

- Gesund bleiben – gesund werden -

WOCHENPROGRAMM

der Mare-Kurhotels
von 17. Februar bis 23. Februar
2025

Thermalhotel
FONTANA



Kurzentrum
HOTEL TRIEST



Landhaus
VIER
JAHRESZEITEN



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 von Montag bis Freitag von 08.00 bis 12.00 Uhr.

Badelandschaft

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

Saunaoase

WINTERZEIT:

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



Montag, 17. Februar

12.00 Uhr

Wasser-Allgemeines Bewegungstraining

mit unseren Therapeuten

Treffpunkt: Hallenbad **TRIEST**

Anmeldung an der Therapiereception

Nur für Hotelgäste des Hotel Triest und Landhaus Vier Jahreszeiten!

TIPP

von 16.00 bis 19.00 Uhr

**Ausstellung von Energetix Magnetschmuck
und Wellnessprodukten**

in der Lobby **Thermalhotel FONTANA**



Dienstag, 18. Februar

14.00 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!



14.30 Uhr

Sprechstunde mit unseren Psychologen

Treffpunkt: Med. Leitstelle **TRiest**

Keine Anmeldung erforderlich!

Nur für Hotelgäste des Hotel Triest und Landhaus Vier Jahreszeiten!

15.00 bis 19.00 Uhr

Steintal-Alpaka Produktausstellung

der Familie Krammer

Lobby **HOTEL TRIEST**

TIPP



15.00 Uhr

Quell des Lebens – Mineralwasserführung

Auf den Spuren von Mineral- und Thermalwasser.

Beginnend mit der Geschichte des Mineralwassers

Radkersburger Stadtquelle (Long Life) beim Brunnen im Stadtpark und im neugestalteten Raum „Quell des Lebens“ im Hotel JUFA. Danach Besuch des Quellenhauses der Thermalquelle. Entlang der Mur im UNESCO Biosphärenpark Unteres Murtal geht es zum Vita med der Parktherme. Beim Trinkbrunnen wird zum Abschluss die Radkersburger Stadtquelle verkostet.

Treffpunkt: Gästeinfo am Hauptplatz

Preis p. P. € 10,00 / € 8,50 mit entdecker.card.

Mittwoch, 19. Februar

08.30 Uhr

Einschulung ins Krafftraining

mit unseren Sporttherapeuten

Treffpunkt: Sequenzraum **TRIEST**

Anmeldung an der Therapiereception!

Nur für Hotelgäste des Hotel Triest und Landhaus Vier Jahreszeiten!

11.00 Uhr

Einschulung ins Krafftraining

mit unseren Sporttherapeuten

Treffpunkt: Sequenzraum **FONTANA**

Anmeldung an der Therapiereception!

Nur für Hotelgäste des Thermalhotel Fontana!



15.00 Uhr

Sprechstunde mit unseren Psychologen

Treffpunkt: 1. Stock Psychologie **FONTANA**

Keine Anmeldung erforderlich!

Nur für Hotelgäste des Thermalhotel Fontana!

15.00 Uhr

Führung Museum im alten Zeughaus in der

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**

Nur für Hotelgäste des Thermalhotel Fontana!

Steirer-Reis-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“!

Erlebnistour am Fuchs-Kürbishof:

Begrüßungsgetränk, Geschichte, Anbau – Pflege – Ernte, Verkostung, Schmökern im Verkaufsraum.

Jeden Mittwoch um 17.00 Uhr

Dauer: ca. 30 Minuten

Preis: € 5,50 pro Person

Eigenanreise; Pölsen 5, 8493 Klöch

Anmeldung an der Hotelreception.



Faschingszeit

FASCHING

IM THERMALHOTEL FONTANA &
HOTEL TRIEST

KRAPFEN ODER
TAGESMEHLSPEISE

UND KAFFEE

um
€ 5,00

Mare Kurhotels



Wohlfühlen in unserer Kosmetikabteilung

Unser Kosmetik-Team ist **von Montag bis Samstag 9.00 bis 18.00 Uhr** gerne für Sie da! Vereinbaren Sie Ihren Termin an der Hotel- oder Therapiereception.

Samtweiche Hände und gepflegte Füße

MANIKÜRE – Wellness für die Hände

Kürzen und Formen der Nägel, Entfernen der Nagelhaut, Abschlussmassage

Ohne lackieren

€ 35,00

PEDIKÜRE – Frische und Erholung für Ihre Füße

Fußbad, Kürzen und Formen der Nägel, Entfernen der Nagelhaut, Abschlussmassage

€ 47,00

TEIL-PEDIKÜRE

Eingewachsene Nägel ODER Hühneraugen
Entfernen

€ 22,00

Nägel schneiden und formen, inkl. Fußbad

€ 30,00

LACKIEREN

€ 8,00



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

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

Unser Kosmetik-Highlight

Unser Kosmetik-Highlight im JÄNNER & FEBRUAR

Schöne Augenblicke Lash & Brow Lifting inkl. färben

Die Dauerwelle für die Wimpern. Zwei spezielle Lotionen liften und fixieren die Wimpernhärchen nach oben. Dieser natürliche Schwung hält 6-8 Wochen. Zum Abschluss werden die Wimpern gefärbt und versiegelt.

Kombi-Angebot: € 105,- (anstatt € 116,-)

Brow Lifting inkl. färben: € 61,-

Lash Lifting inkl. färben: € 72,-

Ganzkörperpeeling Hautpflege durch sanftes Peeling

Raue Stellen, Verhornungen sowie oberflächliche Hautunreinheiten werden sanft gelöst und das Hautbild dadurch sichtbar verfeinert. Mit Meersalz!

DAUER ca. 40 Min.

€ 42,- (anstatt € 53,-)

Lassen Sie sich von unseren Kosmetikerinnen beraten und verwöhnen!

Produktipp für kalte Wintertage:

CNC Winter Cream

EUR
18,00

Preise sind Inklusivpreise in EURO. Preisänderungen und Druckfehler bleiben uns vorbehalten. Angebot ist nicht mit weiteren Rabatten kombinierbar und gilt nur für die Monate Jänner und Februar 2025.

Mare Kurhotels



Unsere Beauty-Partner

cNc
SKINCARE

CNC - More than beauty!

CNC Cosmetic steht seit 1986 für Innovation, dermatologische Wirkstoffkosmetik gepaart mit zeitgemäßen, apparativen Systemen – für sichtbare und nachhaltige Erfolge.

diego dalla palma
PROFESSIONAL

Diego Dalla Palma Professional

Bei dieser Linie handelt es sich um eine Kosmetik mit reinen und konzentrierten Wirkstoffen die gezielt auf die individuellen Ansprüche und Bedürfnisse der Haut ausgerichtet sind und mit speziellen Trägerstoffen angereichert wurden.

TIPP

Keine Parabene, kein Paraffin, kein Mineralöl, kein Ethylenglykol, keine Phthalate, kein Triclosan oder sonstige Inhaltsstoffe, die die Reinheit verringern oder Hautreizungen auslösen können.

Durch die Expertise und Kreativität von **Diego dalla Palma Milano Make-Up professionals** wurde die Linie „RVB LAB The Make up“ geschaffen, wo die Bedürfnisse der professionellen Welt auf die Vision von Diego dalla palma treffen.

Eine komplette und kompakte Linie, die ausgezeichnete Produkte mit angenehmen Texturen und klassischen – sowie trendigen – Farben anbietet.



Wasserweg Bad Radkersburg

Entlang des Wasserweges können Sie die Schönheit der Natur von Fließgewässern, stehenden Gewässern, vor allem aber die Mineralwasserquellen in Bad Radkersburg und Umgebung erleben.

Die Murauen bilden mit rund 3000 ha das zweitgrößte geschlossene Augebiet Österreichs und sind von der UNESCO als Biosphärenpark Unteres Murtal ausgezeichnet worden.

Die Entstehung dieser Auwälder verdanken wir der sich im Augebiet hin und her bewegendes Mur. Der Wasserweg führt auch an zwei Mur-Aufweitung vorbei, welche zur Verhinderung einer weiteren Eintiefung der Sohle und damit zu Schutz des Grundwassers sowie zur Verbesserung des ökologischen Zustandes umgesetzt wurde.

Aufzufindende Orte:

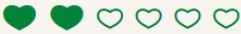
- wunderschöne Flusslandschaft
- Kapelle in Sichelndorf
- Liebmannsee
- Buschenschank - perfekt für eine kurze Rast
- Hütte bei der Johannesquelle
- Übersichtstafel vor dem Quellenhaus
- Thermalwasser - Ausstellung im Quellenhaus

Wegbeschreibung:

- Der Wasserweg OST mit 13,5 km führt murabwärts über Bad Radkersburg in Richtung Sichelndorf/Laafeld und zurück.
- Der Wasserweg WEST mit 9,5 km führt muraufwärts über Bad Radkersburg in Richtung Liebmannsee/Altneudörfel und zurück.

EIGENSCHAFTEN

Technik

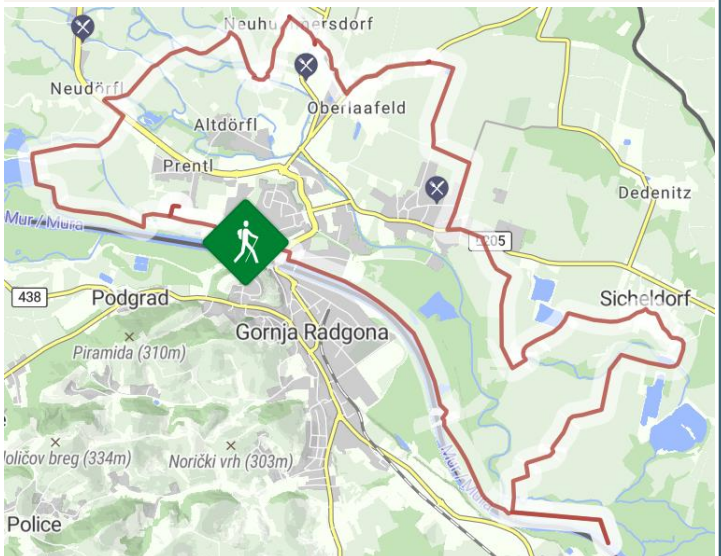


Kondition



TOUR IN ZAHLEN

leicht	22,4 km	5:30 h	75 hm	80 hm	220 m
Schwierigkeit	Strecke	Dauer	Aufstieg	Abstieg	Höchster Punkt



Donnerstag, 20. Februar

09.00 Uhr

Aktiv in den Morgen

Treffpunkt **FONTANA**: Tiefgarage

Treffpunkt **TRIEST**: Haupteingang

Anmeldung an der Therapiereception.

09.00 Uhr

Entspannungstraining in der Gruppe

mit unseren Psychologen

Treffpunkt: Gymnastiksaal **TRIEST**

Nur für Hotelgäste des Hotel Triest und Landhaus Vier Jahreszeiten!

15.00 Uhr

Historische Altstadtführung – Tradition, Geschichte und Kultur der Altstadt!

Treffpunkt: Gästeinfo, Hauptplatz 14

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

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



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



Instagram

www.instagram.com/mare_kurhotels



www.facebook.com/marekurhotels

Freitag, 21. Februar

13.00 bis 16.00 Uhr

Bauernmarkt am Hauptplatz

Direktvermarkter aus der Region bieten ihre Produkte an.

14.30 Uhr

Nordic Walking

mit unseren Sporttherapeuten

Treffpunkt: Haupteingang **TRIEST**

Anmeldung an der Therapiereception

Nur für Hotelgäste des Hotel Triest und Landhaus Vier Jahreszeiten!

15.00 Uhr

Führung Museum im alten Zeughaus

in der Emmenstraße 9, Bad Radkersburg

Preis p. P. € 5,00

mit entdeckter.card € 4,00

Keine Anmeldung erforderlich!

ab 20.00 Uhr

Tanzabend mit „SILBERKLANG“ im Café & Bar Fontana“

TIPP

#discofox
#walzer
#undvielesmehr

Wir freuen
uns auf Sie!

mit
„SILBERKLANG“
am FREITAG
21. FEBRUAR ab
20.00 Uhr

TANZABEND THERMALHOTEL FONTANA
CAFÉ & BAR

Samstag, 22. Februar

14.30 bis 15.30 Uhr

Lauf- und Walkingtreff der Parktherme!

Kostenlos, keine Voranmeldung;

Es werden die wunderschönen Murauen in verschiedenen Leistungsgruppen durchquert.



Sonntag, 23. Februar

10.15 Uhr

Sonntagsmesse

Stadtpfarrkirche Bad Radkersburg



Bewegt auch zu Hause

TOP 5 Hüftmobilisation

Bewegt auch Zuhause



Einfach zur
beweglichen
Körpermitte

Alle Sportvideos &
unseren Bewegungsfolder finden
Sie auf unserer Homepage.



Château Agata **Schloss Oberradkersburg** „gleich über die Grenze“



Entdecken Sie Château Agata in all seinen Facetten. Und zu sehen gibt es einiges - vom romantischen Schlosshof mit Blick auf Untersteiermark. Schlossherr Milan Herzog führt Sie gerne durch das Schloss und weiß die einte oder andere Geschichte und Anekdote über das Leben hinter den Schlossmauern zu berichten.

Schloss-Geschichte & Sanierung

Château Agata blick auf eine bewegte Geschichte zurück - von Wohnsitz wohlhabender Fürsten, über eine Ausbildungsstätte bis hin zum Zuhause des heutigen Hausherrn, die Wände hätten viel zu erzählen. Bei der großen Sanierung von Château Agata kamen manche Überraschungen zutage.

Im Jahr 1991 wurde Château Agata vom Geschäftsmann Milan Herzog übernommen und seitdem laufend renoviert. Die Renovierung finanziert der neue Schlossherr ausschließlich mit eigenen Mitteln.

Château Agata Schaumwein

Mit ausgelesenen reinen Chardonnay-Trauben vom eigenen Weinberg erzeugt, in der Weinkellerei zu Fuße vom Schloss seit über 170 Jahren nach der klassischen Methode in der Flasche gegärt und jeden Tag von Hand gedreht. So entsteht der erste und heute einer der meist gepriesenen slowenischen Schaumweinen.

Öffnungszeiten

MO-SO 10.00-17.00 Uhr

Eintritt Schlosspark und kleiner Tierpark € 1,00

Eintritt Schlosshof mit Oldtimer-Ausstellung, Atelier, historisches Klassenzimmer, Schlosskneipe, Speisesaal, Weinkeller € 4,00

Eintritt obere Schlossetage (Gästezimmer, Aussichtsbalkon mit Fernsicht, Schlosskapelle, Hochzeitssaal, Kunstaussstellung € 10,00