

TRAUBE TONBACH

best since 1789



Wochenprogramm

vom 7. Oktober bis 13. Oktober 2024

Rücken Fit Woche mit Iris Mahler

Herzlich Willkommen.

Liebe Gäste,

wie schön, dass Sie bei uns sind! Runden Sie Ihren Besuch in der Traube Tonbach mit Ausflügen und Aktivitäten zu einem einzigartigen Erlebnis ab. Sie finden hier alle von uns geplanten, getesteten und für wunderbar empfundenen Möglichkeiten rund um Genuss, Sport und Kultur, mit denen Sie sich selbst und Ihren Liebsten eine Freude machen.

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



Familie Finkbeiner

Informationszentrum am Ruhestein.

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 Information.

Montag, 7. Oktober 2024 / Blockhütte geschlossen.

08.00 Aqua-Fit im Sportbecken.

Der natürliche Auftrieb und Widerstand des Wassers bewirken ein ganzheitliches Training für Muskeln, Bänder, Sehnen und Gelenke. Außerdem wird das Lymphsystem durch die sanfte Massagewirkung des Wassers angeregt. Anmeldung bis 7.30 Uhr. Dauer 30 Minuten. Treffpunkt ist in der Pool-Area.

08.50 Rücken Fit / Sanfte Mobilisation mit Iris Mahler.

Sanfte Mobilisation von Gelenken, Sehnen und Bänder, um die Beweglichkeit im Rücken und Schulterbereich, bei Morgensteifigkeit und allgemeiner Bewegungseinschränkung, zu verbessern, ohne den Körper zu überfordern. Der perfekte Start in den Tag. Dauer 40 Minuten. Anmeldung bis 8 Uhr. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.

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

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

11.00 Hausführung im Stammhaus mit Iris Mahler.

Anfang 2020 war das Stammhaus der Traube Tonbach bis auf die Grundmauern abgebrannt. Am 8. April 2022 hat das Stammhaus nach einer Bauzeit von 21 Monaten wiedereröffnet. Iris Mahler führt Sie heute informativ und charmant durch das Gebäude. Auch ein Blick hinter die Kulissen ist uns gestattet. Dauer 60 Minuten. Anmeldung bis 10 Uhr. Treffpunkt ist 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 Büffet im Restaurant Silberberg mit kleinen herzhaften Snacks. Wir wünschen guten Appetit.

14.00 Kleine Wanderung im Reichenbachtal mit Rosi Haist.

Wir fahren mit dem Hotelbus nach Klosterreichenbach. Der Rundweg beginnt an der historischen Münsterkirche und verläuft durch die Parkanlagen zum Dornstetter Weg. Bereits nach kurzer Zeit erreicht man die Klosterquelle mit dem Pavillon des Schwarzwaldvereins. Tiefer im Tal gelang man zum Märtesweiher. Länge 5 km, gut begehbarer Waldweg, leichtes Niveau. Rückkehr 16 Uhr. Anmeldung bis 9 Uhr. Treffpunkt ist am Hoteleingang.

16.00 Rücken Fit mit Iris Mahler im Warmwasserbecken.

Als Auftakt der Rückenwoche gehen wir ins Schwimmbad. Auch wenn die sanften Bewegungen im Wasser mühelos wirken, trainieren Sie in den Kursen effektiv Ihre Kraft und Ausdauer. Da bei allen Bewegungen ständig gegen den Wasserwiderstand trainiert wird, sind die Übungen sehr effektiv und dabei gelenkschonend. Die Übungen werden dann an in den kommenden Tagen im Kursraum intensiviert. Anmeldung bis 12 Uhr. Dauer 45 Minuten. Treffpunkt ist im Warmwasserbecken in der Pool Area.

Dienstag, 8. Oktober 2024 / Blockhütte geschlossen.

08.00 Aqua-Fit im Sportbecken.

Wassergymnastik ist ein sehr effektives Ganzkörpertraining. Durch den Wärmeausgleichs im Wasser wird der Fettstoffwechsel angekurbelt. Sie ist gelenkschonend, kraft- und ausdauerfördernd, durchblutungsanregend, atmungsverbessernd und entspannend. Dauer 30 Minuten. Treffpunkt ist in der Pool-Area.

08.50 Rücken Fit / Sanfte Mobilisation mit Iris Mahler.

Sanfte Mobilisation von Gelenken, Sehnen und Bänder, um die Beweglichkeit im Rücken und Schulterbereich, bei Morgensteifigkeit und allgemeiner Bewegungseinschränkung, zu verbessern, ohne den Körper zu überfordern. Der perfekte Start in den Tag. Dauer 40 Minuten. Anmeldung bis 8 Uhr. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.

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

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

11.30 Geführte E-Bike Fahrradtour mit Rosi Haist.

Nach einer kurzen Einweisung geht es direkt auf Strecke. Dauer 1,5 Stunden. Einfaches Niveau. Anmeldung bis 9 Uhr (findet nur bei trockenem Wetter statt). Treffpunkt ist an der Fahrradgarage.

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 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.

15.30 Rücken Fit & Vital mit Imola Schumacher.

Wer aktiv gegen seine Rückenbeschwerden vorgehen will, kommt um Sport nicht drumherum. Spezielle Dehn- und Kräftigungsübungen verbessern die Mobilisation und Stabilisation der Wirbelsäule spürbar. Heute Nachmittag liegt der Fokus in der Basis - im Kräftigen des Rückenbereichs rundum. Dauer 50 Minuten. Anmeldung bis 12 Uhr. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.

21.00 Fackelwanderung mit Rosi Haist.

Kommen Sie mit Rosi Haist auf eine abendliche Herbstwanderung durch unser schönes Tonbachtal. Während die Sterne am Himmel strahlen, leuchten uns Fackeln den Weg und sorgen für eine zauberhafte Atmosphäre. Unterwegs gibt es eine kleine Pause an der Blockhütte, bevor uns auf den Heimweg begeben. Dauer 45 Minuten. Anmeldung bis 13 Uhr (mind. 4 Personen), Treffpunkt ist am Haupteingang.

Mittwoch, 9. Oktober 2024 / Blockhütte geöffnet 12-18 Uhr.

08.50 Rücken Fit / Sanfte Mobilisation mit Iris Mahler.

Sanfte Mobilisation von Gelenken, Sehnen und Bänder, um die Beweglichkeit im Rücken und Schulterbereich, bei Morgensteifigkeit und allgemeiner Bewegungseinschränkung, zu verbessern, ohne den Körper zu überfordern. Der perfekte Start in den Tag. Dauer 40 Minuten. Anmeldung bis 8 Uhr. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.

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

Die Information befindet sich im Bereich der Rezeption (Telefonnummer 441). Gerne beraten wir Sie, nehmen Ihre Anmeldungen persönlich entgegen oder reservieren das passende Fahrrad für Sie.

10.30 Wanderung mit Rosi Haist.

Wir fahren mit dem Hotelbus nach Baiersbronn. Auf einem Waldpfad geht es in Richtung Sankenbachsee. Dann geht es bergauf zur Wasserfallhütte und weiter bis zur Wasenhütte (herrlicher Ausblick auf Freudenstadt). Rund um den Stöckerkopf geht es zurück zum Ausgangspunkt. Eine tolle Tour mit herrlichen Aussichten und vielen Waldpfaden (gutes Schuhwerk empfehlenswert). Länge 10,5 km, mittleres Niveau. Rückkehr 14.15 Uhr. Anmeldung bis 9 Uhr. Treffpunkt ist am Hoteleingang.

11.45 Pilates mit Julia Stiller.

Pilates ist ein ganzheitliches Training und zeichnet sich durch langsame, fließende und kontrollierte Bewegungen aus, die von einer ruhigen, tiefen Atmung begleitet werden. Es tut dem gesamten Körper gut. Dauer 45 Minuten. Anmeldung bis 11 Uhr. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.

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 Büffet im Restaurant Silberberg mit kleinen herzhaften Snacks. Wir wünschen guten Appetit.

15.00 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 10 Uhr (mind. 3, max. 8 Personen). Treffpunkt auf der Traube Stockbahn auf dem Dach des Traube Courts.

16.00 Rücken Fit mit Iris Mahler.

Der Rücken soll bei Beschwerden nicht vorrangig geschont, sondern fortlaufend sanft weiterbewegt werden. Dieses gesundheitsorientierte und funktionale Rücken-training ist sowohl für Anfänger als auch Fortgeschrittene geeignet. Heute mit dem Fokus Standstabilität/Balance. Ein gutes Gleichgewicht ist wichtig, weil es uns bei der Ausführung unterschiedlicher Bewegungen unterstützt und unsere Muskeln effizient reagieren lässt. Dauer 50 Minuten. Anmeldung bis 12 Uhr. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.

Donnerstag, 10. Oktober 2024 / Blockhütte geöffnet 12-18 Uhr.

08.00 Aqua-Fit im Sportbecken.

Das Training im Wasser stärkt unser Herz-Kreislaufsystem und verhilft zu mehr Kraft und Ausdauer. Außerdem wird die Atemmuskulatur trainiert, der Stoffwechsel sowie das Lymphsystem angeregt. Dauer 30 Minuten. Anmeldung bis 7.30 Uhr. Treffpunkt ist in der Pool-Area.

08.50 Rücken Fit / Sanfte Mobilisation mit Iris Mahler.

Sanfte Mobilisation von Gelenken, Sehnen und Bänder, um die Beweglichkeit im Rücken und Schulterbereich, bei Morgensteifigkeit und allgemeiner Bewegungseinschränkung, zu verbessern, ohne den Körper zu überfordern. Der perfekte Start in den Tag. Dauer 40 Minuten. Anmeldung bis 8 Uhr. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.

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

Die Information befindet sich im Bereich der Rezeption (Telefonnummer 441). Gerne beraten wir Sie, nehmen Ihre Anmeldungen persönlich entgegen oder reservieren das passende Fahrrad für Sie.

10.30 Transfer nach Freudenstadt / Abholung 14 Uhr.

Einen solch großen Marktplatz hat kein anderer Ort in Deutschland. Er ist ein beliebtes Ziel für alle, die einkaufen und einkehren, entspannen und die Atmosphäre genießen wollen. Für eine besondere Atmosphäre sorgen die Arkaden, die den gesamten Platz umrahmen. Anmeldung bis 9 Uhr (max. 7 Pers.). 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 Büffet im Restaurant Silberberg mit kleinen herzhaften Snacks. Wir wünschen guten Appetit.

14.30 Fatburner Zirkel Workout mit Imola Schumacher.

Ein Zirkeltraining umfasst in der Regel 6–12 Übungen und ist so aufgebaut, dass du die Übungen mit guter Technik und sehr kurzen Ruhepausen ausführen kannst. Muskelaufbau, Konditionstraining und Fettabbau – die intensiven Trainingseinheiten mit vielen Wiederholungen bieten ein ganzheitliches Workout. Dauer 50 Minuten (mind. 3, max. 8 Pers.). Anmeldung bis 12 Uhr. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.

16.00 Rücken Fit mit Iris Mahler.

Der Rücken soll bei Beschwerden nicht vorrangig geschont, sondern fortlaufend sanft weiterbewegt werden. Dieses gesundheitsorientierte und funktionale Rücken-training ist sowohl für Anfänger als auch Fortgeschrittene geeignet. Heute mit dem Fokus Schultern/Arme sowie ganzheitliche Koordination und Kräftigung. Anmeldung bis 13 Uhr. Dauer 50 Minuten. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.

18.30 Traditioneller Aperitif in der Hotelhalle.

Erfahren Sie neues über die Traube Tonbach. Es begrüßen Sie die Geschäftsleitung sowie Abteilungsleiter und Mitarbeiter in der Hotelhalle.

Freitag, 11. Oktober 2024 / Blockhütte geöffnet 12-18 Uhr.

08.00 Aqua-Gym im Sportbecken.

Das Wassertraining wirkt sich optimal auf das Herz-Kreislauf-System aus und bringt es auf Touren. Wie ein Gefäßtraining wirkt das kalte Wasser auf die Venen und wie eine Massage auf die Muskulatur. Die Durchblutung kommt in Schwung. Anmeldung bis 7.30 Uhr. Dauer 30 Minuten. Treffpunkt ist in der Pool-Area.

08.50 Rücken Fit / Sanfte Mobilisation mit Iris Mahler.

Sanfte Mobilisation von Gelenken, Sehnen und Bänder, um die Beweglichkeit im Rücken und Schulterbereich, bei Morgensteifigkeit und allgemeiner Bewegungseinschränkung, zu verbessern, ohne den Körper zu überfordern. Der perfekte Start in den Tag. Dauer 40 Minuten. Anmeldung bis 8 Uhr. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.

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

Die Information befindet sich im Bereich der Rezeption (Telefonnummer 441). Gerne beraten wir Sie, nehmen Ihre Anmeldungen persönlich entgegen oder reservieren das passende Fahrrad für Sie.

10.30 Wanderung mit Rosi Haist / Obertal-Tonbach.

Wir fahren mit dem Hotelbus nach Obertal. Wir starten im Aiterbach und wandern in Richtung Tannenfels. Die Tour führt weiter bis zum Eulengrund. Nach einer kurzen Einkehr in der Sattellei-Hütte, geht es zurück ins Tonbachtal. Diese Wanderung ist ein Abschnitt der Murgleiter (Premiumwanderweg). Länge ca. 10 km, mittleres Niveau. Anmeldung bis 9 Uhr. Treffpunkt ist am Eingang Stammhaus.

11.45 Pilates mit Julia Stiller.

Pilates ist ein ganzheitliches Training und zeichnet sich durch langsame, fließende und kontrollierte Bewegungen aus, die von einer ruhigen, tiefen Atmung begleitet werden. Es tut dem gesamten Körper gut. Dauer 45 Minuten. Anmeldung bis 11 Uhr. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.

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 Büffet im Restaurant Silberberg mit kleinen herzhaften Snacks. Wir wünschen guten Appetit.

16.00 Rücken Fit mit Iris Mahler / Kraft aus der Mitte.

Der Rücken soll bei Beschwerden nicht vorrangig geschont, sondern fortlaufend sanft weiterbewegt werden. Dieses gesundheitsorientierte und funktionale Rückentraining ist sowohl für Anfänger als auch Fortgeschrittene geeignet. 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.

21.00 Livemusik in der Hotelhalle.

Musikalisch begleitet Piano Cocktail durch den Abend.

Samstag, 12. Oktober 2024 / Blockhütte geöffnet von 12-18 Uhr.

08.00 Aqua-Gym im Sportbecken.

Das Wassertraining wirkt sich optimal auf das Herz-Kreislauf-System aus und bringt es auf Touren. Die Gelenke werden im Wasser angenehm entlastet. Außerdem wird die Atemmuskulatur trainiert und der Stoffwechsel angeregt. 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, nehmen Ihre Anmeldungen persönlich entgegen oder reservieren das passende Fahrrad für Sie. Außerhalb dieser Zeiten sind die Mitarbeiter/innen an der Rezeption gerne für Sie da.

10.30 Kleine Wanderung mit Gerhard Fahrner.

Heute fahren wir mit unserem Hotelbus nach Schwarzenberg. Von dort aus wandern wir an der Murg entlang. Nach einem kleinen Anstieg erreichen wir den Mäder-Unterstand. Hier genießen wir den herrlichen Ausblick ein Probiererle aus dem Weinbrunnen. Länge 8,5 km, mittleres Niveau, Rückkehr 14.30 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 Büffet im Restaurant Silberberg mit kleinen herzhaften Snacks. Wir wünschen guten Appetit.

15.00 Fatburner Zirkel Workout mit Imola Schumacher.

Ein Zirkeltraining umfasst in der Regel 6–12 Übungen und ist so aufgebaut, dass du die Übungen mit guter Technik und sehr kurzen Ruhepausen ausführen kannst. Muskelaufbau, Konditionstraining und Fettabbau – die intensiven Trainingseinheiten mit vielen Wiederholungen bieten ein ganzheitliches Workout. Dauer 50 Minuten (mind. 3, max. 8 Pers.). Anmeldung bis 12 Uhr. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.

16.00 Gym & Stretch mit Imola Schumacher.

Klassische Übungen in Verbindung mit Stretching ergänzen sich zu einem wohltuenden Bewegungsprogramm. Der Körper wird leicht gekräftigt und auch mobilisiert. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Dauer 50 Minuten. Anmeldung bis 12 Uhr. Treffpunkt ist im Well-Fit-Raum.

16.00 Weinprobe in unserer Vinothek mit Sommelière Maria Sühlfleisch.

Freuen Sie sich auf eine Weinreise der besonderen Art. Es erwartet Sie eine hervorragende Auswahl an ausgewählten Weinen, die durch Qualität überzeugen und auch für Weinkenner noch neue Entdeckungen bieten. Anmeldung bis 12 Uhr. Kostenbeitrag 30.- p. P. Treffpunkt ist in der Vinothek.

21.00 Livemusik in der Hotelhalle.

Musikalisch begleitet Nici Nightangale durch den Abend.

Sonntag, 13. Oktober 2024 / Blockhütte geöffnet 11-17 Uhr.

09.30 Katholischer Gottesdienst in Baiersbronn.

Der Gottesdienst findet in der St. Maria Königin der Apostel Baiersbronn, Pappelweg 15, statt. Die Anfahrt erfolgt in eigener Regie.

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.

13.30 Genüsslicher Nachmittag im Restaurant Silberberg bis 15 Uhr.

Liebe Gäste, genießen Sie verschiedene Köstlichkeiten für den kleinen Hunger am Nachmittag im Restaurant Silberberg.

18.30 Get-Together-Aperitif in der Hotelhalle.

Bei gemütlichem Beisammensein heißen wir Sie herzlich willkommen und stellen Ihnen das Programm der kommenden Woche vor.

Wichtige Informationen.

Zentrale Telefonnummern.

Rezeption	9	Spa & Resort	607
Reservierung	622	Haupteingang	683
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 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 / 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 9.30h - 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 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. Ein typisches rustikales Schwarzwälder-Picknick (42 € 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 19 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 18.30 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:

Mo bis Sa 12.30 – 20.30 Uhr, Sonntag 12.30 – 16.30 Uhr.

Öffnungszeiten

Spa & Resort:	Täglich	09.00 bis 19.00 Uhr
Hair-Spa:	Dienstag, Freitag, Samstag	Termin nach Absprache
Traube-Lädle:	Bitte beachten Sie die aktuellen Aushänge.	
Vinothek:	Montag bis Mittwoch	geschlossen
	Donnerstag bis Samstag	14.00 bis 16.00 Uhr
	Sonntag	11.00 bis 13.00 Uhr
Mode „La Doina“:	Bitte beachten Sie die aktuellen Aushänge.	
Blockhütte	Montag und Dienstag	geschlossen
	Mittwoch bis Sonntag	geöffnet
		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