Hotelaufenthaltes kostenfrei.

bodyART meets Pilates mit Iris Mahler und Birgit Frey

6. – 10. Januar / 28. September – 2. Oktober

Im Laufe der Zeit hat sich unser menschlicher Geist stetig weiterentwickelt, während der Körper in seiner ursprünglichen Form mehr und mehr an Funktionalität verloren hat.

In dieser Woche „bodyART meets Pilates“ aktivieren wir am Montag und Dienstag die tief liegenden, kleinen und meist schwächeren Muskelgruppen. Ziel ist die innere Aufrichtung für eine korrekte Körperhaltung. Ab Mittwoch werden im bodyART Training gezielte Übungen in einem fließenden Bewegungsablauf miteinander verbunden. Sie erleben die Synergien von Pilates, Yoga und funktionalem Training in Verbindung mit bewusster Atmung. Muskeln, Sehnen, Bänder und Gelenke fühlen sich spürbar geschmeidiger an, vitalisierende Energien werden aktiviert.

Dieses Training ist sowohl für Anfänger als auch Fortgeschrittene geeignet, da jeder auf seinem persönlichen Level trainieren bzw. üben kann. Diese Sonderwoche ist im Rahmen Ihres Hotelaufenthaltes kostenfrei.

bodyART pure für Sie und Ihn mit Iris Mahler

17. – 21. Februar / 23. – 27. November

Energien vitalisieren.

Ein großartiges Training für all diejenigen, die Kraft und Stabilität sowohl im Innen als auch im Außen anstreben. Sie erleben die Synergien von Yoga, Pilates und funktionalem Training auf eine ganz neue Art in der Verbindung von Kraft, Flexibilität, Balance, Herz, Kreislauf und Atmung. Aus sanfter Erwärmung geht es von einer Übung fließend in die nächste über. Durch den Wechsel aus intensiven Kraftelementen und aktiven Entspannungsphasen entsteht eine spürbar positiv vitalisierende Energie für Körper und Geist.

Eine fantastische Form des Ganzkörpertrainings und für jede Altersgruppe geeignet - vom Kind bis zum älteren Menschen, vom Spitzensportler bis zum Rehapatienten. In dieser Woche haben Sie die Möglichkeit, verschiedene Facetten des bodyART Trainings kennenzulernen.“

Programmablauf

Für einen guten Start in den Tag findet von Montag bis Freitag am Morgen eine Basic-Stunde mit den Grundelementen des bodyART Trainings statt (1 Std. sanft, mobilisieren, leicht kräftigend). Die Stunde am Nachmittag hat eine spezielle Ausrichtung. Im Anschluss daran folgt ein 40-minütiges Stretch & Flow Programm.

Wer bis Samstag bleibt, erlebt bodyART in seiner intensiven Form „deepwork“.

bodyART ist für Anfänger als auch Fortgeschrittene geeignet, da jeder in seinem persönlichen Level trainieren bzw. üben kann. Diese Sonderwoche ist im Rahmen Ihres Hotelaufenthaltes kostenfrei.

Wunderbar Wandern

Der Schwarzwald ist eines der schönsten europäischen Wandergebiete und hat seit 2014 einen Nationalpark. Im Wandel der Jahreszeiten offenbart die Landschaft eine unvergleichliche Vielfalt, die wir Ihnen gerne zu Füßen legen möchten. Ob sonniges Frühlingserwachen, bunte Herbstspaziergänge oder märchenhafte Touren durch die verschneite Winterlandschaft – unsere Wanderfreunde Rosi Haist, Iris Mahler und Björn Deinert führen Sie in bester Wanderlaune auf die reizvollsten Strecken der Region.

Unsere Themenwochen berücksichtigen dabei unterschiedliche Interessen und Anforderungen. Da gibt es zum Beispiel die Kulturwanderwoche mit Besichtigung von kulturellen Highlights, sportlich anspruchsvolle Touren für erfahrene Wanderer und gemütliche Wohlfühl-Wanderungen. Diese Sonderwoche ist im Rahmen Ihres Hotelaufenthaltes kostenfrei.

Frühlingswanderwoche / 30. März – 3. April

Dem Frühlingserwachen auf der Spur. (Mo bis Fr 10-12 km)

Kulturwanderwoche / 11. – 15. Mai

An drei von fünf Wandertagen besuchen wir kulturelle Highlights der Region. Zum Beispiel eine Klosteranlage eine Burgruine, Wehranlage... (Mo - Fr ca. 8 km)

Sportliche Wanderwoche / 22. – 26. Juni

Sportliche Strecken für ambitionierte Wanderer. Eine gewisse Grundkondition ist Voraussetzung. (Mo – Fr ca. 16 km)

Wanderwoche / 13. – 17. Juli

In dieser Woche wandern wir zu den regionalen Wasserfällen. An zwei Tagen starten wir früh am Morgen. zwischen 6 und 7.30 Uhr. (Mo bis Fr ca. 8 - 10 km).

Wanderwoche Kids & Family / 10. – 14. August

Die genaue Erklärung finden Sie unter „Kinder und Jugendliche“.

Wohlfühl-Wanderwoche / 31. August. – 4. September

Entspannung, Wohlbefinden und Bewegung – gemütliche Wandertage für jedermann. (Mo bis Fr ca. 8 km)

Wanderwoche „Wandern & Weingenuß“ / 21. – 25. September

In dieser Woche wird natürlich auch fleißig gewandert. Am Ende jeder Wandertour genießen wir bei gemütlichem Beisammensein ein Gläschen Wein, kommentiert von einem Sommelier. Krönender Abschluss ist eine Weinbergwanderung im badischen Ländle mit anschließender Weinverkostung (Mo bis Fr ca. 12 km).

Herbstwanderwoche / 12. – 16. Oktober

Spaziergänge durch den herbstlichen Nordschwarzwald (Mo – Fr ca. 12 km).

Adventsspaziergänge / 30. November – 5. Dezember

Zur Winterzeit genießen wir die Ruhe und stimmungsvolle Atmosphäre der Vorweihnachtszeit mit ein adventlichen Überraschungen (Mo bis Fr ca. 5-6 km)

Aktive Winterwoche

3.-6. Februar / 10. – 14. Februar

Im Winter, wenn es schneit, verwandelt sich der Schwarzwald in eine traumhafte Märchenlandschaft. Ob beim Langlaufen, Schneeschuhwandern, Eisstockschießen oder auf einer romantischen Pferdeschlittenfahrt – die „aktive Winterwoche“ macht Lust auf Bewegung. Am Nachmittag erwartet Sie ein Ausflug in die Winterwelt – auf Skiern, auf Schneeschuhen oder dick eingemummelt auf den Wanderwegen. Diese Sonderwoche ist im Rahmen Ihres Hotelaufenthaltes kostenfrei.

Verrückt auf Fasching

21. – 25. Februar

Lassen Sie mit uns die Funken fliegen. Die berühmt-berüchtigte Tonbacher Fasnet fängt am Fasnets - Freitag an und geht rund bis zum Aschermittwoch. Da tanzen die Hexen, es gibt ein närrisches Buffet, einen zünftigen Schudi-Abend auf der Blockhütte und einen Ausflug zum alemannischen Fasnetsumzug und vieles mehr. Höhepunkt der wilden Tage ist der Rosenmontag. Da wird auch im Restaurant Silberberg Karneval gefeiert. Beim großen Rosenmontagsball mit der Peter-Thiebes-Live-Band prämiieren wir die besten Verkleidungen. Denken Sie also beim Kofferpacken an originelle Kostüme. Das diesjährige Hausmotto heißt „**Willkommen in Fantasien**“. Wir freuen uns jetzt schon auf närrische Auftritte – je farbenfroher umso besser. Natürlich darf der Nubbel dabei nicht fehlen. Wir heißen ihn herzlich in Tonbach willkommen und verbrennen ihn feierlich mit geistigem Beistand am Dienstagabend - und verabschieden damit die Fasnet.

Fit in den Frühling mit Iris Mahler und Birgit Frey

2. – 6. März, 16. – 20. März

Im Frühling bekommt man ganz automatisch Lust auf Bewegung und Aktivität, um wieder fit und vital zu werden. Das Gefühl einfach durchzuatmen und neue Kraft und Energie aufzutanken. Diese Woche ist eine großartige Möglichkeit fit in den Frühling durchzustarten.

Jeden Tag haben Sie die Auswahl von mindestens 4 verschiedenen Sportkursen: Wassergymnastik, ein Powerkurs wie beispielsweise Indoor-Cycling oder BBP functional und ein energetischer Kurs wie bodyART oder Pilates. Ein 30-minütiges Stretching-Programm rundet den Tag energetisch wohlführend ab.

Für diese Woche haben wir die besten Rahmenbedingungen – die frische Schwarzwaldluft, die Ruhe der Natur, einen verwöhnenden Wellness-Bereich und unsere hervorragende Spitzenküche. Im Rahmen der Halbpension haben Sie am Abend die Möglichkeit, ein Vitalmenü zu wählen. Diese Sonderwoche ist im Rahmen Ihres Hotelaufenthaltes kostenfrei.

Tanzwoche „Let's Dance“

mit dem ADTV-Tanzlehrerpaar Martina und Eberhard Braig
16. – 20. November

Lassen Sie sich von uns inspirieren zu dem schönsten Hobby, das man zu zweit haben kann: Dem paarweisen Tanzen.

Tanzen und Genuss gehören zusammen - das war immer schon immer die Philosophie der Braig's. Eberhard Braig begann mit 16 Jahren bereits mit dem Tanzen. Mit seiner Frau Martina führte er 28 Jahre lang sehr erfolgreich ein eigenes ADTV-Tanzstudio.

Programmablauf (Änderungen vorbehalten)

Montag: Langsamer Walzer und Discofox

Dienstag: Tango und Rumba

Mittwoch: Quickstep(Foxtrott) und Cha-Cha

Donnerstag: Wiener Walzer und Jive und Samba

Am Vormittag widmen wir uns den Grundsritten,
am Nachmittags lernen wir kleine Tanzfolgen/Kombinationen.



„Wir machen mit Ihnen einen Ausflug in die schöne Welt des paarweisen Tanzens in einer lockeren, schönen Atmosphäre und wecken in Ihnen Lust auf mehr“.

Unsere vergnügliche Aufforderung zum Tanz richtet sich an sowohl an Singles als auch an Paare. Der Unterricht in geselliger Runde findet in unserem Well-Fit-Raum statt. Ob Tango, Cha-Cha-Cha oder Disco-Fox - mit unseren professionellen ADTV-Tanzlehrern lernen Sie mit Freude, wieder leicht und sicher über das Parkett zu schweben.

Wir freuen uns auf Sie.

Martina und Eberhard Braig

Künstlerische Ferien mit Elvira Amrhein

4. – 8. Mai

Die deutsch-französische Künstlerin Elvira Amrhein lädt Anfänger und Fortgeschrittene ein, ihre kreative Seite auszuleben und gemeinsam die schönsten persönlichen Aquarell-Kunstwerke zu gestalten. Für die einen ist es der Kick, endlich wieder anzufangen, für die anderen ein wertvoller Impuls für ein herrliches neues Hobby. Auf Wunsch können Sie gerne mit Acrylfarben, Tusche oder Kohle arbeiten.

Die Malgruppe trifft sich täglich von Montag bis Freitag von 10.30 Uhr bis 13.30 Uhr im Traube Atelier. Am Mittwochnachmittag besuchen wir gemeinsam ein Kunst-Museum. Wir bitten um Ihre Anmeldung mindestens 4 Wochen im Voraus. Wichtig: Bitte bringen Sie Malwerkzeug, Aquarellpapier, Leinwände und Farben mit. Für diese Sonderwoche beträgt der Kostenbeitrag 336 € p. P.

Kräutertage in der Traube Tonbach

25. – 27. Mai

Wenn Sie Freude im Umgang mit Kräutern haben, dann freuen wir uns, Sie zu unseren Kräutertagen begrüßen zu dürfen. Ob als Tee, ob in einem köstlichen Pesto oder als Symphonie in einem ganzen Menü verarbeitet, Kräuter sind mannigfaltig und machen viele Speisen geschmacklich zu einer raffinierten Köstlichkeit.

Programmablauf

Montag: Teeseminar

Björn Deinert, Tea Master der Traube Tonbach, präsentiert Ihnen verschieden Varianten von Kräutertees und was es beim Aufgießen zu beachten gilt.

Dienstag: Kräuterwanderung

Kräuterwanderung. Sabine Schweikert entführt Sie in die Welt der Wildpflanzen. Unterwegs sammeln wir das ein oder andere Kraut, um daraus ein Wildkräuterpesto herzustellen. Die heiteren Anekdoten und Geschichten der passionierten „Kräuterfrau“ machen diese Stunden zu einem perfekten Tag.

Mittwoch: Kochkurs

In unserer Kochschule wird gemeinsam mit unserem stellvertretenden Küchendirektor Henry Oskar Fried ein köstliches 3-Gänge-Kräuter Menü zubereitet. Das Thema lautet „Wildkräuter- und Blütenküche nach Henry Oskar“. Der Kurs beginnt um 10 Uhr und dauert bis ca. 15 Uhr. Der Kostenbeitrag für diesen Kochkurs beträgt 98 € p. P. (inklusive Tischwein, Wasser, Rezeptheft, Leihschürze)

Survival Camp mit Robert Hill

Erleben Sie den Schwarzwald von seiner wilden Seite

8.-13. Juni, 10.-15. August, 17.-22. August, 26.-31. Oktober

Outdoor-Experte Robert Hill kennt den Schwarzwald wie seine Westentasche. Er ist hier aufgewachsen und hat viele Tage und Nächte in den Wäldern verbracht. In seiner Zeit bei der Royal Navy bereiste er die Antarktis, den Himalaya und viele urwüchsige Regionen Europas. Nutzen Sie die einmalige Chance, von diesem Experten zu lernen und den Schwarzwald mit seinen Augen zu sehen.

Für das „Black Forest outdoor and survival training“, stattet er seinen alten Heimat einen Besuch ab. Er hat ein lehrreiches Programm und verschiedene Tagestouren zusammengestellt, um Ihnen die Basics für ein Leben in freier Natur zu vermitteln. Lernen Sie z.B. wie man Feuer macht, einen Unterschlupf baut oder wie man Nahrung in der Wildnis findet. Und am Lagerfeuer erzählt Rob viele spannende Geschichten, die mit jedem Actionfilm mithalten können. Begleiten Sie ihn auf dieser spannenden Expedition durch den Schwarzwald.

Wir sind in diesen Tagen etwa 4-6 Stunden in freier Natur. Im Rahmen Ihrer Übernachtung fallen keine Zusatzkosten an. Kinder und Jugendliche unter 12 Jahren können in Begleitung eines Erwachsenen teilnehmen.



Sommergolftage / Arrangement

15. – 18. Juni

Genießen Sie in geselliger Runde und entspannter Atmosphäre die Sommergolftage Traube Tonbach. Gemeinsam mit unserem Golffreund Roland Frey, Sportwart des Golfclub Freudenstadts, werden Sie in den kommenden Tagen die wunderschöne Golfanlage in Freudenstadt mit reizvollen Bahnen und herrlichen Naturerlebnissen bespielen. Der Golf-Club Freudenstadt wurde bereits im Jahre 1929 gegründet und gehört somit zu den ältesten und traditionsreichsten Golfanlagen in Deutschland.

Programmablauf

Montag & Dienstag / Training

Ab 09.45h Steht der Bus parat
10.00h Transfer mit unserem Hotelbus zur Golfanlage Golfanlage Freudenstadt
10.30h Spiel auf dem 18-Loch Golfplatz in Freudenstadt.
ca. 15.30h Rücktransfer ins Hotel
ca. 16.00h Sundowner in unserem Rosengärtle oder Hotelhalle.

Mittwoch / Turniertag

Das Turnier ist vorgabewirksam. Voraussetzung für die Teilnahme ist ein Handicap von 45 oder weniger.

Tagesablauf

Ab 08.15h Steht der Bus parat
08.30h Transfer zur Golfanlage Freudenstadt
09.00h Nutzung der Driving Range
09.30h Offizielle Begrüßung am Clubhaus
10.00h Kanonenstart ins Turnier mit Mitgliedern des Golfclubs
ca. 15.00h Siegerehrung auf der Golfanlage
ca. 16.30h Rücktransfer ins Hotel
19.00h Barbecue inklusive Getränke

Für die Sommergolftage erheben wir einen Kostenbeitrag von 420 € p. P. zzgl. Übernachtungskosten. Im Arrangementpreis enthalten sind: Transfere zur Golfanlage, Greenfee, Rundenverpflegung, Sundowner, Barbecue, Startgebühr, Turnier, Golfbegleitung.

Auf Wunsch organisieren wir für Sie gerne im Vorfeld individuelle Trainerstunden über die Golfschule Peter Dworak in Freudenstadt. Anmeldungen bis 2 Wochen vor Startbeginn: 31. Mai 2020.

Nationalfeiertage

Ein Fest für unsere Freunde aus Luxemburg, Frankreich und der Schweiz.

Wir feiern für und mit unseren Gästen aus Luxemburg, Frankreich und der Schweiz und machen ihren Nationalfeiertag zum exklusiven Traube Ereignis. Wir laden zu einem Spaziergang durch unser schönes Tonbachtal ein und überraschen Sie mit einem stimmungsvollen Picknick. Es gibt einen geselligen Nachmittagskaffee mit Geburtstags-torte. Und als Höhepunkt ein großes Gala-Menü im Zeichen der Freundschaft. Zu diesem landestypischen Gala-Abend, inklusive korrespondierender Weine mit festlicher Musik, laden wir Sie im Rahmen der Halbpension herzlich ein.

Luxemburger Nationalfeiertag 23. Juni 2020

Picknickwanderung 22.6., 11.00 Uhr

Geburtstagskaffee 23.6., 15.00 Uhr Hotelhalle

Gala-Abend 23.6., 18.30 Uhr



Französischer Nationalfeiertag 14. Juli 2020

Picknickwanderung 13.7., 11.00 Uhr

Kaffee 14.7., 15.00 Uhr Hotelhalle

Gala-Abend 14.7., 18.30 Uhr



Schweizer Nationalfeiertag 1. August 2020

Picknick 31.7., 11.00 Uhr

Kaffee 1.8., 14.00 Uhr Hotelhalle

Gala-Abend 1.8., 18.30 Uhr



Tag der Deutschen Einheit 3. Oktober 2020

Wir beginnen den Abend mit einem kleinen Klavierkonzert von 18 Uhr bis 18.30 Uhr via Kevin Dilper.

Anschließend servieren wir ein köstliches Gala-Menü im Restaurant Silberberg.



Fahrradwoche - Baiersbronn by Bike

6. – 10. Juli, 17. – 21. August

Genuss-Fahrradfahren mit dem E-Bike

Hohe Berge und tiefe Täler, ursprüngliche Natur und kurvenreiche Wege. Fahrradfahren ist im Schwarzwald ein besonderes Vergnügen und eine sportliche Herausforderung. Mit unseren Trainerinnen Birgit Frey und Vivien Kilgus fahren Sie in dieser Woche an fünf Tagen die schönsten Strecken der Region mit unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden und herrlichen Aussichten. Gerne können Sie Ihr eigenes Fahrrad mitbringen oder im Vorfeld ein hochwertiges Rad aus unserer hauseigenen Fahrradflotte für die Touren reservieren. Diese Sonderwoche ist im Rahmen Ihres Hotelaufenthaltes kostenfrei.



Unsere Fahrrad Flotte

Acht komfortable Samedi-Bikes des französischen Herstellers Moustache. Die Bikes wirken durch die innovative Rahmenbautechnik und die schwarzmatte Lackierung schlicht und elegant. Je nach persönlicher Vorliebe und Terrain kann man hier zwischen den verschiedenen Unterstützungsmodi „ECO“, „Tour“, „Sport“ und „Turbo“ wählen. Dank der Akku-Unterstützung radelt es sich deutlich entspannter.

Vier sportliche Mountain-E-Bikes der Firma Corratec. Alle E-Bikes sind mit dem bewährten Bosch Antriebssystemen ausgestattet.

Immer sicher ans Ziel mit

GPS - Global Positioning System für Ihre Fahrradtour

Mit einem GPS-Gerät können Sie spontan und ohne Bedenken zu einer Fahrradtour aufbrechen und ganz entspannt die Gegend genießen – das Gerät führt Sie garantiert zum Ziel! Wir sind für Sie unterschiedlich lange Routen abgefahren, die Sie einfach nachfahren. Wir haben 2 GPS-Geräte kostenfrei zum Verleih parat.

Schottische Tage / Arrangement

10. – 12. November

Whisky, Dudelsackspieler, Haggis-Anstich, High-Tea: Vom 10. bis 12. November holen wir die schottische Kultur ins Tonbachtal. Heiner Finkbeiner, Barchef Bernhard Stöhr und Whisky-Botschafter Christian H. Rosenberg laden Sie ein, Schottlands faszinierende Seiten kennenzulernen. Seit über 20 Jahren herrscht drei Tage lang in der Traube Tonbach schottisches Lebensgefühl pur.

Der Auftakt: Die Reise beginnt am Dienstagabend mit einem urigen „Come together-Abend“ mitten im Wald. Genießen Sie die schwäbische Küche und eine exquisite Whisky-Raritätenverkostung sowie Begegnungen und Gespräche in vertrauter Runde.

Am Mittwochnachmittag zelebrieren wir die Tee-Kultur und laden zum High-Tea nach Schwarzwälder Art ein. Genießen Sie am Mittwochabend gemeinsam mit Ihrem und unserem langjährigen Barchef Bernhard Stöhr und Whisky Botschafter Christian H. Rosenberg einen Talk and Dinner Abend. Bei interessanten Geschichten zu den Highlands und ihrem legendären Nationalgetränk laden Herr Stöhr und Herr Rosenberg zur Verkostung von feinstem Whisky und einem 5-Gang Menü ein.

Um den Schottischen Tagen in der Traube Tonbach einen würdigen Abschluss zu bieten, findet am Donnerstagabend in der Hotelhalle ein Haggis-Anstich statt. Die deftige schottische Spezialität soll an diesem Abend aber nicht das einzige kulinarische Highlight der Highlands bleiben. Beim anschließenden schottischen Buffet im Restaurant Silberberg haben Sie nochmals die Möglichkeit zu genießen – und die vergangenen, schottischen Tage Revue passieren zu lassen.

Auch wenn Sie das Arrangement nicht gebucht haben, können Sie sich für eine Veranstaltung individuell anmelden. Informationen über Preis und Verfügbarkeit erhalten Sie über unsere Reservierung (Tel. +49 (0)7442 – 622).

Kinder und Jugendliche

Im Kids Court begrüßen Leiterin Marion Müller und ihr Team Kinder ab drei Jahren und Jugendliche. Ausflüge, Sport, Action, Spiele, Spaß oder Entertainment - hier gibt es tolle Möglichkeiten, um gemeinsam etwas zu erleben. Mittags und abends sind alle Kids zum Essen im Kinder-Restaurant eingeladen. Das wöchentliche Programm finden Sie auf unserer Internetseite: www.traube-tonbach.de oder schreiben Sie uns eine Email: animation@traube-tonbach.de oder rufen Sie uns an: +49 (0) 7442 / 492-622.

Fußballcamp mit Horst & Philipp Köppel

3. – 7. August

Ein Trainerteam mit Herz.

Ein absolutes Highlight für unsere kleinen Gäste ist unser Fußballcamp mit dem ehemaligen Nationalspieler Horst Köppel. Bei ihm lernen die Kids auf spielerische Art mit dem Ball umzugehen. Nicht nur Technik, Taktik und Koordination werden dabei gelernt, sondern vielmehr Teamgeist und der faire Umgang mit seinen Mit- und Gegenspielern. Eine coole Woche mit viel Spaß für alle Fußballfreunde und -freundinnen.



Gespielt wird übrigens bei jedem Wetter – im Freien oder in der Sporthalle. Nach der Trainingseinheit von 10-12 Uhr gibt es ein gemeinsames sportliches Mittagessen. Bitte melden Sie die Kids für diese Woche vorab an, damit wir entsprechend planen können.

Kostenbeitrag 79 Euro (Fußballcamp, Trikot + Ball) zuzügl. Ausrüstung nach Bedarf (Sporttasche, Hose, Stutzen, Trinkflasche. Nur die Sportschuhe (sowohl Halle wie auch Rasen) müssen mitgebracht werden).

Unser Abenteuer-Spielplatz

Der Traube Spielplatz ist ein Bewegungs- und Sinnesraum voller Überraschungen. Die Kinder können hier die alten Handwerkstraditionen des Tonbachtals erleben und dem spannenden Weg des Holzes folgen. Motorik, Ausdauer, Kreativität und Koordination werden dabei spielerisch geschult. Der Spaß beginnt hoch oben in der Talschwemme, die die geernteten Stämme abwärtsrutschen lässt. In einer Glasbläserrutsche mit bunten Fenstern folgt ein rauschendes Farberlebnis. An der Talsohle stoßen die Kinder auf die Teuchelrinnen und Wasserquellen. Eine super Gelegenheit, um ausgiebig zu matschen. Anschließend geht es zu den wilden Seilerschaukeln.

Wanderwoche Kids & Family

10. – 14. August

Diese Woche steht ganz unter dem Motto „3-Generationen-Erlebnistag“. Großeltern, Eltern und Kinder sind herzlich eingeladen, gemeinsam mit uns auf Tour zu gehen. Dabei steht immer wieder ein anderes Highlight auf dem Programm. Zum Beispiel führt uns ein Ranger durch den wilden Wald oder wir unternehmen eine Flussbettwanderung oder es geht mit einem Pony über saftige Wiesen. Lasst euch überraschen, was wir dieses Mal für Euch vorbereitet haben. Diese Sonderwoche ist im Rahmen Ihres Hotelaufenthaltes kostenfrei.

Kids & Family Tag

30. Oktober

Über das Jahr verteilt haben wir immer wieder Kids & Family Tage im Programm. Termine 2020: 4. März, 20. April, 8. Juni, 10. August, 30. Oktober.

Kochen wie die Großen

In der Kochschule kochen die Kids unter der Anleitung eines Profis aus guten Bioprodukten ein 3-Gang-Menü. Beim Knigge-Kurs im Restaurant Silberberg lernen sie die richtigen Benimmregeln bei Tisch. Außerdem gibt es tolle Partys, Grillabende und einen coolen Kurs im Cocktailmixen. Natürlich mit viel Spaß und ohne Alkohol.

Indoor-Aktivitäten – Spielen, Träumen, Lachen

Der Kids Court ist ein riesiger kreativer Raum. Ausgestattet mit einem Tischkicker, Bobby-Cars, Indoor-Fußball, Tischtennis, Trampolin springen, Badminton, Billard und einer Kletterwand gibt es viele Möglichkeiten für Spiel und Spaß. Außerdem gibt es jeden Tag ein abwechslungsreiches Kinderprogramm wie z. B. Kinderschminken, Bastelwerkstatt oder Waffeln backen.

Outdoor-Aktivitäten

Natürlich erleben wir den Schwarzwald auch außerhalb der Traube Tonbach. Auf Euch warten verschiedene Outdoor-Aktivitäten wie Klettergarten, Bobbahn, Stand-Up-Paddling, Adventure Golfpark, Kartfahren am See, Segway-Touren, Besuch auf dem Bauernhof und vieles mehr.



Hotel Traube Tonbach SINCE 1789 – Familie Finkbeiner KG
Tonbachstraße 237, 72270 Baiersbronn im Schwarzwald
Telefon +49 (0) 7442/492-0, Telefax +49 (0) 7442/492-692

Reservierung: +49 (0) 7442/492-622

reservations@traube-tonbach.de, info@traube-tonbach.de

Facebook: Hotel Traube Tonbach – Baiersbronn

Instagram: traubetonbach