



# ISUP BIETET STAND UP PADDLING IM RUHRGEBIET

## Ihr Kartenvorteil

Die SWPcard Inhaber erhalten **10% Rabatt auf alle Leistungen** wie Verleih der iSUP Ausrüstung und geführte iSUP Touren sowie iSUP-Kurse.

Eine Übersicht der bereits geplanten SUP Touren und Kurse findet Ihr auf der Veranstalterseite.

## Beschreibung

Du willst Dich so richtig auspowern? Oder doch lieber entspannt die Natur genießen? Dann ist Stand up Paddling (SUP) genau das Richtige!

Du paddelst im Stehen auf einem aufblasbaren Surfbrett. SUP vereint ein ganzheitliches Fitness-Workout mit einer schonenden Stärkung der Rumpf-/Tiefenmuskulatur. Auch deine Balance wird trainiert. Und der Spaß kommt dabei natürlich nicht zu kurz. Es sind keine Vorkenntnisse nötig! SUP ist sehr leicht zu erlernen. Anfänger stehen nach ca. 10 min auf dem Board.

# Anbieter

**iSUP Verleih NRW**

## Ort

Pastorsbusch 42

46284 Dorsten

## Weitere Informationen

Telefon: +4917696727418

E-Mail: [thomaslibor@gmail.com](mailto:thomaslibor@gmail.com)

Internet: [www.isup-verleih-nrw.de/](http://www.isup-verleih-nrw.de/)

## Buchungsinformation

Telefon: +4917696727418

E-Mail: [thomaslibor@gmail.com](mailto:thomaslibor@gmail.com)

Internet: [www.isup-verleih-nrw.de/](http://www.isup-verleih-nrw.de/)

## Anfahrt

Von: **75179 Pforzheim, Deutschland**

Nach: **Pastorsbusch 42, 46284 Dorsten, Deutschland**

Google Maps Ansicht: [Route](#)

Auf **Esslinger Str.** nach **Nordwesten** Richtung **Heilbronner Str.** starten

Dauer: 1 Minute

Distanz: 0,2 km

**Rechts** abbiegen auf **Heilbronner Str.**

Dauer: 1 Minute

Distanz: 0,7 km

**Rechts** abbiegen auf **Karlsruher Str./B10**

Dauer: 1 Minute

Distanz: 0,4 km

Leicht **rechts** abbiegen auf **A8** Richtung **Karlsruhe**

Dauer: 11 Minuten

Distanz: 18,4 km

Am Autobahnkreuz **41-Dreieck Karlsruherechts** halten und den Schildern **A5** in Richtung **Frankfurt/Mannheim/Landau (Pfalz)/Karlsruhe** folgen

Dauer: 1 Stunde, 3 Minuten

Distanz: 105 km

**Links** halten und weiter auf **E35**

Dauer: 1 Minute

Distanz: 0,9 km

**E35** verläuft leicht nach **links** und wird zu **A67/E35**

Dauer: 13 Minuten

Distanz: 22,1 km

Am Autobahnkreuz **1-Mönchhof-Dreiecklinks** halten und den Schildern **A3** in Richtung **Köln/Wiesbaden** folgen

Dauer: 44 Minuten

Distanz: 73,8 km

An der Gabelung **rechts** halten und auf **A3** bleiben

Dauer: 5 Minuten

Distanz: 7,3 km

An der Gabelung **links** halten und auf **A3** bleiben

Dauer: 1 Stunde, 36 Minuten

Distanz: 156 km

**Links** halten und weiter auf **A2**

Dauer: 4 Minuten

Distanz: 5,8 km

Am Autobahnkreuz **3-Dreieck Bottroprechts** halten und den Schildern in Richtung **Emden/Dorsten** folgen

Dauer: 2 Minuten

Distanz: 2,3 km

Weiter auf **A31**

Dauer: 9 Minuten

Distanz: 14,1 km

Ausfahrt Richtung **Schermbecker Str.**

Dauer: 1 Minute

Distanz: 0,4 km

**Rechts** abbiegen auf **Schermbecker Str.**

Dauer: 1 Minute

Distanz: 0,8 km

**Rechts** abbiegen auf **Am Schultendiek**

Dauer: 1 Minute

Distanz: 88 m

## **Links** abbiegen auf **Im Gorden**

Dauer: 1 Minute

Distanz: 0,2 km

## **Rechts** abbiegen auf **In d. Bleike**

Dauer: 1 Minute

Distanz: 84 m

Map data ©2023 GeoBasis-DE/BKG (©2009), Google

Anderen Startpunkt wählen: