

Komm ins CrossSkatingLand ...

Was wäre, wenn der nächste Feldweg
nicht das Ende Ihrer Skating-Tour bedeutet?
Was wäre, wenn Sie all ihre Mountainbike-Strecken
auf Ihren Skates meistern können?
Tun Sie es einfach ...



Touristikgemeinschaft
HeilbronnerLand e.V.
Lerchenstraße 40
74072 Heilbronn
Telefon 07131 994-1390
Telefax 07131 994-1391
Service@HeilbronnerLand.de
www.HeilbronnerLand.de

HeilbronnerLand das Herz Baden-Württembergs



Offroad
skaten
mit Allradantrieb.



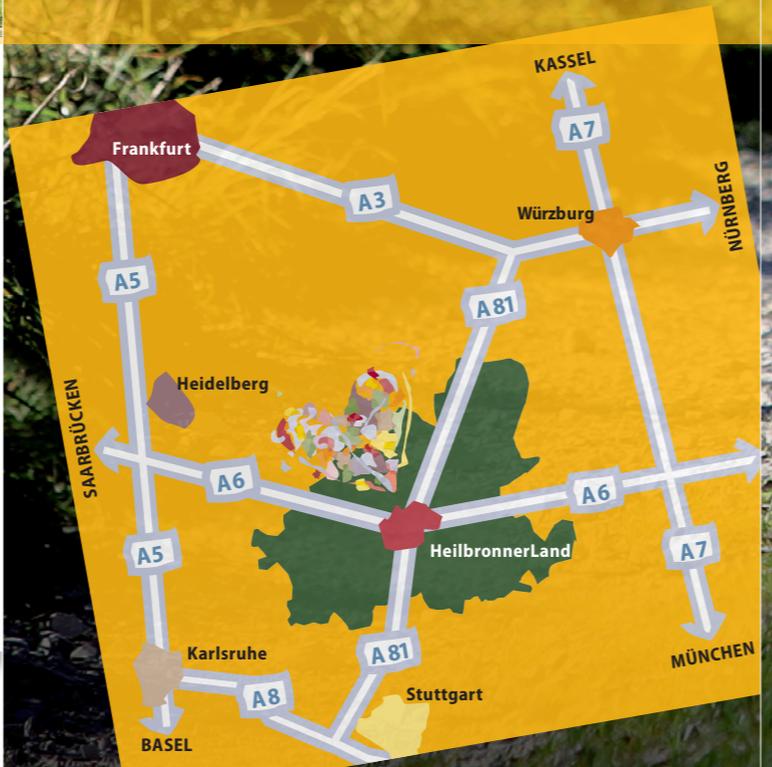
das Herz Baden-Württembergs

CrossSkatingPark HeilbronnerLand



Die zertifizierten und beschilderten Cross Skating Strecken im HeilbronnerLand bieten Ihnen die idealen Voraussetzungen für den Einstieg in die Welt des Nordic Cross Skating. Das Streckenkonzept wurde vom DSV-Beirat für Umwelt und Skisportentwicklung in Kooperation mit der Deutschen Sporthochschule Köln nach sportwissenschaftlichen, ökologischen und erholungsbezogenen Aspekten konzipiert.

Im DSV Cross Skating Park HeilbronnerLand erwarten Sie leichte, mittlere und anspruchsvolle Strecken. Am Neckar entlang finden Sie perfekte Einsteigerstrecken, die Burgenstraße begleitet Sie auf Ihren Ausfahrten und gemütliche Besenwirtschaften warten auf Ihren Besuch. Für Profis bieten unsere Cross Skating-Trainer geführte Ausfahrten auch in „unwegsames“ Gelände an. Regelmäßig finden Kurse in allen Leistungsstufen statt. Individuelle Termine können Sie ab 4 Personen vereinbaren, weitere Informationen im Innenteil.



Offroad Skating
Nordic Skating
mit Skikes

Cross Skates sind ein voll geländetaugliches Nordic-Skating-System mit garantiertem Trainingsspaß. 90% Ihrer Muskulatur werden bei diesem gelenkschonenden Ganzkörpertraining sanft trainiert. Und das in fast jedem Gelände und mit einem einfachen, hochwirksamen Bremssystem.

Aus dem Sommertraining der Langläufer entwickelt ist die Lauftechnik der Cross Skates mit der Skating-Technik der Skilangläufer vergleichbar. Cross Skates sind ganzjährig und in fast jedem Gelände einsetzbar. Waldwege, Schotterstraßen oder querfeldein – alles kein Problem, nur eine Frage der Trainingsintensität. Erst beim Verlassen der geteerten Wege kommen die Vorzüge der Cross Skates so richtig zur Geltung.

Nordic Cross Skating nutzt den Skating-Bewegungsablauf durch den bewussten Stockeinsatz. Durch einen kräftigen Einsatz der Arm- und Oberkörpermuskulatur steigern Sie die Effektivität Ihrer Trainingseinheit und durch das erhöhte Tempo gleichzeitig den Spaßfaktor.

Schnupper Kurse

Dauer: 1 Stunde, Preis: 15 €

Sie möchten das neue gelenkschonende Ganzkörpertraining einmal ausprobieren? Im Schnupperkurs wagen Sie die ersten Erfahrungen auf den Cross Skates. Nach dem Anlegen und Einstellen machen Sie die ersten Skatingschritte und erlernen die richtige Bremsstechnik.

Für alle Kurse gilt:
Ein Helm ist Pflicht
und Voraussetzung
für Ihre Teilnahme.



Einsteiger Kurse

Dauer: 3 Stunden, Preis: 60 €

Kursinhalte sind das richtige Anlegen und Einstellen der Cross Skates, das Erlernen der unterschiedlichen Grundtechniken für den Vortrieb und natürlich das sichere Bremsen. Lernen Sie die neue Sportart mit ihren besonderen Vorteilen kennen und machen Sie Ihre ersten Geländeerfahrten.

VERANSTALTER, TERMINE UND BUCHUNG
Cross Skating Stützpunkt Bad Wimpfen
Trainer Volker Walter · Telefon 07063 933593
skike-point-bad-wimpfen@t-online.de
www.skike-point-bad-wimpfen.de

Aufbau Kurse

Dauer: 3 Stunden, Preis: 60 €

Im Aufbaukurs verbessern Sie die Basics (Sicherheit auf Cross Skates, Koordination ...) und erlernen weitere Techniken wie den symmetrischen Doppelstock-Schub und die asymmetrischen 1-2- und 1-1-Techniken. Unterschiedliche Kurventechniken gehören ebenso zum Programm.



Cross Skating Stützpunkt Neckartal Nord

BAD RAPPENAU/BAD WIMPFEN ●●●

1 mittelschwierige Route (8,0 km) und 2 schwierige Routen (8,7 km / 11,9 km)

GUNDLSHEIM ●●

1 mittelschwierige Route (4,4 km) und 1 schwierige Route (6,8 km)

Cross Skating Stützpunkt Kraichgau

EPPINGEN ●●●●●●●●

2 leichte Routen (2,9 km / 5,1 km), 2 mittelschwierige Routen (6,4 km / 9,6 km)

und 4 schwierige Routen (8,0 km / 14,2 km / 16,6 km / 19,0 km)

KIRCHARDT ●●●

1 mittelschwierige Route (3,8 km) und 2 schwierige Routen (7,0 km / 12,6 km)

Cross Skating Stützpunkt Neckartal Süd

LAUFFEN A.N. ●●

1 leichte Route (4,9 km) und 1 mittelschwierige Route (4,9 km)

NECKARWESTHEIM ●●

1 mittelschwierige Route (2,5 km) und 1 schwierige Route (7,0 km)

Cross Skating Stützpunkt Weinsberger Tal

BREITENAUER SEE ●●●●●●

2 leichte Routen (2,0 km / 2,4 km),

1 mittelschwierige Route (2,4 km)

und 2 schwierige Routen (8,1 km / 10,2 km)

WEINBERG ●●

1 leichte Route (2,3 km) und

1 schwierige Route (4,8 km)

Cross Skating Stützpunkt Schwäbisch-Fränkischer Wald

WÜSTENROT (NEUHÜTTEN) ●●●

2 mittelschwierige Routen (4,1 km / 6,1 km)

UNTERGRUPPENBACH ●●●●

2 mittelschwierige Routen (2,9 km / 4,3 km)

und 2 schwierige Routen (4,9 km / 7,2 km)