



FIT UND AKTIV

Ihr wollt Euch sportlich betätigen und sucht noch mehr Abwechslung? In unmittelbarer Nähe zum CAMP können Unternehmungshungrige jeden Tag etwas Neues entdecken.

GOLFPLATZ SAGMÜHLE

Golf, Service und Unterricht auf höchstem Niveau erleben! Ein kompetentes und freundliches Team gibt Dir vom ersten Moment an das Gefühl herzlich willkommen und bestens aufgehoben zu sein.

Der flache und angenehm zu begehende, abwechslungsreiche 18-Loch-Platz begeistert mit seinem durchdachten Layout und seiner hohen Qualität.

Hochqualifizierten und modernen Unterricht erhältst Du von drei erfahrenen PGA-Golfpros.

Überzeuge Dich selbst und genieße wunderbare Golftage in Bad Griesbach! Mehr Informationen unter: www.sagmuehle.de

BELLA VISTA GOLFPAK

Der Bad Birnbacher Golfpark „Bella Vista“ trägt seinen Namen zurecht. Nur an wenigen Stellen offenbart das Rottal seine Naturschönheit so wie hier. Im Süden wandert die Rott, im Norden prägen sanfte Hügel das Bild. Dazwischen liegt der Bella Vista Golfpark. Von nahezu jedem Punkt genießt man herrliche Ausblicke über das weite Rottal – eine Wohltat für Geist und Seele. Die Spielbahnen sind fair und anspruchsvoll. Das Team empfängt Dich herzlich und mit der für die Region typischen, unkomplizierten und freundlichen Art.

Als Gast des Vital CAMP Bayerbach erhältst Du eine Greenfee-Ermäßigung! Mehr erfahren auf: www.bellavista-golfpark.de

TENNISPLATZ BAD BIRNBACH

Der Tennisclub Bad Birnbach verfügt über sieben ausgezeichnet gepflegte Turniersandplätze und drei separat abgeteilte Tennishallen. Zuschauer sind jederzeit willkommen und finden ausreichend Sitzmöglichkeiten vor. Nicht zu vergessen sind die Parkplätze direkt an der Anlage.

Weitere Informationen findet man auf: www.tc-badbirnbach.de

FAHRRADVERLEIH

Wer das Rottal auf dem Fahrrad entdecken will, kann sich direkt bei uns zwischen April und Oktober gepflegte und hervorragend gewartete E-Bikes ausleihen.

TOURENVORSCHLÄGE

Wir bieten immer wieder geführte Fahrradtouren mit erfahrenem Personal an. Die Termine sind an der Rezeption oder auf der Webseite zu erfahren: www.vitalcamping-bayerbach.de

Wer die Landschaft auf eigene Faust erkunden möchte, dem empfehlen wir die Birnbach-App mit vielen Tourenvorschlägen: www.badbirnbach.de/app

1. Leicht – Für Genießer:

St-Ulrichs-Tour, Gesamtlänge: 14,3 km, Dauer: 1:00 h, ↑64 m
Führt entlang der Rott nach Bayerbach und wieder zurück

2. Mittel – Für Aktive:

Dreimühlental-Tour, Gesamtlänge: 25,6 km, Dauer: 1:50 h, ↑244 m
Malerische Tour mit schönen Ausblicken und einer grandiosen Abfahrt

3. Schwer – Für Ambitionierte:

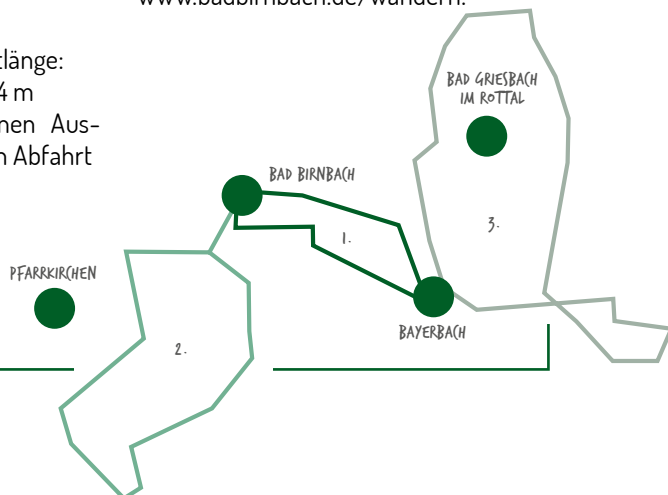
Bruder-Konrad-Tour, Gesamtlänge: 50,6 km, Dauer: 4:00 h, ↑804 m
Über Kößlarn und Rotthalmünster, mit knackigen Anstiegen bis zu 21%.

FISCHWEIHER BAD BIRNBACH

Der gemeindeeigene Fischweiher, ein abgetrennter Altarm der Rott, bietet Anglern beste Bedingungen. Im Nordwestzipfel befindet sich eine Insel, während der südöstliche Bereich von Seerosenfeldern geprägt ist, in dem Karpfen, Hechte und Schleien zu Hause sind. Es kommen aber auch kampfstärke Grasfische vor. Informationen gibt's in Bad Birnbach an der Gästeeinformation im Atrium.

GEFÜHRTE WANDERUNGEN

Rund um das ländliche Bad Birnbach erstreckt sich ein ca. 80 km langes, gut ausgeschildertes Wandergebiet. Die meisten Touren beginnen und enden mitten im Ort, sodass man immer wieder an den Ausgangspunkt zurückkommt. Da die wenigsten der Wanderwege asphaltiert sind, empfehlen sich festes Schuhwerk oder Wanderschuhe, damit man einen sicheren Tritt hat und die Gelenke schont. Modernes Kartenmaterial, Tourenportal, geführte Trainingsprogramme und Touren, erlebnisreiche Themenwanderungen, allein oder in der Gruppe – hier ist für jeden etwas dabei! Mehr auf: www.badbirnbach.de/wandern.





FIT UND VITAL

Bewegung und Entspannung sind wichtige Bausteine für Deine Gesundheit und Dein körperliches wie seelisches Wohlbefinden.

Es erwartet Dich im Vital CAMP Bayerbach ein attraktives Sport- und Entspannungsprogramm.

Unser Fit- & Vital-Programm findet unter der Leitung professioneller Trainer statt und ist für Dich als Übernachtungsgast im Preis inbegriffen.

Hier ein paar Auszüge aus unserem Programm:

AQUA FITNESS

Bring mit Aqua Fitness Deinen Körper in Schwung!

Der Auftrieb des Wassers schont Sehnen, Gelenke und Deinen Rücken – ideal für effektive Kraft- und Konditionsübungen bei geringer Belastung. Gleichzeitig wird die Muskulatur gestärkt und das Herz-Kreislauf-System trainiert – schonend, aber wirkungsvoll.

SCHÖNER BAUCH

– den will ich auch! Wie es der Name bereits erahnen lässt, geht es hier um unsere Körpermitte. Effektives und abwechslungsreiches Bauchtraining mit Tipps und Übungen auch für zu Hause.

STRETCH UND RELAX

Entspannt beweglich! Das Programm mit wohltuenden Dehnübungen, um Beweglichkeit, Flexibilität und Elastizität zu fördern! Stretching verbessert zudem die Durchblutung und Körperhaltung.

YOGA

Mit harmonischen und einfachen Übungen bewegst Du Dich langsam und achtsam.

Die bewusste Kombination aus Atmung und Bewegung bringt Deinen Körper in Balance und schenkt Dir spürbare Entspannung für Körper und Geist.

XCO-NATURE-FUN

Hier erwartet Dich ein effizientes Ganzkörpertraining im Freien.

Die Vorteile der XCO-Trainer sind beeindruckend: Durch das Training mit Spezialhandeln erzielst Du einen deutlich erhöhten Kalorienverbrauch.

Beim Laufen mit XCO-Trainern erhöhen sich außerdem Deine Herzfrequenz und die Sauerstoffaufnahme – dadurch profitierst Du zusätzlich von einem effektiven Herz-Kreislauf-Training.

Das XCO-Training ist für jedes Alter und jedes Fitnesslevel geeignet. Es ist schnell erlernbar, individuell dosierbar und durch die reaktive Wirkung werden auch Bänder und das Bindegewebe aktiviert und gestärkt.

NORDIC WALKING

Fit mit zwei Stöcken! Nordic Walking ist nicht nur ein Trendsport. Durch das „richtige“ Gehen mit Stöcken entsteht ein Training für den ganzen Körper, welches vergleichsweise weniger belastend für Rücken und Gelenke ist als joggen.

Ausfälle oder Programmänderungen behalten wir uns vor.

Aktuelles Programm unter:

www.vitalcamping-bayerbach.de/aktuelle-ankuendigungen/veranstaltungen

MITTWOCH
& FREITAG

