



St. Peter im Schwarzwald

St. Peter liegt im Herzen des Schwarzwaldes. Mit seinen ca. 2.500 Einwohnern erstreckt sich der idyllische Ort mit dem Prädikat „Staatlich anerkannter Luftkurort“ von ca. 520 m ü. NN über 720 m ü. NN (Ortsmitte) bis auf ca. 1.225 m ü. NN mit dem Kandel als Hausberg. Von vielen Bereichen der 36 km² großen Gemarkung hat man einen herrlichen Weitblick – zu Schwarzwaldbergen, zu den Vogesen wie auch vom Kandel zu den Alpen.

Die doppeltürmige Barockkirche und die Rokokobibliothek gelten als eine der schönsten kunsthistorischen Anlagen Süddeutschlands. Der Ort bzw. das ehemalige Kloster St. Peter wurde 1093 von den Zähringer Herzögen als Hauskloster und Grablege gegründet.

In St. Peter finden Sie nahezu alles, was Ihren Urlaub unvergesslich macht: Herrliche Wanderwege, sportliche Angebote (z.B. Nordic Walking, Reiten, Schwimmen, Langlauf, Wellness-Angebote), Kinderprogramm, Konzerte, alte Handwerkskunst, Brauchtum und Trachten. St. Peter ist Sitz der Internationalen Schule für bewusstes Musikhören, Musicosophia e.V.. Genießen Sie echte Schwarzwälder Gastlichkeit in unserer vielfältigen Gastronomie, sei es in der Bauernstube oder im Sterne-Restaurant.

Unser Erholungsort bietet sich jedoch auch als idealer Ausgangspunkt nach Freiburg (18 km), in den weiteren Hochschwarzwald, in die Rheinebene mit Kaiserstuhl sowie ins Elsass an. Es besteht eine sehr gute Anbindung an den Öffentlichen Personennahverkehr.



Nordic Walking – Technik

Die richtige Nordic Walking Technik ist leicht zu erlernen, allerdings sollten Sie die in der Abbildung dargestellten Punkte beachten.

Informationen zu den Kursen erhalten Sie bei der Tourist-Info.



Aufwärmen

Vor der Belastung aufwärmen: Jede Übung 10-20 mal wiederholen. Danach gehen Sie am besten langsam los und setzen die Stöcke dabei zunächst leicht und dann zunehmend stärker ein.



Stretching

Stretching nach der Belastung oder auch während einer Pause. Jede Übung 20-30 Sekunden in der Endstellung halten.



Nordic Walking Kurse

durchgeführt vom Skiclub St. Peter e.V.

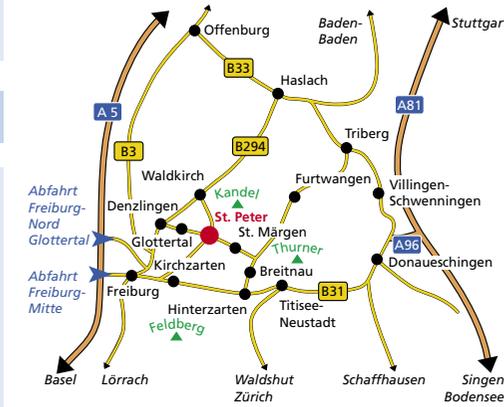
- Schnupperkurse
- Nordic Walking Kurse

Hallenbad St. Peter

mit Solarium und Liegewiese
Mühlegraben 4, Tel.: 07660/94109-58

Öffnungszeiten:
Mi, Do, Sa, So 9.00 – 12.00 Uhr
Mo, Mi, Fr 15.00 – 20.00 Uhr
(Erweiterte Öffnungszeiten in den Schulferien)
Do, 8.30 – 9.00 Uhr: Aqua-Fitness
Keine Badezeitbeschränkung innerhalb der Öffnungszeiten. Preiswerte Mehrfachkarten.

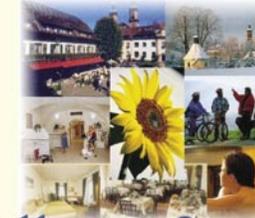
Und so kommen Sie zu uns:



Wir danken unseren Partnern für die Unterstützung

Gasthof zum Hirschen St. Peter

- Gemütliche Schwarzwälder Gaststube
 - Große Gartenterrasse zum Platz
 - Dach- Sonnenliegeterrasse
 - Regionale und vegetarische Gerichte
 - Übernachtungs-Pauschalangebote
 - Wellnesspauschalen und Relaxwochen
- Familie Ketterer
Bertholdsplatz 1
79271 St. Peter
Tel. 07660 204



- Große Stubensauna mit Farblichttherapie
- Römisches Dampfbad
- Massage Whirlpool
- Infrarot Wärmekabine und Solarium
- Finnische Heisauna
- Öffnungszeiten:
Freitag bis Mittwoch ab 14 Uhr
Montags: ab 17 Uhr Frauensauna
Tel. Nr. 07660/204 Donnerstag geschlossen

Sauna und Wellness Studio "Vitalvorm"

★★★★
HOTEL - GASTHOF - CAFÉ

Jägerhaus

Familie M. Schwormstädt
Mühlegraben 18 • 79271 St. Peter
Tel.: 07660 / 94000 • Fax: 940014
jaegerhaus-st.peter@t-online.de
www.hotel-jaegerhaus.de



- Warme Küche in der Zeit von 12.00 bis 14.00 Uhr und 18.00 bis 21.00 Uhr
- Nachmittags feinste Kuchen und Torten aus eigener Konditorei, Eisspezialitäten, badische Vesper
- Große, behagliche Komfortzimmer im Landhausstil, zum Teil mit Balkon
- Sauna und Biosauna mit Farblichttherapie, exklusive Ruhezone und Solarium
- Sonnenterrasse, Liegewiese, Kinderspielplatz, Mountainbikeverleih, Minigolf, Bundeskegelbahnen
- Mittwoch Ruhetag!

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



D-79271 St. Peter im Schwarzwald
520 - 1225 m ü. NN

Tel.: + 49 (0) 7660 / 9102 24
Fax: + 49 (0) 7660 / 9102 44

tourist-info@st-peter-schwarzwald.de
www.st-peter-schwarzwald.de

Herzlich willkommen im Naturpark Südschwarzwald

Der Südschwarzwald ist eine der schönsten und meist besuchten Erholungsregionen Deutschlands. Eine unverwechselbare Mischung aus Natur und Kultur bietet Besuchern und Einheimischen vielfältige Möglichkeiten, bei sportlichen Aktivitäten ein grandioses Stück Natur zu erleben. Der Naturpark Südschwarzwald ist als einer der größten deutschen Naturparke ein Gemeinschaftsprojekt von fünf Landkreisen sowie rund 110 Städten



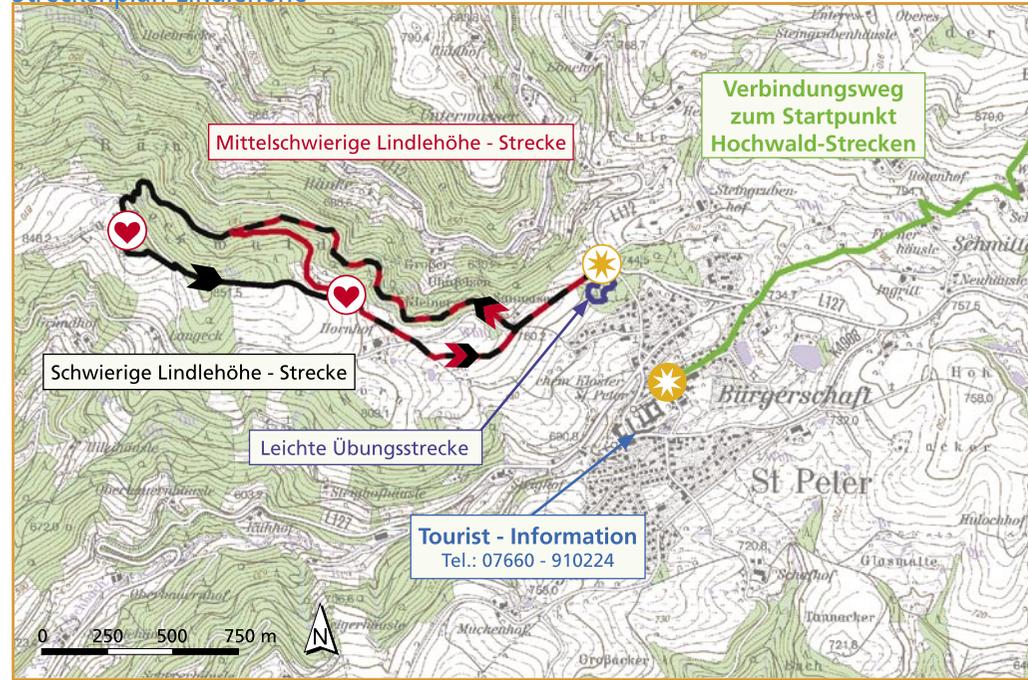
Eingangstafel Pulsmessstation

und Gemeinden der Region. Er unterstützt die nachhaltige Nutzung, die naturverträgliche Entwicklung sowie die Erhaltung unserer einzigartigen Landschaft. Neben dem umfangreichen Wintersportangebot bieten alle denkbaren Sommersportaktivitäten im Naturpark breite Betätigungsmöglichkeiten. Seit dem Jahr 2002 werden im Naturpark Südschwarzwald Nordic Walking-Strecken nach einem einheitlichen System ausgewiesen. Dabei wird ein Ausgleich zwischen Interessen der Land- und Forstwirtschaft sowie dem Naturschutz hergestellt. Ob Sie wandern, Natursport betreiben oder sich entspannen und die Landschaft in Ruhe genießen möchten, Sie werden sich bei uns im Naturpark Südschwarzwald sicher wohl fühlen.

Informationen:
Naturpark Südschwarzwald e.V.
Haus der Natur, Dr.-Pilet-Spur 4, 79868 Feldberg
www.naturpark-suedschwarzwald.de

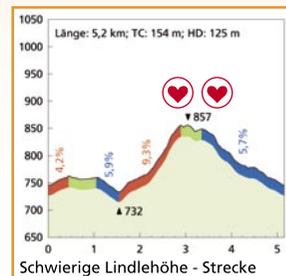
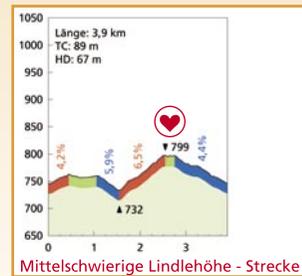
Dieses Falblatt wurde gefördert durch den Naturpark Südschwarzwald mit Mitteln der Lotterie Glücksspirale und der Europäischen Union.

Streckenplan Lindlehöhe

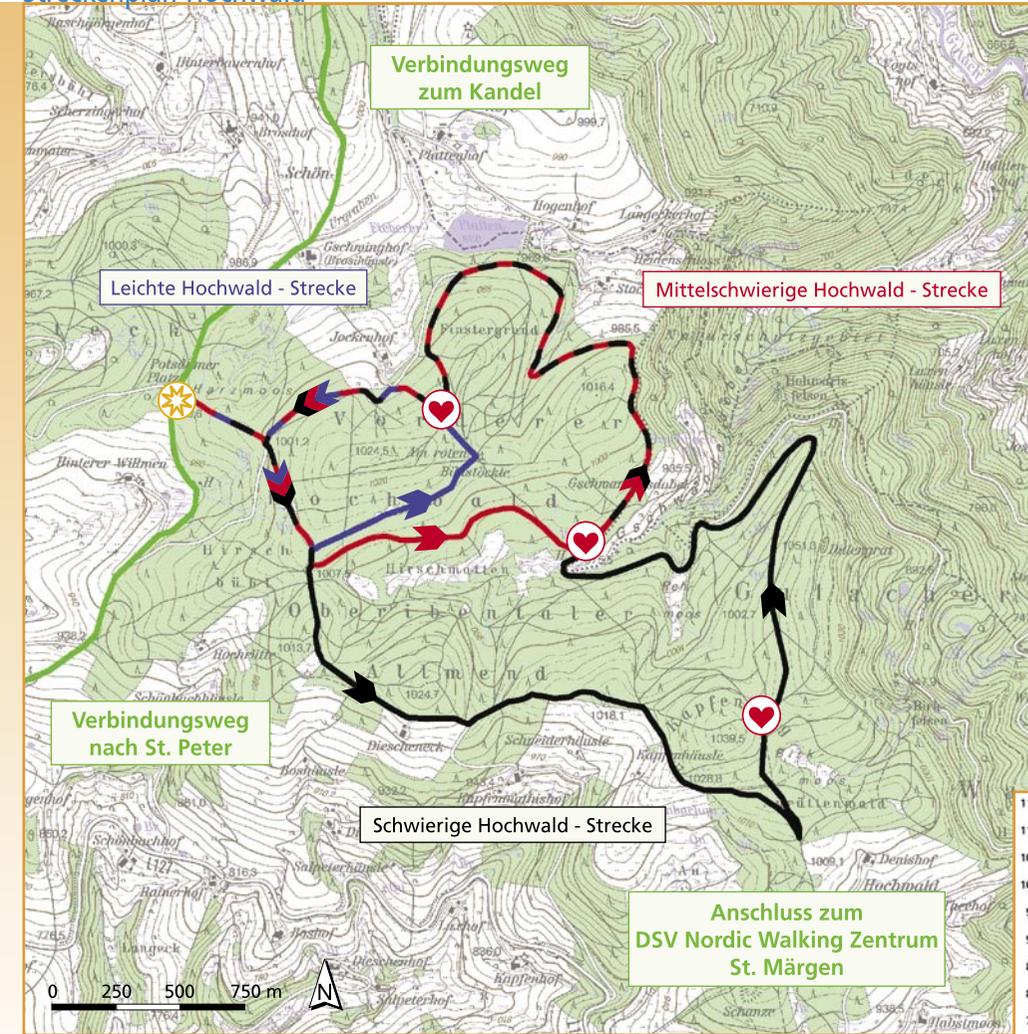


Streckeninformation

- Tourenstartpunkt / Eingangstafel
- Station / Tafel zum Pulsmessen und Kräftigen
- Schwierigkeitsgrad der Tour (Karte)**
 - Leichte Tour
 - Mittelschwierige Tour
 - Schwierige Tour
- Topographie (Profile)**
 - Anstieg, durchschnittliche Steigung [%]
 - Kuptiertes Gelände: Steigung unter 3%
 - Abstieg, durchschnittliches Gefälle [%]
- TC: Gesamtanstieg [m] Summe der Höhenmeter aller Steigungen
- HD: Höhendifferenz [m] zwischen höchstem und niedrigstem Punkt ▲▼
- Kartengrundlage:
Topographische Karte 1:25000 BW © Landesvermessungsamt Baden-Württemberg (www.lv-bw.de) vom 09.09.05, Az.: 2851.2-D / 4427



Streckenplan Hochwald



Startpunkte:

- Lindlehof-Strecken: Scheuerwald am Hornweg (Parkmöglichkeiten auch am Ortsrand)
- Verbindungsstrecke: Turnhalle / Hallenbad
- Hochwald-Strecken: Parkplatz Potsdamer Platz (Richtung Plattensee)

Nordic Walking Wegweiser

an Wegkreuzungen entlang des Streckenverlaufes mit Richtungspfeil und farblicher Darstellung des Schwierigkeitsgrades.

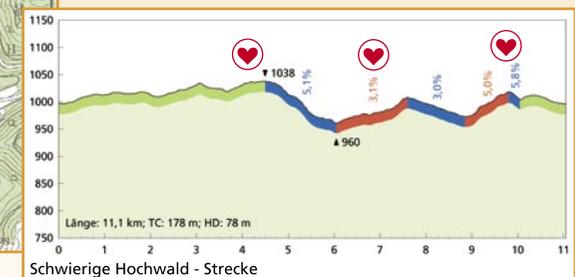
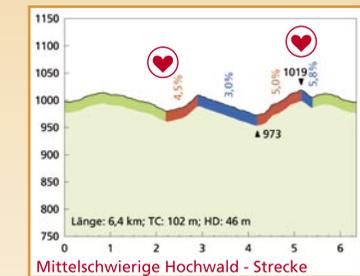
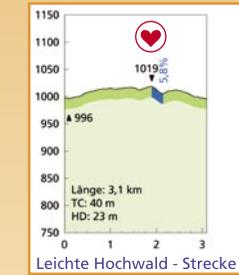


Halbzeit-Schild

mit Angabe der Restentfernung



Profile



Projektrealisierung:

Deutsche Sporthochschule Köln
Institut für Natursport und Ökologie

Nordic Walking Bilder:

© Deutscher Skiverband DSV