

TRAUBE TONBACH

best since 1789



Wochenprogramm

vom 14. September bis 20. September 2020

Yogawoche mit Dagmar Buhler

Liebe Gäste,

wir freuen uns, Sie in der Schönheit und Ruhe des Schwarzwaldes willkommen zu heißen. Ob außergewöhnliche Kulinarik, Familie, Freizeit & Sport oder Wellness & Spa - hier finden Sie alles, um den Alltag loszulassen und Ihre Zeit im Schwarzwald mit allen Sinnen zu genießen.

In unserem Wochenprogramm finden Sie alle Aktivitäten, die wir diese Woche für Sie zusammengestellt haben. Bitte melden Sie sich aus organisatorischen Gründen für die von Ihnen gewünschten Programm-punkte bis zwei Stunden vor Beginn an der Information im Haupthaus oder unter der Telefonnummer ☎ 697 an. Frühere Anmeldezeiten sind extra ausgewiesen.

Bitte beachten Sie unbedingt unsere Traube-Hygienestandards, die Sie auf dem SuitePad auf Ihrem Zimmer finden.

Wir wünschen Ihnen erholsame und genussreiche Tage im schönen Tonbachtal.



Familie Finkbeiner

Traube-Hygienestandards.

Unsere Traube-Hygienestandards wurden in Zusammenarbeit mit Herrn Doktor Jan Liese, Leiter der Krankenhaushygiene der Universitätsklinik Tübingen und Studien- und Prüfungsbeauftragter am Institut für Medizinische Mikrobiologie und Hygiene sowie Herrn Horst Pieldner des Hygiene-Instituts Pieldner aus Stuttgart ausgearbeitet. Diese Hygienestandards finden Sie auf unserer Internetseite oder in unserer digitalen Gästeinformation (SuitePad) auf Ihrem Zimmer.

Achtsamkeit.

Wenn Sie erkältet sind oder sich krank fühlen, dann bitten wir Sie aus Achtsamkeit, nicht am Sport- und Freizeitprogramm teilzunehmen. Bitte gehen Sie zum Arzt, um einer evtl. Infektionsausbreitung vorzubeugen. Vielen Dank.

Wellness.

Der Schwimmbad- und Saunabereich sind teilweise geöffnet. Es gelten lt. Verordnung bestimmte Grundregeln, die wir alle gemeinsam einhalten müssen. Bitte beachten Sie entsprechend unserer Hinweisschilder im Schwimmbad- und Saunabereich. Vielen Dank.

Montag, 14. September 2020 / Blockhütte geschlossen.

07.30 (Yoga II) mit Dagmar Buhler.

Diese Kurstunde findet nur dann statt, wenn der Kurs um 8.45 Uhr ausgebucht ist. Anmeldung bis spätestens 7 Uhr (max. 7 Personen). Dauer 60 Minuten. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.

08.00 Aqua-Gym / im Warmwasserbecken / bitte anmelden.

Anmeldung bis 7.30 Uhr. Max. 6 Personen im Wasser! Dauer 30 Minuten. Treffpunkt ist in der Pool-Area.

08.45 Yoga mit Dagmar Buhler.

Die sanfte Einführung in die Yogapraxis lädt dazu ein, sich mit den Grundlagen des Yoga, wie einfache Basisübungen, Atemübungen und Entspannung vertraut zu machen. Anmeldung bis 7 Uhr (max. 7 Personen). Falls dieser Kurs ausgebucht ist, dann findet ein weiterer Kurs um 7.30 Uhr statt. Dauer 60 Minuten. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.

9-11.30 Information / Guest Relation / Anmeldung.

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

10.30 Sommerstockschießen mit Rosi Haist.

Anmeldung bis 10 Uhr. Mindestens 3 Personen, Max 8 Personen. Dauer 75 Minuten. Treffpunkt ist auf der Stockbahn.

11.00h Fitnessgeräte-Erklärung mit Vivien Kilgus.

Wir erklären Ihnen die einzelnen Fitnessgeräte und ihre Funktionen. Dauer 20 Minuten, Treffpunkt ist im Fitnessraum. Anmeldung nicht erforderlich.

14.00h Genüsslicher Nachmittag im Restaurant Silberberg bis 16 Uhr.

Genießen Sie verschiedene Köstlichkeiten für den kleinen Hunger am Nachmittag.

14.00 Kräuterspaziergang mit Rosi Haist.

Was lässt sich auf den Wiesen und am Waldrand alles finden? Entdecke essbare Wildkräuter und bekannte Heilkräuter! Rosi Haist erklärt ausgewählte Pflanzen und ihre Verwendungsmöglichkeiten. Dauer 2 Stunden, gut begehbarer Wege. Anmeldung bis 11 Uhr. Treffpunkt ist am Hoteleingang.

15.00 (Yoga „Energy Flow“ II).

Dieser Kurs findet nur statt, wenn der Kurs um 16.15 h ausgebucht ist. Dauer 60 Minuten. (max. 7 Personen). Anmeldung bis 12 Uhr. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.

16.15 Yoga „Energy Flow“ mit Dagmar Buhler.

Yogaübungen schaffen ein Bewusstsein für das Hier und Jetzt und stärken uns mit neuer Energie. Eine Abfolge aus verschiedenen Asanas (Übungen) werden fließend miteinander verknüpft – Energy Flow. Dauer 60 Minuten. (max. 7 Personen). Falls dieser Kurs ausgebucht ist, findet um 15 Uhr ein zweiter Kurs statt. Anmeldung bis 12 Uhr. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.

Dienstag, 15. September 2020

07.30 (Yoga II) mit Dagmar Buhler.

Dieser Kurs findet nur statt, wenn der Kurs um 8.45 Uhr ausgebucht ist. Anmeldung bis 7 Uhr (max. 7 Personen). Dauer 60 Minuten. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.

08.00 Aqua-Gym / bitte anmelden.

Anmeldung bis 7.30 Uhr. Max. 8 Personen im Wasser! Dauer 30 Minuten. Treffpunkt ist in der Pool-Area.

08.45 Yoga mit Dagmar Buhler.

Die sanfte Einführung in die Yogapraxis lädt dazu ein, sich mit den Grundlagen des Yoga, wie einfache Basisübungen, Atemübungen und Entspannung vertraut zu machen. Anmeldung bis 7 Uhr (max. 7 Personen). Falls dieser Kurs ausgebucht ist, dann findet ein weiterer Kurs um 7.30 Uhr statt. Dauer 60 Minuten. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.

9-11.30 Information / Guest Relation / Anmeldung.

Die Information befindet sich im Bereich der Rezeption (Telefonnummer 697).

10.30 Geführte E-Bike Fahrradtour mit Birgit Frey.

Mit unseren E—Bikes wird das Radeln zum leichten Fahrvergnügen. Dauer 1,5 Stunden. Anmeldung bis 9.30 Uhr (max. 4 Personen). Treffpunkt ist an der Fahrradgarage.

13.30 Rücken Fit & Vital mit Birgit Frey.

Übungsprogramm zur Stabilisierung und Mobilisierung der Wirbelsäule. Dauer 50 Minuten (max. 6 Personen). Anmeldung bis 12 Uhr. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.

14.00 Genüsslicher Nachmittag im Restaurant Silberberg bis 16 Uhr.

Genießen Sie verschiedene Köstlichkeiten für den kleinen Hunger am Nachmittag.

15.00 (Yoga „Energy Flow“ II).

Dieser Kurs findet nur statt, wenn der Kurs um 16.15h ausgebucht ist. Dauer 60 Minuten. (max. 7 Personen). Anmeldung bis 12 Uhr. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.

16.15 Yoga „Energy Flow“ mit Dagmar Buhler.

Eine Abfolge aus verschiedenen Asanas (Übungen) werden fließend miteinander verknüpft – Energy Flow. Dauer 60 Minuten. (max. 7 Personen). Falls dieser Kurs ausgebucht ist, findet um 15 Uhr ein zweiter Kurs statt. Anmeldung bis 12 Uhr. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.

19.00 Sehnsucht nach Fernost – asiatische Köstlichkeiten im temporaire.

Freuen Sie sich auf einen fantastischen Abend in unserem temporaire mit exotischen Spezialitäten. Unser Küchenchef der Köhlerstube Florian Stolte zaubert für Sie ein köstliches Menü in der Fülle der asiatischen Aromen. Anmeldung bis Montag 14 Uhr (Direktwahl Tischreservierung 665). Kostenbeitrag für das Menü 84.- p. P. (inkl. Aperitif). Die Halbpension wird Ihnen für diesen Abend gutgeschrieben.

21.00 Livemusik.

Zum gemütlichen Ausklang Ihres Urlaubstages erwartet Sie in unserer Hotelhalle stimmungsvolle Unterhaltungsmusik mit „Herr Kandel“.

Mittwoch, 16. September 2020

- 07.30 (Yoga II) mit Dagmar Buhler.**
Diese Kursstunde findet nur dann statt, wenn der Kurs um 8.45 Uhr ausgebucht ist. Anmeldung bis spätestens 7 Uhr (max. 7 Personen). Dauer 60 Minuten. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.
- 08.00 Aqua-Gym / bitte anmelden.**
Anmeldung bis 7.30 Uhr. Max. 8 Personen! Dauer 30 Minuten. Treffpunkt ist in der Pool-Area / Schwimmbad.
- 08.45 Yoga mit Dagmar Buhler.**
Die sanfte Einführung in die Yogapraxis lädt dazu ein, sich mit den Grundlagen des Yoga, wie einfache Basisübungen, Atemübungen und Entspannung vertraut zu machen. Anmeldung bis 7 Uhr (max. 7 Personen). Falls dieser Kurs ausgebucht ist, dann findet ein weiterer Kurs um 7.30 Uhr statt. Dauer 60 Minuten. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.
- 9-11.30 Information / Guest Relation / Anmeldung.**
Die Information befindet sich im Bereich der Rezeption (Telefonnummer 697). Von 9 - 11.30 Uhr sind wir persönlich für Sie da. Gerne nehmen Ihre Anmeldungen entgegen. Außerhalb dieser Zeiten sind unsere Mitarbeiter an der Rezeption für Sie da.
- 10.30 Sommerstockschießen mit Vivien Kilgus.**
Beim Stockschießen kommt es darauf an, mit Geschick, Gefühl und der nötigen Kraft den ca. 5 Kilogramm schweren Stock vom Abspielfeld bis ins ca. 15 m entfernte Zielfeld zu befördern. Dauer 1,5 Stunden. Anmeldung bis 9.30 Uhr (mind. 4 Personen). Treffpunkt ist auf der Traube-Stockbahn.
- 10.30 Wanderung mit Rosi Haist.**
Heute wandern wir vom Hotel aus in Richtung Schlittwegle und weiter auf den Rinkenberg. Auf wunderschönen Waldpfaden führt die Tour nach Mitteltal. Weiter geht's am Waldrand nach Baiersbronn und schließlich zurück ins Tonbachtal. Eine wunderschöne Tour mit vielen Naturpfaden und herrlichen Ausblicken ins Tal. Länge 11 km, mittleres Niveau, geplante Rückkehr 14.30 Uhr. Anmeldung bis 9.30 Uhr. Treffpunkt ist am Hoteleingang.
- 14.00 Genüsslicher Nachmittag im Restaurant Silberberg bis 16 Uhr.**
Genießen Sie verschiedene Köstlichkeiten für den kleinen Hunger am Nachmittag.
- 15.00 (Yoga „Energy Flow“ II).**
Dieser Kurs findet nur statt, wenn der Kurs um 16.15 h ausgebucht ist. Dauer 60 Minuten. (max. 7 Personen). Anmeldung bis 12 Uhr. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.
- 16.15 Yoga „Energy Flow“ mit Dagmar Buhler.**
Yogaübungen schaffen ein Bewusstsein für das Hier und Jetzt und stärken uns mit neuer Energie. Eine Abfolge aus verschiedenen Asanas (Übungen) werden fließend miteinander verknüpft – Energy Flow. Dauer 60 Minuten. (max. 7 Personen). Falls dieser Kurs ausgebucht ist, findet um 15 Uhr ein zweiter Kurs statt. Anmeldung bis 12 Uhr. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.

Donnerstag, 17. September 2020

07.30 (Yoga II) mit Dagmar Buhler.

Diese Kurstunde findet nur dann statt, wenn der Kurs um 8.45 Uhr ausgebucht ist. Anmeldung bis spätestens 7 Uhr (max. 7 Personen). Dauer 60 Minuten. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.

08.00 Aqua-Gym / bitte anmelden.

Anmeldung bis 7.30 Uhr. Max. 8 Personen! Dauer 30 Minuten. Treffpunkt ist in der Pool-Area / Schwimmbad.

08.45 Yoga mit Dagmar Buhler.

Die sanfte Einführung in die Yogapraxis lädt dazu ein, sich mit den Grundlagen des Yoga, wie einfache Basisübungen, Atemübungen und Entspannung vertraut zu machen. Anmeldung bis 7 Uhr (max. 7 Personen). Falls dieser Kurs ausgebucht ist, dann findet ein weiterer Kurs um 7.30 Uhr statt. Dauer 60 Minuten. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.

9-11.30 Information / Guest Relation / Anmeldung.

Die Information befindet sich im Bereich der Rezeption (Telefonnummer 697). Von 9 - 11.30 Uhr sind wir persönlich für Sie da. Gerne nehmen Ihre Anmeldungen entgegen. Außerhalb dieser Zeiten sind unsere Mitarbeiter an der Rezeption für Sie da.

14.00 Genüsslicher Nachmittag im Restaurant Silberberg bis 16 Uhr.

Genießen Sie verschiedene Köstlichkeiten für den kleinen Hunger am Nachmittag.

15.00 Geführte E-Bike Fahrradtour mit Birgit Frey.

Bei einer geführten Fahrradtour können Sie einfach die Gegend genießen, ohne sich Gedanken zu machen, ob Sie auf dem richtigen Weg sind. Mit unseren E—Bikes wird das Radlen zum leichten Fahrvergnügen. Fahrradhelme stehen zum Verleih kostenfrei parat. Dauer 1,5 Stunden. Anmeldung bis 9.30 Uhr (max. 4 Personen). Treffpunkt ist an der Fahrradgarage.

15.00 (Yoga „Energy Flow“ II).

Dieser Kurs findet nur statt, wenn der Kurs um 16.15 h ausgebucht ist. Dauer 60 Minuten. (max. 7 Personen). Anmeldung bis 12 Uhr. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.

16.15 Yoga „Energy Flow“ mit Dagmar Buhler.

Yogaübungen schaffen ein Bewusstsein für das Hier und Jetzt und stärken uns mit neuer Energie. Eine Abfolge aus verschiedenen Asanas (Übungen) werden fließend miteinander verknüpft – Energy Flow. Dauer 60 Minuten. (max. 7 Personen). Falls dieser Kurs ausgebucht ist, findet um 15 Uhr ein zweiter Kurs statt. 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 Hotelbar.

21.00 Livemusik in der Hotelhalle.

Zum gemütlichen Ausklang Ihres Urlaubstages erwartet Sie in unserer Hotelhalle stimmungsvolle Gitarrenmusik mit „Mike West“.

Freitag, 18. September 2020

07.30 (Yoga II) mit Dagmar Buhler.

Diese Kursstunde findet nur statt, wenn der Kurs um 8.45 Uhr ausgebucht ist. Anmeldung bis 7 Uhr (max. 7 Personen). Dauer 60 Minuten. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.

08.00 Aqua-Gym / im Warmwasserbecken / bitte anmelden.

Anmeldung bis 7.30 Uhr. Max. 6 Personen im Wasser! Dauer 30 Minuten. Treffpunkt ist in der Pool-Area / Schwimmbad.

08.45 Yoga mit Dagmar Buhler.

Die sanfte Einführung in die Yogapraxis. Anmeldung bis 7 Uhr (max. 7 Personen). Falls dieser Kurs ausgebucht ist, dann findet ein weiterer Kurs um 7.30 Uhr statt. Dauer 60 Minuten. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.

9-11.30 Information / Guest Relation / Anmeldung.

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

10.30 Wanderung mit Rosi Haist.

Vom Hotel aus wandern wir in Richtung Wildgehege. Ab hier geht's auf einem schmalen Holzhauerpfad hinauf auf den Überzwercherberg, weiter zum Huzenbacher Seeblick. Zurück wandern wir über die Kleemiss, weiter zum Vorderen Plon und zur Zinkenhütte. Ab dem oberen Eichberg führt der Weg abwärts zum Waldstieg und schließlich zurück zum Hotel. Länge 13,5 km anspruchsvolles Niveau, Rückkehr 15 Uhr. Anmeldung bis 9.30 Uhr. Treffpunkt ist am Hoteleingang.

11.00 Fitnessgeräte-Erklärung mit Iris Mahler.

Wir erklären Ihnen die einzelnen Fitnessgeräte und ihre Funktionen. Dauer 20 Minuten, Treffpunkt ist im Fitnessraum. Anmeldung nicht erforderlich.

12.00 Yoga-Abschluss-Stunde mit Dagmar Buhler.

Genießen Sie eine ruhige Stunde zum Abschluss der Yogawoche. Dauer 60 Minuten. (max. 7 Personen). Anmeldung bis 10 Uhr. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.

14.00 Genüsslicher Nachmittag im Restaurant Silberberg bis 16 Uhr.

Genießen Sie verschiedene Köstlichkeiten für den kleinen Hunger am Nachmittag.

15.30 Bauch / Beine Po intensiv für Sie und Ihn mit Iris Mahler.

Ganzheitliches Training zur Kräftigung der Bauch-, Bein- und Pomuskulatur. Dauer 50 Minuten. (max. 7 Personen). Anmeldung bis 12 Uhr. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.

16.45 Stretch & Relax mit Iris Mahler.

Regelmäßiges Stretching verbessert das allgemeine Wohlbefinden. Dauer 40 Minuten. Anmeldung bis 12 Uhr (max. 4 Personen). Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.

21.00 Livemusik in der Hotelhalle.

Zum gemütlichen Ausklang Ihres Urlaubstages erwartet Sie in unserer Hotelhalle stimmungsvolle Unterhaltungsmusik mit „Herrn Lemenu“.

Samstag, 19. September 2020

- 08.00 Aqua-Gym / bitte anmelden.**
Anmeldung bis 7.30 Uhr. Max. 8 Personen im Wasser! Dauer 30 Minuten. Treffpunkt ist in der Pool-Area / Schwimmbad.
- 9-11.30 Information / Guest Relation / Anmeldung.**
Die Information befindet sich im Bereich der Rezeption (Telefonnummer 697). Von 9 - 11.30 Uhr sind wir persönlich für Sie da. Gerne nehmen Ihre Anmeldungen entgegen. Außerhalb dieser Zeiten sind unsere Mitarbeiter an der Rezeption für Sie da.
- 10.30 Wanderung mit Gerhard Fahrner.**
Direkt vom Hotel aus geht es über den Härlisberg, vorbei an der evangelischen Kirche zur Oberen Sonnenhalde. Von nun an geht es bergauf auf einem schmalen Holzhauerpfad zum Weißen Stein und weiter zum höchsten Punkt der Wanderung - den Priorstein. Von dort aus geht es auf einem wunderschönen Waldpfad bis hin zum Plauderstüble. Länge 7,5 km, mittelschweres Niveau, Rückkehr 14.30 Uhr. Anmeldung bis 9.30 Uhr. Treffpunkt ist am Hoteleingang.
- 11.00 Fitnessgeräte-Erklärung mit Iris Mahler.**
Wir erklären Ihnen die einzelnen Fitnessgeräte und ihre Funktionen. Dauer 20 Minuten, Treffpunkt ist im Fitnessraum. Anmeldung nicht erforderlich.
- 13-17 Frische Waffeln auf der Blockhütte.**
Immer samstags auf unserer Blockhütte von 13-17h - duftend frisch gebackene Waffeln. Genießen Sie die „Klassische“ oder eine unserer Variationen – frisch zubereitet sind sie einfach köstlich.
- 14.00 Genüsslicher Nachmittag im Restaurant Silberberg bis 16 Uhr.**
Genießen Sie verschiedene Köstlichkeiten für den kleinen Hunger am Nachmittag.
- 14.30 Rücken & Stretching mit Iris Mahler.**
Das Programm besteht aus sanften Rückenübungen und Dehnungen, die helfen, Verspannungen zu lösen und die Muskulatur (Schulter, Rumpf) zu stärken. Zusätzlich werden Wirbelsäule und die umliegenden Gelenke mobilisiert. Dauer 50 Minuten (max. 4 Personen). Anmeldung bis 12 Uhr. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.
- 15.45 bodyART / energy intensiv für Sie und Ihn mit Iris Mahler.**
Spüren Sie die Synergie aus den Bereichen funktionalem Training, Intervalltraining, Pilates und mentaler Entspannung. Es wird in verschiedene Abstufungen trainiert, so dass jeder seinem Level entsprechend gefordert ist. Dauer 60 Minuten. Anmeldung bis 12 Uhr (max. 6 Personen). Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.
- 16.00 Weinprobe mit Chef Sommelier Stéphane Gass.**
Freuen Sie sich auf eine Weinreise der ganz besonderen Art. Anmeldung bis 12 Uhr. Kostenbeitrag 20.- p. P. Treffpunkt ist in der Vinothek in unserer Ladenpassage.
- 21.00 Livemusik in der Hotelhalle.**
Zum gemütlichen Ausklang Ihres Urlaubstages erwartet Sie in unserer Hotelhalle stimmungsvolle Unterhaltungsmusik mit „Herrn Schröder“.

Sonntag, 20. September 2020

9-11.30 Information / Guest Relation / Anmeldung.

Die Information befindet sich im Bereich der Rezeption (Telefonnummer 697). Von 9 - 11.30 Uhr sind wir persönlich für Sie da. Gerne nehmen Ihre Anmeldungen entgegen, reservieren für Sie das passende Fahrrad oder beraten Sie über die vielseitigen Freizeitmöglichkeiten in unserer Region. Außerhalb dieser Zeiten sind unsere Mitarbeiter an der Rezeption für Sie da.

10.15 Evangelischer Gottesdienst mit Abendmahl.

In der Johanneskirche in Tonbach. Wenn Sie der Hauptstraße vom Hotel aus in Richtung Baiersbronn folgen, dann erreichen Sie die Kirche zu Fuß in ca. 15 Minuten.

12-16h Grill-Special auf der Blockhütte.

Die Sonne scheint - der Sommer und grillen gehören einfach zusammen. In der Sommerzeit gibt es auf der Blockhütte jeden Sonn- und Feiertag von 12 bis 16 Uhr zwei spezielle Gerichte frisch vom Grill zubereitet. Dazu ein leichter Sommerwein oder ein frisch gezapftes Bier - einfach herrlich (findet nur bei trockenem Wetter statt).

14.00 Genüsslicher Nachmittag im Restaurant Silberberg bis 16 Uhr.

Genießen Sie verschiedene Köstlichkeiten für den kleinen Hunger am Nachmittag.

18.00 Get-Together-Aperitif.

Wir möchten Sie herzlich zu unserem Aperitif-Empfang am Sonntagabend in der Hotelbar begrüßen. In trauter Runde stellen wir Ihnen das Programm der kommenden Woche vor.

Temporaire – ein Zuhause auf Zeit.

Auf ein Wiedersehen in der Schwarzwaldstube und Köhlerstube.

Gute Nachrichten für Genießer: unsere Schwarzwaldstube und Köhlerstube sind zurück. Zunächst in einem Zuhause auf Zeit – im temporaire, nur wenige Meter von vertrauter Stelle entfernt. Hier haben wir für Torsten Michel und Florian Stolte mit Teams einen Ort geschaffen mit dem Ambiente des Vorübergehenden - „temporaire“.

Wir freuen uns über Ihren Besuch und nehmen gerne Ihre Buchung entgegen.

Bei Fragen, Reservierungen und sonstigen Anliegen wenden Sie sich bitte wie gewohnt an info@traubetonbach.de oder reservations@traube-tonbach.de.

Informationen

Wichtige Telefonnummern.

Rezeption	9	Spa & Resort	607
Reservierung	622	Haupteingang	683
Room-Service Haupthaus	674	Notruf	112
Information	697		

Information / Guest Relation / Anmeldung.

Hier nehmen wir gerne persönlich Ihre Anmeldung für die einzelnen Programmpunkte zwischen 9-11.30 Uhr entgegen. Die Information befindet sich gegenüber der Rezeption. Telefonisch erreichen Sie uns unter der Nummer 697.

SuitePad.

Liebe Gäste, nutzen Sie unsere interaktive Gästemappe „SuitePad“ in Ihrem Zimmern. Sie finden darauf alle wichtigen Informationen, die es bislang in schriftlicher Form gab, auch das aktuelle Wochenprogramm. Vielleicht finden Sie die ein oder andere Inspiration für Ihre Zeit bei uns im Hause. Bei Fragen wenden Sie sich gerne an unser Empfangsteam.

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. Öffnungszeiten: Montag Ruhetag, Dienstag bis Sonntag von 12 bis 18 Uhr.

Wandertransfers.

Aufgrund der aktuellen Auflagen können wir momentan leider keine Wandertransfers anbieten.

Personal Training.

Gerne können Sie eine individuelle Trainingsstunde buchen. Eine geführte Nordic Walking- sowie Biking-Tour sind ebenso individuell buchbar.

Sportprogramm.

Das Sportprogramm findet unter Berücksichtigung der aktuellen Auflagen statt. Die maximale Teilnehmerzahl beträgt 4 Personen. Es finden keine Konditionskurse mit hoher Atemfrequenz statt. Die Matten werden regelmäßig desinfiziert und die Mindestabstände eingehalten. Sie haben die Möglichkeit, zusätzlich ein spezielles Schutztuch (waschbar, Kosten: 15 €) käuflich zu erwerben.

Fitnessgeräteraum.

Der Fitnessgeräteraum ist pro Zimmer (pro Familie) für eine Stunde am Tag buchbar. Gerne können Sie sich mit einem weiteren Zimmer verabreden, so dass max. 2 Zimmer, max. 4 Personen gleichzeitig trainieren können. Bitte beachten Sie die Verhaltensregeln im Fitnessgeräteraum. 1,5 Meter Abstand, kein intensives Ausdauertraining, Unterlegen von einem Handtuch, Desinfizieren der Geräte. Der Raum wird zwischen jeder Buchung gelüftet und desinfiziert. Ihre Reservierung nehmen wir gerne an der Information entgegen.

Belegungszeiten: 7-8h, 8.30-9.30h, 10-11h, 11.30-12.30h, 13-14h, 14.30-15.30, 16-17h, 17.30-18.30h, 19-20h.

Verpflegung für unterwegs.

1 / Snack-Box für unterwegs. Eine Auswahl an verschiedenen Sandwiches, etwas Obst und ein Wasser. Natürlich gibt es auf Anfrage auch eine vegetarische Variante. Kleine Wandertagesrucksäcke haben wir für 5 Euro zum Verkauf parat.

2 / Picknick - für den größeren Appetit haben wir zwei Picknicks zur Wahl. Ein typisches rustikales Schwarzwälder-Picknick (38 € pro Rucksack für 2 Personen) oder für den anspruchsvollen Outdoor-Genuss unser Gourmet-Picknick mit Champagner (52 € pro Rucksack für 2 Personen). Selbstverständlich können Sie Ihr Picknick auch individuell zusammenstellen (Kostenbeitrag variiert je nach Wareneinsatz).

Fahrradverleih / Fahrradausgabe.

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 10h - 13.30h und von 14h - 18h. 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 Abholzeiten sind von 9.45h - 10.30h und von 14h - 14.30h. Wir bitten Sie diese Zeiten einzuhalten. Außerhalb dieser Zeiten kann es zu Wartezeiten bei der Fahrradausgabe kommen. Die Fahrräder und Helme werden bei Ausgabe und Rückgabe desinfiziert.

Mit GPS-Sicher ans Ziel.

Für Ihre Fahrradausflüge stehen 2 GPS-Geräte zur Verfügung. Auf den Geräten sind verschiedene Touren abgespeichert, die Sie bequem wie mit Ihrem Auto-Navigationssystem nachfahren können. Bitte reservieren Sie vorab ein Gerät an der Information (9-12h).

Traube Kids Court.

Der Kids Court ist ein riesiger moderner Spielraum, wo unsere kleinen Gäste ab 3 Jahren von Mo bis Do von 10 bis 18.30 Uhr, Fr, Sa, So sowie in der Ferienzeit bis 21.30 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. Zum Verkauf haben wir an der Information eine Auswahl an Reisespielen parat. Für die Kinderessen bitten wir um Ihre Anmeldung. Für das Mittagessen bis 10.30 Uhr, für das Abendessen bis 16.30 Uhr. Vielen herzlichen Dank.

Musik zum Abend.

Zum gemütlichen Ausklang Ihres Urlaubstages erwartet Sie jeden Dienstag, Donnerstag, Freitag und Samstag ab 21 Uhr stimmungsvolle Unterhaltungsmusik in unserer Hotelhalle.

Mobiltelefone.

Unser Wellness-Bereich sowie unsere Restaurants sollen Ihnen als ein Ort der Ruhe und Erholung dienen. Deshalb möchten wir Sie bitten, Ihr Mobiltelefon hier auf lautlos zu stellen.

Taxi Steiner.

Falls Sie auf eigene Faust ein Taxi bestellen möchten, dann empfehlen wir Ihnen Vorort das Taxiunternehmen Steiner (Tel.: 07442 3930).

Öffnungszeiten

Spa & Resort:	Täglich	09.00 bis 19.00 Uhr
Hair-Spa:	bis zum 21 September geschlossen	
Vinothek:	Samstag, 30.5.	14.00 bis 16.00 Uhr
	Sonntag, 31.5.	11.00 bis 13.00 Uhr
	Montag, 1.6.	11.00 bis 13.00 Uhr
	Mittwoch bis Freitag	14.00 bis 16.00 Uhr
	Samstag und Sonntag	11.00 bis 13.00 Uhr
Traube Lädle:	Montag bis Samstag	08.00 bis 12.00 Uhr 13.00 bis 17.00 Uhr
	Sonn- und Feiertage	10.00 bis 14.00 Uhr
	Sonn- und Feiertage	10.00 bis 14.00 Uhr
Schmuck und Juwelen:	Donnertag, Freitag und Samstag	10.00 bis 18.00 Uhr
	Sonn- und Feiertage	10.00 bis 14.00 Uhr
Mode „La Doina“:	Montag, Donnerstag, Sonntag	10.00 bis 14.00 Uhr
	Freitag und Samstag	10.00 bis 18.00 Uhr
	Dienstag und Mittwoch	Ruhetage
Blockhütte:	Donnerstag bis Sonntag	12.00 bis 18.00 Uhr.
Restaurants:		
Silberberg:	Täglich	von 19.00 bis 22 Uhr
Temporaire:		
Köhlerstube:	Täglich	ab 19 Uhr geöffnet
Schwarzwaldstube:	Mittwoch bis Sonntag	ab 19 Uhr geöffnet
	Montag und Dienstag	Ruhetage

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