

TRAUBE TONBACH

*best since 1789*



# Wochenprogramm

vom 9. Januar bis 15. Januar 2023

## Herzlich Willkommen.

Liebe Gäste,

Eine lange und herausfordernde Zeit liegt hinter uns, in der wir Sie, liebe Gäste, am meisten vermisst haben. Deshalb freuen wir uns umso mehr, wieder für Sie da sein zu können mit der gebotenen Fürsorge und dem nötigen Abstand. Und doch mit der ganzen Herzenswärme der Traube Tonbach!

Wir freuen uns, dass Sie unsere Gäste sind und wünschen Ihnen einen erholsamen Aufenthalt.



Familie Finkbeiner

### **Ausflugsziele.**

Interessante Ausflugsziele haben wir für Sie in einer informativen Broschüre zusammengefasst. Sie finden diese am Guest Relation Desk im Bereich der Rezeption. Gerne beraten wir Sie gerne persönlich.

### **Informationszentrum am Ruhstein.**

Derzeit können Tickets für die Ausstellung nicht online gebucht werden. Vor Ort können Sie für den jeweiligen Tag Tickets erwerben. Beachten Sie bitte, dass derzeit vor Ort nur Barzahlung möglich ist. Montags ist das Zentrum geschlossen.

### **Freudenstadt.**

Der größte Marktplatz Deutschlands, die markante Stadtkirche, das historische Besucherbergwerk oder der Friedrichsturm - die Stadt: Freudenstadt ist sehens- und erlebenswert.

Kommen Sie auf uns zu. Gerne beraten wir Sie an der Gästeinformation.

**Montag, 9. Januar 2023** / Blockhütte geschlossen.

**08.00 Aqua-Gym im Sportbecken / bitte anmelden (max. 8 Personen).**

Bei der Wassergymnastik trainiert man den gesamten Bewegungsapparat, die Muskeln, den Gleichgewichtssinn und die Ausdauer, die Gelenke werden dabei geschont. Anmeldung bis 7.30 Uhr. Dauer 30 Minuten. Treffpunkt ist in der Pool-Area.

**09.30 Information / Guest Relation / Anmeldung. bis 11.30 Uhr.**

Die Information befindet sich im Bereich der Rezeption (Telefonnummer 441). Gerne beraten wir Sie und nehmen Ihre Anmeldungen persönlich entgegen. Außerhalb dieser Zeiten sind unsere Mitarbeiter an der Rezeption für Sie da.

**10.30 Kleine Wanderung mit Rosi Haist.**

Vom Hotel aus wandern wir talauswärts über die Sonnenhalde in Richtung Wiedenberg und weiter nach Klosterreichenbach. An der Wiedenberghütte genießen wir einen Moment den herrlichen Ausblick auf Baiersbronn. Weiter führt die Tour auf einem gut begehbaren Waldweg wieder zurück ins Tonbachtal bis zum Parkplatz Plauderstüble. Eine ideale Tour zum Einwandern. Länge 6 km, mittleres Niveau. Rückkehr 13 Uhr. Anmeldung bis 9 Uhr. Treffpunkt ist am Hoteleingang.

**13.30 Genüsslicher Nachmittag im Restaurant Silberberg bis 15 Uhr.**

Liebe Gäste, genießen Sie verschiedene Köstlichkeiten für den kleinen Hunger am Nachmittag. Von 13.30 – 15 Uhr verwöhnen wir Sie mit kleinen herzhaften Snacks. Wir wünschen guten Appetit.

**14.00 Stockschießen mit Danielle Wember.**

Ähnlich wie beim Boccia, gilt es beim Stockschießen den Stock so nahe als möglich an die Daube heranzuschieben. Gespielt wird in kleinen Mannschaften – eine Riesengaudi für alle Beteiligten. Zum Aufwärmen gibt's ein Tässchen Glühwein Anmeldung bis 11 Uhr (mind. 3, max. 8 Personen). Treffpunkt auf der Traube Stockbahn auf dem Dach des Traube Courts.

**16.00 Fatburner Circel Workout mit Danielle Wember.**

Ein Zirkel-Training, das Sie sicher ins Schwitzen bringt und mit längeren Intervallen mit moderatem Tempo die die Fettverbrennung ankurbelt. Muskelaufbau, Konditionstraining und Fettabbau – die intensiven Trainingseinheiten mit vielen Wiederholungen bieten ein ganzheitliches Workout. Jeder kann in seinem moderaten Tempo arbeiten. Dauer 50 Minuten (mind. 2, max. 8 Pers.). Anmeldung bis 14 Uhr. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.

**Ausflugsziele.**

Interessante Ausflugsziele haben wir für Sie in einer informativen Broschüre zusammengefasst. Sie finden diese am Guest Relation Desk im Bereich der Rezeption. Gerne beraten wir Sie gerne persönlich.

**Dienstag, 10. Januar 2023 / Blockhütte geschlossen.**

**08.00 Aqua-Gym im Sportbecken / bitte anmelden (max. 10 Personen).**

Der natürliche Auftrieb und Widerstand des Wassers bewirken ein ganzheitliches Training für den gesamten Bewegungsapparat. Sie entlasten Ihre Gelenke, stärken gleichzeitig alle wichtigen Muskeln, um Rumpf und Wirbelsäule stabil zu halten. Anmeldung bis spätestens 7.30 Uhr. Dauer 30 Minuten. Treffpunkt ist in der Pool-Area.

**09.30 Information / Guest Relation / Anmeldung. bis 11.30 Uhr.**

Die Information befindet sich im Bereich der Rezeption (Telefonnummer 441). Gerne beraten wir Sie und nehmen Ihre Anmeldungen persönlich entgegen. Außerhalb dieser Zeiten sind unsere Mitarbeiter an der Rezeption für Sie da.

**10.30 Drive & Walk mit Rosi Haist.**

Auf dieser erlebnisreichen Ausfahrt über Freudenstadt und die Schwarzwald-hochstraße unternehmen wir kleine Spaziergänge von ca. 1,5 km Länge. Eine großartige Gelegenheit für all diejenigen, die nicht mehr ganz so gut zu Fuß sind und den Schwarzwald trotzdem hautnah erleben möchten. Anmeldung bis 9 Uhr (max. 7 Pax). Rückkehr 14 Uhr. Treffpunkt ist am Hoteleingang.

**10.30 Transfer nach Freudenstadt / Abholung 14 Uhr.**

Mittelpunkt der Stadt im Schwarzwald ist der schöne, große Marktplatz, der zum Bummeln und Verweilen einlädt. Von hier ist es nur ein Katzensprung in die Natur, die Sie bei einem Spaziergang auf den Kienberg erkunden können. Anmeldung bis 9 Uhr (max. 7 Pers.). Rücktransfer 14 Uhr. Treffpunkt ist am Hoteleingang.

**13.30 Genüsslicher Nachmittag im Restaurant Silberberg bis 15 Uhr.**

Liebe Gäste, genießen Sie verschiedene Köstlichkeiten für den kleinen Hunger am Nachmittag. Von 13.30 – 15 Uhr verwöhnen wir Sie mit kleinen herzhaften Snacks. Wir wünschen guten Appetit.

**14.30 Rücken Fit & Vital mit Imola Schumacher.**

Für einen gesunden Rücken sind die Beweglichkeit der Wirbelsäule und die Flexibilität der faszialen Strukturen genauso wichtig wie die Stabilität durch Kräftigung. Spezielle Dehn- und Kräftigungsübungen verbessern die Mobilisation und Stabilisation der Wirbelsäule spürbar. Funktionale Übungen fördern die Koordination und Standstabilität. Dauer 50 Minuten. Anmeldung bis 12 Uhr. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.

**15.30 BBP / Bauch Beine Po funktional intensiv mit Imola Schumacher.**

Ein ganzheitliches Training zur Kräftigung der Bauch-, Bein- und Pomuskulatur. Nach einer intensiven Aufwärmphase folgt ein ausdauerndes Kräftigungstraining, welches die Fettverbrennung ankurbelt. Isolationsübungen auf der Matte für die Bauch- und Rumpfmuskulatur ergänzen dieses dynamische Training. Anmeldung bis 12 Uhr. Dauer 50 Minuten. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.

**Mittwoch, 11. Januar 2023** / Blockhütte geöffnet 12 – 18 Uhr

**08.00 Aqua-Gym im Sportbecken / bitte anmelden (max. 10 Personen).**

Durch die physikalischen Gegebenheiten des Wassers sind die Bewegungen unter Wasser anstrengender, als wenn man sie an Land durchführen würde. Anmeldung bis 7.30 Uhr (max. 10 Personen). Dauer 30 Minuten. Treffpunkt ist in der Pool-Area.

**09.30 Information / Guest Relation / Anmeldung. bis 11.30 Uhr.**

Die Information befindet sich im Bereich der Rezeption (Telefonnummer 441). Gerne beraten wir Sie und nehmen Ihre Anmeldungen persönlich entgegen.

**10.30 Wanderung mit Rosi Haist.**

Die heutige Tour startet direkt am Hotel. Wir gehen in Richtung Kohlwegrank und weiter auf dem Schlittwegle, ein wunderschöner naturbelassener Pfad. Anschließend wandern wir rund um den Rinkenberg. Eine wunderschöne Wanderung am Waldrand auf naturbelassenen Pfaden und herrlichen Aussichten auf Baiersbronn. Gutes Schuhwerk erforderlich. Länge 9 km, mittleres Niveau, Rückkehr 14 Uhr. Anmeldung bis 9 Uhr. Treffpunkt ist am Eingang Stammhaus.

**13.30 Genüsslicher Nachmittag im Restaurant Silberberg bis 15 Uhr.**

Liebe Gäste, genießen Sie verschiedene Köstlichkeiten für den kleinen Hunger am Nachmittag. Wir wünschen guten Appetit.

**14.30 Stockschießen mit Rosi Haist.**

Ähnlich wie beim Boccia, gilt es beim Stockschießen den Stock so nahe als möglich an die Daube heranzuschieben. Gespielt wird in kleinen Mannschaften – eine Riesengaudi für alle Beteiligten. Anmeldung bis 9 Uhr (mind. 3, max. 8 Personen). Treffpunkt auf der Traube Stockbahn auf dem Dach des Traube Courts.

**14.30 Fit im Sitzen mit Imola Schumacher.**

Auch im Sitzen gibt es viele Übungen, die für Kräftigung, Stabilität und eine bessere Mobilität sorgen. Die Bewegung im Sitzen durchzuführen, kostet weniger Kraft, entlastet die Gelenke und überfordert das Gleichgewicht nicht. Und doch kann man auf diese Weise den Kreislauf in Schwung bringen, sich dehnen und gezielt Muskelgruppen kräftigen. Dauer 45 Minuten. Anmeldung bis 12 Uhr. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.

**15.30 Fit Mix 30 Min / Bauch intensiv 15 Min / Stretching 10 Min mit Imola Schumacher.**

Ein umfassendes Ganzkörpertraining mit den Inhalten Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Koordination, eine perfekte Mischung aus verschiedenen Fitnessformen. Im zweiten Drittel gibt es ein umfassendes Bauch intensiv Training mit abschließendem Stretching. Dauer 55 Minuten. Anmeldung bis 12 Uhr. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.

**Donnerstag, 12. Januar 2023** / Blockhütte geöffnet 12 – 18 Uhr.

**08.00 Aqua-Gym im Sportbecken / bitte anmelden (max. 10 Personen).**

Die sanften Bewegungen mögen mühelos wirken, Wassergymnastik ist jedoch ein sehr effektives Training für Kraft und Ausdauer. Weil die Wärmeleitfähigkeit des Wassers den Kalorienverbrauch ankurbelt, kann eine halbe Stunde Wassergymnastik je nach Temperatur, Intensität und Körperkonstitution bis zu 400 Kalorien verbrennen. Anmeldung bis 7.30 Uhr. Dauer 30 Minuten. Treffpunkt ist in der Pool-Area.

**09.30 Information / Guest Relation / Anmeldung. bis 11.30 Uhr.**

Liebe Gäste, genießen Sie verschiedene Köstlichkeiten für den kleinen Hunger am Nachmittag. Von 13.30 – 15 Uhr verwöhnen wir Sie mit kleinen herzhaften Snacks. Wir wünschen guten Appetit.

**11.00 Ausfahrt nach Baden-Baden mit Marion Müller.**

Internationale Designer-Labels, kostbare Juwelen, trendige Accessoires, erlesene Antiquitäten, hippe Galerien, edle Weine und süße Versuchungen in unseren Traditions-Cafés und Chokolaterien. Nicht zu vergessen das Frieder Burda Museum mit der aktuellen Ausstellung *Transformers, Meisterwerke der Sammlung Frieder Burda im Dialog mit künstlichen Wesen*. Kostenbeitrag 25,- p. P. Anmeldung bis 9 Uhr. Rückkehr ca. 16.30 Uhr (mind. 3, max. 7 Personen). Treffpunkt ist am Eingang Stammhaus.

**13.30 Genüsslicher Nachmittag im Restaurant Silberberg bis 15 Uhr.**

Liebe Gäste, genießen Sie verschiedene Köstlichkeiten für den kleinen Hunger am Nachmittag. Von 13.30 – 15 Uhr verwöhnen wir Sie an unserem Nachmittagsbüffet mit kleinen herzhaften Snacks. Wir wünschen guten Appetit.

**14.00 Circle Workout Pilates inspired / mit Danielle Wember.**

Dieses Zirkeltraining basiert insbesondere auf die Kräftigung der Körpermitte und Standstabilität und innere Aufrichtung. Jeder der Übungen an den einzelnen Stationen ist inspiriert aus dem Pilatetraining. Dauer 50 Minuten. Anmeldung bis 12 Uhr. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.

**16.00 Yoga & Atmung mit Sandra Frey.**

Atmen ist leben. Neben der richtigen Atemtechnik gibt es verschiedene Möglichkeiten, die Atmung zu unterstützen und zu erleichtern. In dieser Stunde werden einige grundlegende Körperhaltungen (Asanas) geübt, die leicht kräftigend wirken und die Beweglichkeit fördern. Dabei liegt der Fokus auf der Atmung. Dauer 60 Minuten. Anmeldung bis 12 Uhr. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.

**18.00 Traditioneller Aperitif in der Hotelhalle.**

Erfahren Sie neues über die Traube Tonbach. Es begrüßen Sie die Geschäftsleitung sowie Abteilungsleiter und Mitarbeiter in der Hotelhalle. Ein kleiner Blick in die tägliche Arbeit einzelner Mitarbeiter.

**Freitag, 13. Januar 2023** / Blockhütte geöffnet 12 – 16.30 Uhr.

**08.00 Aqua-Gym im Sportbecken / bitte anmelden (max. 8 Personen).**

Bei der Wassergymnastik trainiert man den gesamten Bewegungsapparat, die Muskeln, den Gleichgewichtssinn und die Ausdauer, die Gelenke werden dabei geschont. Anmeldung bis 7.30 Uhr. Dauer 30 Minuten. Treffpunkt ist in der Pool-Area.

**09.30 Information / Guest Relation / Anmeldung. bis 11.30 Uhr.**

Die Information befindet sich im Bereich der Rezeption (Telefonnummer 697). Gerne beraten wir Sie und nehmen Ihre Anmeldungen persönlich entgegen Außerhalb dieser Zeiten sind unsere Mitarbeiter an der Rezeption für Sie da.

**10.30 Wanderung mit Rosi Haist.**

Wir fahren mit unserem Hotelbus bis zum Vordersteinwald bei Freudenstadt. Von dort aus wandern wir am Rötenbach entlang bis nach Schömberg. Weiter geht's auf dem Teickelweg bis nach Ödenwald, von wo wir eine herrliche Aussicht auf die Schwäbische Alb genießen können. Nach einer gemütlichen Einkehr in der Tannenstube wandern weiter zum Strutsee und schließlich zurück zum Ausgangspunkt. Länge 9 km, leichtes Niveau, Rückkehr 15 Uhr. Anmeldung bis 9 Uhr (max. 7 Personen). Treffpunkt ist am Hoteleingang.

**13.30 Genüsslicher Nachmittag im Restaurant Silberberg bis 15 Uhr.**

Liebe Gäste, genießen Sie verschiedene Köstlichkeiten für den kleinen Hunger am Nachmittag. Von 13.30 – 15 Uhr verwöhnen wir Sie an unserem Nachmittagsbuffet mit kleinen herzhaften Snacks. Wir wünschen guten Appetit.

**14.30 Fit im Sitzen mit Imola Schumacher.**

Auch im Sitzen gibt es viele Übungen, die für Kräftigung, Stabilität und eine bessere Mobilität sorgen. Die Bewegung im Sitzen durchzuführen, kostet weniger Kraft, entlastet die Gelenke und überfordert das Gleichgewicht nicht. Und doch kann man auf diese Weise den Kreislauf in Schwung bringen, sich dehnen und gezielt Muskelgruppen kräftigen. Dauer 45 Minuten. Anmeldung bis 11 Uhr. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.

**15.30 BBP / Bauch Beine Po intensiv mit Imola Schumacher.**

Ein ganzheitliches Training zur Kräftigung der Bauch-, Bein- und Pomuskulatur. Nach einer intensiven Aufwärmphase folgt ein ausdauerndes Kräftigungstraining, welches die Fettverbrennung ankurbelt. Isolationsübungen auf der Matte ergänzen dieses dynamische Training. Anmeldung bis 12 Uhr. Dauer 50 Minuten. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.

**21.00 Livemusik in der Hotelhalle.**

Musikalisch begleitet die Sängerin Anne Balta den Abend.

**Samstag, 14. Januar 2023** / Blockhütte geschlossen.

**08.00 Aqua-Gym im Sportbecken / bitte anmelden (max. 10 Personen).**

Splash! Ihr Element ist das Wasser? Dann sind Sie im Aqua-Gym-Kurs genau richtig. Der natürliche Auftrieb und Widerstand des Wassers bewirken ein ganzheitliches Training für den gesamten Bewegungsapparat, die Gelenke werden dabei geschont. Anmeldung bis 7.30 Uhr. Dauer 30 Minuten. Treffpunkt ist in der Pool-Area.

**09.30 Information / Guest Relation / Anmeldung. bis 11.30 Uhr.**

Die Information befindet sich im Bereich der Rezeption (Telefonnummer 697). Gerne beraten wir Sie und nehmen Ihre Anmeldungen persönlich entgegen. Außerhalb dieser Zeiten sind unsere Mitarbeiter an der Rezeption für Sie da.

**10.30 Kleine Wanderung mit Rosi Haist.**

Vom Hotel aus geht es über den Härlisberg, zur Oberen Sonnenhalde. Von nun an geht es bergauf auf einem schmalen Holzhauerpfad zum Alten Grenzstein bis zum Priorstein. Weiter führt die Tour auf einem wunderschönen Waldpfad bis hin zum Plauderstüble. Länge 7 km, mittleres Niveau, Rückkehr 13 Uhr. Anmeldung bis 9 Uhr. Treffpunkt ist am Hoteleingang.

**13.30 Genüsslicher Nachmittag im Restaurant Silberberg bis 15 Uhr.**

Liebe Gäste, genießen Sie verschiedene Köstlichkeiten für den kleinen Hunger am Nachmittag. Von 13.30 – 15 Uhr verwöhnen wir Sie an unserem Nachmittagsbüffet mit kleinen herzhaften Snacks. Wir wünschen guten Appetit.

**14.30 Fitness für Best Ager mit Imola Schumacher.**

Für all diejenigen geeignet, die es etwas langsamer angehen möchten. Im Fokus stehen Mobilisation und leichte Kräftigung. Dauer 40 Minuten. Anmeldung bis 11 Uhr. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.

**15.30 Functional Training mit Imola Schumacher.**

Beim funktionellen Training liegt der Fokus darauf, den Körper zu stabilisieren sowie Muskelapparat, Muskelansätze, Sehnen und Gelenke für den Alltag fit zu machen. Besonders der Rumpf, unser Hauptstabilisator, sowie die tiefe Bauchmuskulatur und Schulterblattstabilisatoren werden trainiert. Dauer 60 Minuten. Anmeldung bis 12 Uhr. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.

**16.00 Weinprobe mit Chef-Sommelier Stéphane Gass.**

Es erwartet Sie eine hervorragende Auswahl an persönlich ausgewählten Weinen, die durch Qualität überzeugen und auch für Weinkenner noch neue Entdeckungen bieten. Anmeldung bis 12 Uhr. Kostenbeitrag 25.- p. P. Treffpunkt ist in der Vinothek.

**21.00 Livemusik in der Hotelhalle.**

Musikalisch begleitet Ralph Lohaus durch den Abend.



**Sonntag, 15. Januar 2023**

**Abreise heute bis 12 Uhr.**

**Blockhütte heute geschlossen.**

# Wir machen Ferien.

**Liebe Gäste,**

wir machen eine Pause, das Hotel ist vom 15. Januar bis zum 3. Februar 2023 geschlossen. Aus diesem Grund bitten Sie am Sonntag, 15. Januar bis spätestens 12 Uhr abzureisen. Das Frühstückbüffet steht Ihnen bis 11.30 Uhr zur Verfügung. Für eine entspannte Abreise empfehlen wir Ihnen, vor dem Frühstück oder am Vorabend auszuchecken.

---

## **Wichtige Informationen.**

### **Zentrale Telefonnummern.**

Rezeption	9	Spa & Resort	607
Reservierung	622	Haupteingang	6103
Room-Service Haupthaus	674	Notruf	112
Information	441		

### **Traube App.**

Die Traube Tonbach App begleitet Sie während Ihres Aufenthaltes, informiert Sie über aktuelle Ereignisse sowie spannende Angebote und gibt Ihnen weitere hilfreiche Tipps und Hinweise. Filtern Sie nach verschiedenen Interessen wie Kulinarik, Wellness, Familie oder Erlebnissen und stellen Sie Ihr eigenes Programm aus unseren Aktivitäten zusammen. Zudem finden Sie dort sämtliche Hotelinformationen und wichtige Telefonnummern.

### **9-11.30 Information / Guest Relation.**

Die Information befindet sich im Bereich der Rezeption (Telefonnummer 697). Von 9 - 12 Uhr sind wir persönlich für Sie da. Gerne reservieren wir für Sie das passende Fahrrad oder beraten Sie über die vielseitigen Freizeit- und Wandermöglichkeiten in unserer Region. Außerhalb dieser Zeiten sind unsere Mitarbeiter an der Rezeption für Sie da.

### **Blockhütte.**

Ganz idyllisch am Waldrand liegt unsere zünftige Blockhütte. Sie ist ca. 15 Gehminuten von der Traube entfernt und lädt zu einer rustikalen Einkehr geradezu ein. Die Blockhütte erreichen Sie am besten über die Waldwegausgänge im Haupthaus. Bitte beachten Sie die aktuellen Öffnungszeiten auf der letzten Seite.

### **Freizeit & Sport.**

Alle Angebote zu unserem Programmangebot finden Sie in unserem Wochen- oder Tagesprogramm. Für Ihre Freizeitplanung in eigener Regie haben wir verschiedene Broschüren für Sie zusammengestellt. Die schönsten Wanderungen in der Umgebung, Fahrradtouren, Sehenswertes und Familienspaß. Sie finden diese an der Information in der Auslage.

### **Fitnessgeräteraum.**

Wir haben unseren Fitnessraum für Sie komplett neu mit modernsten Geräten der Firmen TechnoGym und Nohrd ausgestattet. Für Ihr Cardiotraining stehen Ihnen ein Bike, ein Recline Bike, ein Vario-Trainer, ein Crosstrainer sowie zwei Laufbänder zur Verfügung. Für ein abwechslungsreiches Krafttraining dienen eine Hantelbank mit Hantelablage, Kurzhanteln und ein Trainingsturm mit freien Seilzügen. Außerdem ergänzt ein Rudergerät Ihr rundum Fitnessprogramm.

Öffnungszeiten: Der Fitnessraum ist täglich von 6 - 20 Uhr für Sie geöffnet.

### **Fahrradverleih / Fahrrad Ausgabe.**

Es stehen 4 MTB-E-Bikes, 6 E-Bikes und eine große Auswahl an Trecking- und Mountainbikes zum Verleih zur Verfügung. Die Verleih-Ausgabezeiten sind von 9.30h - 13.30h und von 14h - 110h. Für einen reibungslosen Ablauf bitten wir Sie, vorab ein Fahrrad an der Information oder Rezeption zu reservieren. Sie erhalten ein Ticket, mit dem Sie Ihr Fahrrad an der Fahrradgarage abholen können. Die Fahrräder und Helme werden bei Ausgabe und Rückgabe desinfiziert.

### **Traube Kids Court.**

Der Kids Court ist ein riesiger moderner Spielraum, wo unsere kleinen Gäste ab 3 Jahren von So bis Do von 10 bis 21 Uhr, Fr und Sa sowie in der Ferienzeit bis 22 Uhr liebevoll und mit viel Spaß betreut sind. Aufgrund der aktuellen Situation fahren wir im Moment keine Ausflüge. Im Kids Court finden Sie eine kleine Broschüre mit Ausflügen, die Sie in eigener Regie unternehmen können. Gerne beraten wir Sie persönlich an der Information. Für die Kinderessen bitten wir um Ihre Anmeldung, für das Mittagessen bis 10.30 Uhr, für das Abendessen bis 16.30 Uhr.

### **Taxi Steiner.**

Falls Sie individuell ein Taxi bestellen möchten, dann empfehlen wir Ihnen vor Ort das Taxiunternehmen Steiner (Tel.: 07442 3930).

### **Verpflegung für unterwegs.**

**Picknickkorb** – genießen Sie unterwegs ein köstliches Picknick. Für den größeren Appetit haben wir zwei Picknicks zur Wahl. Ein typisches rustikales Schwarzwälder-Picknick (48 € pro Rucksack für 2 Personen) oder für den anspruchsvollen Outdoor-Genuss unser Gourmet-Picknick mit Champagner (65 € pro Rucksack für 2 Personen). Auf Wunsch können Sie gerne einen Bollerwagen mitnehmen. Für den Picknickkorb erheben wir eine Pfandgebühr von 20 €. Ihre Reservierung nehmen wir gerne am Empfang bis spätestens am Vorabend entgegen.

## **Öffnungszeiten Restaurants.**

Bitte beachten Sie in den Restaurants unsere Hygienestandards.

### **Frühstückszeit im Restaurant Silberberg.**

**7.30 – 11.30 Uhr**

### **Genüsslicher Nachmittag im Restaurant Silberberg von 13.30 - 15 Uhr.**

Für den kleinen Hunger am Nachmittag halten wir für Sie verschiedene Köstlichkeiten bereit.

### **Abendessen im Restaurant Silberberg.**

Das Menü am Abend servieren wir ab 18.30 Uhr.

## **Stammhaus.**

Gerne reservieren wir für Sie einen Tisch in einem unserer à la carte Restaurants Schwarzwaldstube, 1789 oder Schatzhauser.

### **Schwarzwaldstube.**

Seit vier Jahrzehnten steht der Name für ausgezeichnete Haute Cuisine: die Schwarzwaldstube in der Traube Tonbach.

Öffnungszeiten:

Sa & So ab 12 Uhr, Mi bis So ab 19 Uhr, Mo & Di Ruhetage.

### **1789.**

So modern die Küche ist, so gemütlich ist das Ambiente in unserem kleinen 1789.

Öffnungszeiten:

Mo, Di, Fr, Sa, So ab 19 Uhr, Mi & Do Ruhetage.

### **Schatzhauser.**

Unter der Regie von Florian Stolte trifft im Schatzhauser schwäbisch-badische Küche auf Lieblingsgerichte aus der weiten Welt und feine Steak Cuts vom Grill.

Öffnungszeiten:

Di bis Sa 12.30 – 20.30 Uhr, Sonntag 12.30 – 17.30 Uhr, Montag Ruhetag.

## Öffnungszeiten

<b>Spa &amp; Resort:</b>	Täglich	09.00 bis 19.00 Uhr
<b>Hair-Spa:</b>	Termin nach Absprache	
<b>Traube-Lädle:</b>	Montag bis Samstag	10.00 bis 12.00 Uhr 13.00 bis 17.00 Uhr
	Sonn- und Feiertage	10.00 bis 14.00 Uhr
<b>Vinotek:</b>	Mittwoch bis Donnerstag	geschlossen
	Freitag und Samstag	10.00 bis 14.00 Uhr
	Sonntag	11.00 bis 13.00 Uhr
<b>Schmuck und Juwelen:</b>	3 Tage pro Woche geöffnet.	Öffnungszeiten am Eingang Ladengeschäft
<b>Mode „La Doina“:</b>	Montag + Dienstag	Ruhetag
	Mi, Do, Fr, Sa	11.00 bis 18.00 Uhr
	Sonntag	10.00 bis 14.00 Uhr
<b>Blockhütte</b>	Mo, Di, Sa, So	geschlossen
	Do, Mi	12.00 bis 18.00 Uhr
	Fr	12.00 bis 16.30 Uhr Bitte beachten Sie die aktuellen Aushänge.

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