

Wohlfühlen ist unsere Kernphilosophie

WOCHENPROGRAMM

der Mare-Kurhotels
von 11. Mai bis 17. Mai
2026

Landhaus
VIER
JAHRESZEITEN



Thermalhotel
FONTANA



Kurzentrum
HOTEL TRIEST



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 Medizinischen Leitstelle.

Badeoase

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



Saunaoase

Montag bis Samstag von 14.00 bis 20.00 Uhr, Sonntag und Feiertag von 10.00 bis 20.00 Uhr zur Verfügung.



Folgen Sie uns auf **Instagram & Facebook** und bleiben Sie immer am neuesten Stand!



Instagram

www.instagram.com/mare_kurhotels



www.facebook.com/marekurhotels

Montag, 11. Mai

10.30 Uhr

Allgemeines Bewegungstraining im Wasser mit unseren Therapeuten

Treffpunkt: Hallenbad **FONTANA**

Anmeldung an der **Therapiereception!**

Nur für Hotelgäste des Thermalhotel Fontana!



13.00 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!

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 **TRIST**

Keine Anmeldung erforderlich!

Nur für Hotelgäste des Hotel Triest und Landhaus Vier Jahreszeiten!

TIPP

von 16.00 bis 19.00 Uhr

Ausstellung von Energetix Magnetschmuck und Wellnessprodukten

Lobby **Thermalhotel FONTANA**




ENERGETIX
— BINGEN —



Dienstag, 12. Mai

TIPP

08.30 Uhr

**Einschulung ins Krafftraining
mit unseren Sporttherapeuten**

Treffpunkt: Sequenztrainingsraum **FONTANA**

Anmeldung an der **Therapie-reception!**

Nur für Hotelgäste des Thermalhotels Fontana!

13.00 Uhr

Einschulung in den Outdoor-Fitnessbereich

mit unseren Sporttherapeuten

Treffpunkt: Fitnessbereich Innenhof **FONTANA**

Anmeldung an der Therapie-reception!

Nur für Hotelgäste des Thermalhotel Fontana!

14.00 Uhr

Entspannungstraining in der Gruppe

mit unseren Psychologen

Treffpunkt: Gymnastiksaal **TRiest**

Anmeldung an der **Therapie-reception.**

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

17.30 bis 18.30 Uhr

Lauf- und Walkingtreff der Parktherme!

Kostenlos, keine Voranmeldung;

Es werden die wunderschönen Muraue-n in
verschiedenen Leistungsgruppen durchquert.

Mittwoch, 13. Mai

08.00 Uhr

Aktiv in den Morgen

Treffpunkt **FONTANA**: Tiefgarage

Anmeldung an der **Therapie-reception!**



08.30 Uhr

Einschulung ins Krafftraining

mit unseren Sporttherapeuten

Treffpunkt: Sequenzraum **TRiest**

Anmeldung an der **Therapie-reception!**

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

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!



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!

15.30 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 Thermalhotel Fontana!

16.00 Uhr

Entspannungstraining in der Gruppe mit unseren Psychologen

Treffpunkt: Gymnastiksaal **FONTANA**

Nur für Hotelgäste des Thermalhotel Fontana!



STEIRERREIS Erlebnistour

Steirischer Reis? Ja, den gibt es!

Hier bei uns in Klöch wird seit 2010 steirischer Reis angebaut und seit 2021 in der eigenen Reismanufaktur aufbereitet. Wir bieten ein glutenfreies, regionales Sortiment an: Steirischen Reis, Buchweizen, Polenta, prämiertes Steirisches Kürbiskernöl ggA - „alles aus eigener Erzeugung“!

Anmeldung an der Hotelreception.

Geschichte, Anbau – Pflege – Ernte, Verkostung.
Mittwoch um 17.00 Uhr
Dauer: ca. 30 Minuten
Preis: € 5,50 pro Person
Eigenanreise:
Pölsen 5, 8493 Klöch



Wohlfühlen in der Kosmetikabteilung des Thermalhotel Fontana

Unser Kosmetik-Team **Montag bis Donnerstag und Samstag von 8.00 bis 16.30 Uhr, Freitag von 9.30 bis 18.00 Uhr** gerne für Sie da!

Vereinbaren Sie Ihren Termin an der Hotel- oder Therapiereception.

Paraffin – Handpackung

Adieu zu trockenen und rissigen Händen!

Bei der Behandlung mit Paraffin wird durch Wärme und ätherische Inhaltsstoffe die Durchblutung der Haut angeregt. Dadurch wird diese schneller regeneriert und Sie erhalten wunderbar glatte und geschmeidige Hände.

- Feuchtigkeitsspendend
- Verbesserte Blutzirkulation
- Schmerzlindernd
- Linderung bei steifen Gelenken
- Verbessert Rheumatismus und Neurodermitis

Preis: € 20,-

Wohltuende Körperpackung

Pflege pur für Ihre Haut!

- Mit Shea- und/oder Ziegenbutter
- Spendet intensive Feuchtigkeit
- Beruhigt die Haut und macht sie samt weich

Preis: € 40,-



Ihr € 5,- Kosmetikgutschein ist ab einem Behandlungswert von € 30,- an der Reception einlösbar. Aktionen ausgenommen!

Bewegt auch zu Hause

TOP TIPPS für Lockerungs- übungen zwischendurch BEWEGT AUCH ZUHAUSE



Alle Sportvideos &
unseren Bewegungsfolder finden
Sie auf unserer Homepage.



Cocktail-Special

Cocktail-Special

Martini Vibrante Spritz

alkoholfrei

**Kräftig · Erfrischend
Grapefruit · Bergamotte**

MARTINI® Vibrante
Grapefruitsaft
Sodawasser

€ 5,50



Mare Kurhotels



Unsere alkoholfreien Cocktail-Specials
stehen unseren Kur-Gästen den
ganzen Tag über zur Verfügung.

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: 8.00-14.00 Uhr

Di-Fr: 8.00 Uhr-17.00 Uhr

Sa: 9.00 Uhr-12.00 Uhr

Sonntag-Feiertag geschlossen

Erlebnisführungen:

nach Terminvereinbarung

Dauer: ca. 45 min.

Preis: € 9,00 pro Person
(Führung und Verkostung)

Fahrzeit:

ca. 35-40 Minuten

📍 Bahnhofstraße 25, 8350 Fehring



Donnerstag, 14. Mai

Christi Himmelfahrt



NEU

In der Enoteca & Laden

MI & DO
12:00 - 19:00 UHR

After Work AUF ITALIENISCH

JETZT NEU JETZT NEU JETZT NEU JETZT NEU

JEDEN MITTWOCH & DONNERSTAG AB 06.05.

- **TAGESTELLER & GENUSSTAGESMENÜ BIS 14.30 UHR**
- **ANTIPASTI & VERKOSTUNGEN FEINER SPEZIALITÄTEN AB 15.00 UHR**



Stoßen Sie auf den Feierabend an –
mit einem Glas Prosecco oder einem ausgewählten Wein.



Hauptplatz 19, S490 Bad Radkersburg

www.das-altstadthaus.at • +43 (0) 3476 20271 • info@das-altstadthaus.at

Alle Preise sind Inklusivpreise in EURO. Fehler und (Preis-) Änderungen vorbehalten.

Freitag, 15. Mai



08.00 Uhr

Aktiv in den Morgen

Treffpunkt **TRIEST**: Reception

Anmeldung an der **Therapiereception!**

10.30 Uhr

Allgemeines Bewegungstraining im Wasser mit unseren Therapeuten

Treffpunkt: Hallenbad **FONTANA**

Anmeldung an der **Therapiereception!**

Nur für Hotelgäste des Thermalhotel Fontana!

BAUERN- MARKT

TIPP!



WO

Hauptplatz, Bad
Radkersburg

Vorplatz der
Parktherme Bad
Radkersburg

Vulkanlandmarkt
Bad Gleichenberg

MARKTZEITEN

 jeden Freitag
🕒 13.00 – 16.00 Uhr

 jeden Dienstag, Donnerstag, Samstag
🕒 14.30 – 17.00 Uhr

 jeden Freitag
🕒 16.00 – 19.00 Uhr



15.00 Uhr

Führung Museum im alten Zeughaus

📍 Emmenstraße 9, Bad Radkersburg

Preis p. P. € 5,00 mit entdeckter.card € 4,00

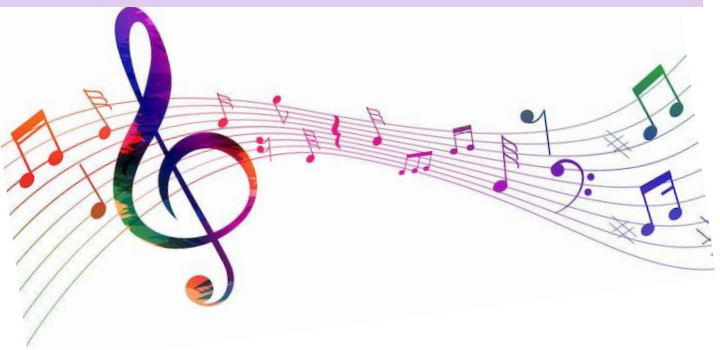
Keine Anmeldung erforderlich!

TIPP

20.00 Uhr:

Tanzabend mit „Heartbreakers“

im **Café & Bar FONTANA**



Samstag, 16. Mai

10.00 Uhr

Kürbiskernöl Schaupressen & Verkostung **Das grüne Gold der Steiermark: Erleben, Genießen & Mitnehmen**

📍 Sicheldorf 38, Bad Radkersburg

„In unserer familieneigenen Ölmühle produzieren wir mit viel Liebe eines der am meist ausgezeichneten Kürbiskernöle Österreichs. Das Beste daran: Das Schaupressen und die anschließende Verkostung sind für unsere Besucher:innen vollkommen kostenfrei!“



14.00 Uhr

ICOM Internationaler Museumstag

📍 Emmenstraße 9, Bad Radkersburg

ICOM steht primär für den International Council of Museums (Internationaler Museumsrat), eine 1946 gegründete, weltweite Nichtregierungsorganisation für Museen und Museumsfachleute, die mit der UNESCO assoziiert ist.

Im Rahmen des Internationalen Museumstages können Sie das Museum im Alten Zeughaus am Samstag, den 16. Mai, kostenlos besuchen.

14.00 Uhr

Begleitete Radtouren mit den RAD-Guides **„Nostalgie – Tour zur Mostschenke“ - KOSTENLOS**

Ca. 35-40 km / Rückankunft: ca. 18 Uhr

Die Guides verraten Ihnen Geheimtipps und führen Sie zu idyllischen Plätzen und Aussichtspunkten mit Einkehrschwung.

📍 Gästeinfo am Hauptplatz; **Helmpflicht!**

Sonntag, 17. Mai

10.15 Uhr

Heilige Messe

📍 Stadtpfarrkirche Bad Radkersburg

Zotter Schokolade

Unendlich Schokolade naschen! Besuchen Sie Zotter und erleben Sie, wie Schokolade entsteht. Über 500 unterschiedliche Schokoladen erwarten Sie. Im Essbaren Tiergarten können Sie entspannen und in einem der ungewöhnlichsten Restaurants speisen.

Eine Expedition in die Welt der Schokolade **Mo-Sa, 09.00-19.00 Uhr**

(Sonn.- und Feiertag geschlossen)

Vom Konditor zum einzigartigen Visionär. Wunder geschehen auch in der Südoststeiermark. Vorausgesetzt man glaubt daran. Josef Zotter hat genau die Dinge gemacht, von denen er überzeugt war. Er hat Schokolade neu erfunden und sein Unternehmen ist heute ein Kompetenzzentrum für Schokoholics.

Essbarer Tiergarten & Öko-Essbar **Mo-Sa, 09.00-19.00 Uhr**

(Sonn.- und Feiertag geschlossen)

Hühner, Hasen, Esel, Enten, Ziegen - im 27 Hektar großen, kreativen Bio-Landwirtschaft von Josef Zotter in Bergl leben alte Nutztier-rassen artgerecht nebeneinander. Spaß und Action für die ganze Familie gibt es beim lustigen Bauerngolf, wo man einen Gummistiefel als Wurfgeschoss verwenden, auf den Wasserräder kräftig in die Pedale treten und Wasserfontänen in die Höhe schießen lassen kann.

Also ein Besuch würde sich sicher lohnen.



Bergl 56, 8333 Riegersburg

Reservierung dringend empfohlen!

