

ZUERST DER MENSCH

WOCHENPROGRAMM

der Mare-Kurhotels

von 8. September bis 14. September

2025

Kurzentrum
HOTEL TRIEST



Thermalhotel
FONTANA



Landhaus
VIER JAHRES-
ZEITEN



Mare Kurhotels



Sehr geehrte Gäste!

Bitte beachten Sie, dass dieses Programm die Termine aller unserer drei Kurhotels beinhaltet und dass ähnliche Aktivitäten zu verschiedenen Zeiten in den einzelnen Häusern stattfinden. Achten Sie bitte genau auf die jeweilige Ortsangabe.

Bei sämtlichen Sportaktivitäten bitten wir Sie um Voranmeldung an Ihrer

Therapie-reception von Montag bis Freitag von 08.00 bis 12.00 Uhr.

Badelandschaft

Die steht Ihnen täglich von **7.00 bis 20.00** Uhr zur Verfügung.



Saunaoase

Die **Saunaoase** steht Ihnen **von Montag bis Samstag von 14.00 bis 20.00 Uhr, Sonntag und Feiertag von 10.00 bis 20.00 Uhr** zur Verfügung.

Unser AltstadtHaus

AKTUELLES IM ALTSTADTHAUS



RABATTAKTIONEN BIS 30.09.2025

**-10 %
AUF ALLE
PRODUKTE
IM LADEN**



Weine, Spirituosen,
Oliveneröle, Essige, Fonds,
Gewürze, Käse u. v. m.

**-50 %
AUF TISCH-
WÄSCHE
VERSCHIEDENE
GRÖSSEN**



Tischdecken, -läufer & -sets in
verschiedenen Größen
(48 x 33 cm, 35 x 120 cm, 140 x 250 cm, 150
x 150 cm, 130 x 170 cm, 50 x 150 cm u. v. m.)

BÜCHERFUNDUS IM ALTSTADTHAUS

Von Sachbüchern über mediterrane Koch-
bücher bis hin zu Biographien & Krimis von
tollen Autor:innen wie Kammerschauspielerin
Erika Pluhar, Dr. Andrea Nagele, Dr. Gisela
Hopfmüller, Prof. Dr. Franz Hlavac, Stefan
Maiwald u. v. m.

UNTERSCHIEDLICHE
PREISKATEGORIEN
€ 10,50 | € 15,50 | € 23,- | € 25,-

DER REINERLÖS
ERGEHT AN
TIERE IN NOT
ARTE NOAH



NEUE KARTE „FÜR DEN KLEINEN HUNGER“

ENTDECKEN SIE KÖSTLICHE, MEDITERRANE LE-
CKERBISSEN IM ALTSTADTHAUS – PERFEKT FÜR
DEN KLEINEN APPETIT.



VERKAUF VON ITALIENISCHEN PROSECCHI

ZUM LADENPREIS

GENUSSPASS DER KLEINEN ZEITUNG

HEUER SIND AUCH WIR WIEDER MIT DABEL. EXKLUSIV FÜR
KLEINE ZEITUNG CLUBMITGLIEDER.

Erhältlich auf shop.kleinezeitung.at & in allen Kleine Zeitung Büros



Montag, 8. September

09.30 Uhr

Allgemeines Bewegungstraining im Wasser mit unseren Therapeuten

Treffpunkt: Hallenbad **FONTANA**

Anmeldung an der Therapiereception!

Nur für Hotelgäste des Thermalhotel Fontana!

TIPP

10.00 bis 14.00 Uhr

Grablers – aus Liebe zur Heimat!

Lobby **Thermalhotel FONTANA**

Unsere "Liebe zur Heimat" hat uns dazu bewegt die Köstlichkeiten der Region mit größter Wertschätzung zur Natur und zum Boden liebevoll ins Glas zu bringen.

Tolle Geschenkideen und Mitbringsel für zu Hause!



10.30 Uhr

Einschulung ins Krafttraining

mit unseren Sporttherapeuten

Treffpunkt: Sequenzraum **TRIEST**

Anmeldung an der Therapiereception!

Nur für Hotelgäste des Hotel Triest und Landhaus Vier Jahreszeiten!

TIPP

15.30 Uhr

Stark im Alltag - Sprechstunde mit unseren Psychologen

Ob Sie Sorgen loswerden möchten, neue Motivation suchen oder einfach jemanden zum Reden brauchen – kommen Sie ganz ungezwungen vorbei.

Treffpunkt: 1. Stock Psychologie **FONTANA**

Keine Anmeldung erforderlich!

Nur für Hotelgäste des Thermalhotel Fontana!

Dienstag, 9. September

09.30 Uhr

Allgemeines Bewegungstraining im Wasser mit unseren Therapeuten

Treffpunkt: Hallenbad **FONTANA**

Anmeldung an der Therapiereception!

Nur für Hotelgäste des Thermalhotel Fontana!

11.00 Uhr

**Einschulung ins Krafttraining
mit unseren Sporttherapeuten**

Treffpunkt: Sequenztrainingsraum **FONTANA**

Anmeldung an der Therapiereception!

Nur für Hotelgäste des Thermalhotels Fontana!

14.30 Uhr

**Stark im Alltag - Sprechstunde mit unseren
Psychologen**

*Ob Sie Sorgen loswerden möchten, neue Motivation
suchen oder einfach jemanden zum Reden brauchen
– kommen Sie ganz ungezwungen vorbei.*

Treffpunkt: Med. Leitstelle **TRIEST**

Keine Anmeldung erforderlich!

**Nur für Hotelgäste des Hotel Triest und Landhaus Vier
Jahreszeiten!**

TIPP

15.00 bis 19.00 Uhr

Steintal-Alpaka Produktausstellung

der Familie Krammer

Lobby **Hotel TRIEST**



17.30 bis 18.30 Uhr

Lauf- und Walkingtreff der Parktherme!

Kostenlos, keine Voranmeldung;

Es werden die wunderschönen Murauen in
verschiedenen Leistungsgruppen durchquert.

Mittwoch, 10. September

10.00 Uhr

**Einschulung in den Outdoor-Fitnessbereich
mit unseren Sporttherapeuten**

Treffpunkt: Fitnessbereich Innenhof **FONTANA**

Anmeldung an der Therapiereception!

Nur für Hotelgäste des Thermalhotel Fontana!

10.00 bis 14.00 Uhr

Schmuckdesign - Modern und Tracht

Lobby **Thermalhotel FONTANA**

Fr. Pölzl präsentiert handgefertigten Schmuck, aber auch Trachtenröcke, Trachtentaschen und -schals. Lassen Sie sich überraschen!

11.30 Uhr

Einschulung ins Krafftraining

mit unseren Sporttherapeuten

Treffpunkt: Sequenzraum **TRIEST**

Anmeldung an der Therapiereception!

Nur für Hotelgäste des Hotel Triest und Landhaus Vier Jahreszeiten!

15.00 Uhr

Führung Museum im alten Zeughaus

📍 Emmenstraße 9, Bad Radkersburg

Preis p. P. € 5,00

mit entdecker.card € 4,00

Keine Anmeldung erforderlich!

16.00 Uhr

Entspannungstraining in der Gruppe mit unseren Psychologen

Treffpunkt: Gymnastiksaal **FONTANA**

Keine Anmeldung erforderlich!

Nur für Hotelgäste des Thermalhotel Fontana!

16.30 Uhr

Begleitete Radtouren mit den RAD-Guides „Ladies - Tour“

Ca. 20-25 km / Rückankunft: ca. 18 Uhr

Auch für ungeübte Radfahrer geeignet;

Ticket: € 6,00 pro Person; Verkauf im Gästeservicecenter Parktherme & Gästeinfo am Hauptplatz; **Helmpflicht!**

📍 Parktherme

TIPP

19.00 Uhr

Feldenkrais Gruppenstunde – Leichter

bewegen für mehr Lebensqualität;

in der Parktherme Bad Radkersburg;

Einstieg ohne Anmeldung jederzeit möglich.

1 Gruppenstunde pro Person: € 10,00.



Wohlfühlen in unserer Kosmetikabteilung

Unser Kosmetik-Team ist

Montag bis Donnerstag und Samstag

**von 08.00 bis 16.30 Uhr, Freitag von 09.30 bis 18.00
Uhr** gerne für Sie da!

Terminvereinbarung an der Hotel- oder
Therapiereception.

GESICHTSBEHANDLUNG FÜR DEN MANN

Hier bekommt „Mann“ alles, was die Haut braucht.
Heutzutage wollen auch Männer makellos und
attraktiv aussehen: Nach einer Abreinigung wartet
eine entspannende Wellness-Gesichtsbehandlung auf
Sie, mit Peeling, Maske, Massage und Abschlusspflege

45 Minuten

€ 61,-

KLASSISCHE GESICHTSBEHANDLUNG

Feuchtigkeit pur für trockene Haut.
Intensive Feuchtigkeitsbehandlung für sehr trockene
Haut. Hautanalyse, Reinigung, Peeling, Maske, Dampf,
Ampulle, Gesichtsmassage, Augen- und Tagespflege

50 Minuten

€ 85,-

BLITZ-BEHANDLUNG

Der Frischekick für Ihr Gesicht.
Reinigung, Peeling, Dampf, Maske und
Abschlusspflege

35 Minuten

€ 53,-

AROMA-KÖRPERWICKEL KUR

Body Wrapping reduziert Cellulite, glättet die Haut,
strafft das Bindegewebe und unterstützt die
durchblutung der Beine (45 Minuten)

Ergebnisse zum Nachmessen

Aroma-Körperwickel

€ 53,-

Ab 5 Aroma-Wickel

€ 33,- pro Wickel

Buchen Sie gleich Ihren Wohlfühltermin
an der Hotelreception, Therapiereception oder
direkt in der Kosmetikabteilung!



Beauty



GEPFLEGT und **GUT GESCHÜTZT**
mit unseren **Sonnenprodukten** von

cNc
SKINCARE

SUN Face Cream SPF 50
(Gesicht)

Die leichte Sonnenschutzcreme für das Gesicht schützt zuverlässig vor schädlicher UVA- und UVB-Strahlung. Die Textur versorgt die Haut mit Feuchtigkeit und ist der ideale Begleiter bei intensiver Sonne.

50ml
EUR 27,90
EUR 22,32

15ml
EUR 29,90
EUR 23,92

SUN Drops SPF 50
(Gesicht & Körper)

Die fettfreien SUN Drops sorgen mit einer Kombination aus UVA-Filtern und zellschützenden Wirkstoffen für einen zuverlässigen Schutz gegen Hautalterung und Feuchtigkeitsverlust.

**SOMMER-
ABVERKAUF**
- 20 %
AUF ALLE
SONNENPRODUKTE

SUN Body Lotion SPF 50
(Körper)

Die schnell einziehende Sonnenschutzlotion wirkt gegen UVA- und UVB-Strahlen. Sie schützt effektiv vor Sonnenschäden, lichtbedingter Hautalterung und pflegt die Haut.

150ml
EUR 44,-
EUR 35,20

250ml
EUR 29,90
EUR 23,92

SUN Body Spray SPF 50

Das transparente, nicht fettende Spray schützt sofort den Körper zuverlässig vor Sonnenschäden. Es ist wasserfest und sandabweisend. Die Haut wird zusätzlich mit Vitamin E versorgt.

SUN AFTER Sun Lotion Aloe Vera

Die kühlende Lotion beruhigt die Haut nach dem Sonnenbad. Der natürliche Aloe Vera Extrakt spendet Feuchtigkeit und bewahrt die Elastizität der Haut.

150ml
EUR 27,90
EUR 22,32

Mare Kurhotels



Die Produkte sind erhältlich an den **Hotelreceptionen** oder in der **Kosmetikabteilung im Thermalhotel Fontana**. Unsere Kosmetikerinnen beraten Sie gerne bei Fragen oder Wünschen. September 2025/ su_V1

Bewegt auch zu Hause

**TOP 5 Übungen gegen
Nackenverspannungen**
Bewegt auch Zuhause



Mobilisieren
und kräftigen

ZUM
VIDEO



Alle Sportvideos &
unseren Bewegungsfolder finden
Sie auf unserer Homepage.



Berghofer-Mühle

„Es klappert die Mühle am rauschenden Bach, klipp, klapp.“ Um welche Mühle handelt es sich wohl?

Natürlich um die historische Berghofer-Mühle, die direkt an ihrer Lebensader, der malerischen Raab liegt. Diese Mühle mit ihrem Charme zieht Besucher sofort in ihren Bann. Seit 1845 ist sie im Besitz der Familie Berghofer und wird bereits in der 6. Generation geführt. Die Mühle besteht aus einer Getreide- und Ölmühle.

Bei den Erlebnisführungen entdecken die Gäste die Vielfalt der Mühle, wo seit Generationen der Duft von frisch gemahlenem Mehl und frisch gepresstem steirischen Kürbiskernöl in der Luft liegt. Gäste erleben hier, wie Tradition und Innovation sich die Hand reichen und zu dem machen, was die Mühle heute ist.

Öffnungszeiten Mühlenladen:

Mo-Fr: 8.00 Uhr-17.00 Uhr

Sa: 8.00 Uhr-12.00 Uhr

Ölmühlenführung:

Für Einzelpersonen: Mi: 10.00 Uhr, 11.00 Uhr;

Fr: 14.00 Uhr; Sa: 10.00 Uhr

Gruppen ab 10 Personen:
nach Terminvereinbarung

Dauer: ca. 45 min.

Preis: € 8,00 pro Person
(Führung und Verkostung)

Fahrzeit:

ca. 35-40 Minuten

📍 Bahnhofstraße 25, 8350 Fehring



Donnerstag, 11. September

08.00 Uhr

Aktiv in den Morgen

Treffpunkt **TRIEST**: Reception

Treffpunkt **FONTANA**: Tiefgarage

Anmeldung an der Therapiereception!

ab 10.00 Uhr bis ca. 13.00 Uhr

Verkostung und Verkauf regionaler Köstlichkeiten vom „Milchmädchen-Ziegenhof“ aus St. Anna am Aigen

Lobby **Thermalhotel FONTANA**

Sonja Trummer und Günter Schöllauf produzieren in ihrer Manufaktur auf ihrem Ziegen- und Holunderhof fantastischen Ziegenkäse in verschiedensten Variationen. In der Hofkäserei, ihrer kleinen Ziegenkäsemanufaktur, werden verschiedene Frischkäse aus bester Ziegen-Heu-Milch produziert. Sonja Trummers Spezialität sind die Ziegenkäsebällchen in Öl, die Frischkäselaiabchen mit Schnittlauch, der Schnittkäse mit Holunderrinde und der Kräuterfrischling. Angeboten werden aber auch Naturjoghurt, Feta, frische Ziegenmilch uvm.



14.00 Uhr

Entspannungstraining in der Gruppe

mit unseren Psychologen

Treffpunkt: Gymnastiksaal **TRIEST**

Nur für Hotelgäste des Hotel Triest und Landhaus Vier Jahreszeiten!

15.00 Uhr

Sprechstunde mit unserer Diätologin für Fragen und Anliegen rund um das Thema Ernährung!

Treffpunkt: 2. Stock Diätologie **FONTANA**

Keine Anmeldung erforderlich!

Nur für Hotelgäste des Thermalhotels Fontana!

16.00 Uhr

Historische Altstadtführung – Tradition, Geschichte und Kultur der Altstadt!

📍 Gästefinfo, Hauptplatz 14

Preis p. P. € 6,50 / mit entdeckter.card € 4,50

Dauer: ca. 1,5 Stunden; Keine Anmeldung erforderlich!

19.45 Uhr

Omar Sarsam: Stimmt - Nix andere. Diese – Kabarett

📍 Zehnerhaus Bad Radkersburg

„Anwendungsgebiete: Zur geselligen Abendgestaltung oder bei Verstimmung.“

Wirkmechanismus: Unverbesserlicher Optimismus.

Dosierung: Einmalig vor dem Schlafengehen abends, in entspannter Atmosphäre. Voll geile Stimmung Oida. Nette Leute und so. Ich schwör Bre, ohne Hexenkreuz, das stimmt.“

Karten und Infos:

Ö-Ticket, Gästefinfo Bad Radkersburg und www.kufo.eu; VVK: € 35,00

Freitag, 12. September

11.00 Uhr

Allgemeines Bewegungstraining im Wasser mit unseren Therapeuten

Treffpunkt: Hallenbad **FONTANA**

Anmeldung an der Therapiereception!

Nur für Hotelgäste des Thermalhotel Fontana!

TIPP

11.30 Uhr

Einschulung ins Krafftraining

mit unseren Sporttherapeuten

Treffpunkt: Sequenzraum **TRIEST**

Anmeldung an der Therapiereception!

Nur für Hotelgäste des Hotel Triest und Landhaus Vier Jahreszeiten!

13.00 bis 16.00 Uhr

Bauernmarkt am Hauptplatz

Direktvermarkter aus der Region bieten ihre Produkte an.

15.00 Uhr

Führung Museum im alten Zeughaus

📍 Emmenstraße 9, Bad Radkersburg

Preis p. P. € 5,00

mit entdecker.card € 4,00

Keine Anmeldung erforderlich!

TIPP

20.00 Uhr:

Tanzabend mit „Heartbreaker“

im **Café & Bar FONTANA**



Samstag, 13. September

Stadtgemeinde
MURECK
50 Jahre
Stadterhebung
2025

MURECKER STADTFEST

Sa. 13.09.2025
ab 10 Uhr

Live-Musik auf
4 Bühnen



Eintritt frei!
Findet bei jedem Wetter statt.

15 Uhr
MODENSCHAU
am
Lorberplatz



Logo: MURECK, Frohnwieser, akaStrom, eba, S. L. L. L., P.N. Fitness, BEMACHER, Well-Work, ROCK, Element

14.00 Uhr

Begleitete Radtouren mit den RAD-Guides „Fahrt ins Rebenland“

Ca. 35-40 km / Rückankunft: ca. 18 Uhr
Hügelig, etwas Kondition erforderlich;
Ticket: € 11,00 pro Person; Verkauf im Gästeservicecenter Parktherme & Gästeinfo am Hauptplatz; **Helmpflicht!**

📍 Parktherme



Sonntag, 14. September

10.15 Uhr

Sonntagsmesse

📍 Stadtpfarrkirche Bad Radkersburg

11.00 Uhr

Live-Frühshoppen mit Radio Grün Weiß

📍 Vitalhotel

GÖLLES - MANUFAKTUR FÜR EDLEN BRAND & FEINEN ESSIG

Blicken Sie hinter die Kulissen der Manufaktur Gölles, die seit über 30 Jahren edle Brände und feine Essige am Fuße der Riegersburg erzeugt. Auf der Erlebnistour erfahren Sie mehr über die Entstehung des Betriebes, die Menschen dahinter, den Umgang mit den wertvollen Ressourcen und die Wertschöpfung der Produkte.

Edle Brände und Essige nach steirischer Art

In der Manufaktur von Alois Gölles werden seit über 30 Jahren edle Brände und feine Essige am Fuße der legendären Riegersburg erzeugt. Bereits Ende der 1950er Jahre wurde von Alois Gölles Senior der Grundstein für die heutige Manufaktur in Stang bei Riegersburg gelegt. Angefangen hat alles mit einer kleinen gemischten Landwirtschaft. Als einer der ersten in der Südoststeiermark begann er mit der Kultivierung von Apfelbäumen.

Früh erkannte man auch das Potenzial von Vollreifen Früchten. War es früher noch üblich das makellose Obst zu essen und die Reste zu brennen, schlug man bei Familie Gölles einen gänzlich anderen Weg ein. Nur das Beste, sauberste und reifste Obst findet den Weg in die Brennkessel. Destilliert wird nach dem traditionellen Doppelbrennverfahren. Frei von Zusatzstoffen wie Zucker, Aroma- oder Farbstoffen versteht sich.

ÖFFNUNGSZEITEN:

Mai bis Oktober: Montag bis Samstag 10.00 bis 18.00 Uhr

Letzte Erlebnistour (im 15-Minuten-Takt) um 16.30 Uhr



Stang 52, Riegersburg

