



iSUP - Stand Up Paddling im Ruhrgebiet

Ihr Kartenvorteil

AVU Card Inhaber erhalten **10% Rabatt auf alle Leistungen** (Verleih der iSUP Ausrüstung und geführte iSUP Touren/Kurse).

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

Internet: www.isup-verleih-nrw.de/

Buchungsinformation

Telefon: +4917696727418

E-Mail: thomaslibor@gmail.com

Internet: www.isup-verleih-nrw.de/

Anfahrt

Von: **58285 Gevelsberg, Deutschland**

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

Google Maps Ansicht: [Route](#)

Auf **Am Schleifkotten** nach **Osten** Richtung **Brockenbergstraße** starten

Dauer: 1 Minute

Distanz: 0,1 km

Leicht **rechts** abbiegen auf **Brockenbergstraße**

Dauer: 1 Minute

Distanz: 0,1 km

Rechts abbiegen auf **Berchemallee**

Dauer: 1 Minute

Distanz: 0,9 km

Weiter auf **Geerstraße**

Dauer: 2 Minuten

Distanz: 0,8 km

Rechts abbiegen auf **Wittener Str.**

Dauer: 1 Minute

Distanz: 0,4 km

Links abbiegen auf **Asbecker Str.**

Dauer: 3 Minuten

Distanz: 3,2 km

Weiter auf **Hoppe**

Dauer: 1 Minute

Distanz: 0,6 km

Rechts abbiegen auf **Wittener Str./B234** (Schilder nach **A43/Hattingen/Sprockhövel**)

Weiter auf B234

Dauer: 2 Minuten

Distanz: 1,8 km

Auf **A43** über die Auffahrt **Münster**

Dauer: 18 Minuten

Distanz: 28,8 km

Bei Ausfahrt **12-Kreuz Recklinghausen** Richtung **A2** fahren

Dauer: 1 Minute

Distanz: 0,5 km

An der Gabelung **links** halten, Beschilderung in Richtung **Oberhausen/A2** folgen und weiter auf **A2**

Dauer: 12 Minuten

Distanz: 18,9 km

Am Autobahnkreuz **3-Dreieck Bottroprechts** halten und den Schildern **A31** in Richtung **Emden/Dorsten** folgen

Dauer: 9 Minuten

Distanz: 14,7 km

Ausfahrt Richtung **Holsterhausen**

Dauer: 1 Minute

Distanz: 0,6 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 ©2021 GeoBasis-DE/BKG (©2009)

Anderen Startpunkt wählen:

© 2022 AVU Aktiengesellschaft für Versorgungs-Unternehmen