

# WOCHENPROGRAMM

der Mare-Kurhotels

von 24. März bis 30. März 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.



## Sauna-oase

Die **Sauna-oase** steht Ihnen **von Montag bis Freitag von 14.00 bis 20.00 Uhr, Samstag, Sonntag und Feiertag von 10.00 bis 20.00 Uhr** zur Verfügung.

## Unser AltstadtHaus

### BÄRLAUCH- UND MORCHELZEIT IM ALTSTADTHAUS

AB FR  
21. MÄRZ  
FR & SA  
12:00 - 22:00  
UHR

#### SUPPEN

Bärlauchschaumsuppe mit  
Schwarzbrotcroutons <sup>A, F, G, N</sup>

€ 6,50

#### VORSPEISEN

Rote Rüben Carpaccio mit Ricotta  
und Bärlauchpesto <sup>C, G</sup>

€ 17,-

Jakobsmuscheln gratiniert mit  
Bärlauchpesto <sup>A, C, G, R</sup>

€ 21,50

#### HAUPTSPEISEN

Tagliatelle mit Bärlauchpesto  
„alla Genovese“ <sup>A, C, G</sup>

€ 13,50

Tagliatelle mit  
Morchelrahmsauce <sup>A, C, G</sup>

€ 19,50

Bärlauchrisotto mit  
Garnelenspieß <sup>B, C, G, L, O</sup>

€ 25,-

Ribeye vom Grill (~ 250g - 280g) mit  
Morchelrahmsauce und Gnocchi <sup>A, C, G</sup>

€ 29,50



Hauptplatz 19, 8490 Bad Radkersburg

[www.das-altstadthaus.at](http://www.das-altstadthaus.at) • +43 (0) 3476 20271 • [info@das-altstadthaus.at](mailto:info@das-altstadthaus.at)

Alle Preise sind Inklusivpreise in EURO, Fehler und (Preis-) Änderungen vorbehalten. 19.03.2025 / Ir\_V1



## Montag, 24. März

**07.30 Uhr**

**Allgemeines Bewegungstraining im Wasser mit unseren Therapeuten**

Treffpunkt: Hallenbad **FONTANA**

Anmeldung an der Therapiereception!

**Nur für Hotelgäste des Thermalhotel Fontana!**

**08.30 Uhr**

**Wirbelsäule – Allgemeines Bewegungstraining mit unserem Sporttherapeuten**

Treffpunkt: Gymnastiksaal **FONTANA**

Anmeldung an der Therapiereception

**Nur für Hotelgäste des Thermalhotels Fontana!**

**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!**

**10.30 bis 14.00 Uhr**

**Ausstellung: Verschiedenste Zirbenprodukte aus reiner Handarbeit!**

Zirbenprodukte, z.B. Polster, Duftwürfel, Dufterfrischer fürs Auto, Zirbenherzen, sowie Postkarten aus Holz, Schlüsselanhänger, Bildhalter, Spruchschilder uvm.

Lobby **Thermalhotel FONTANA**

**14.00 Uhr**

**Sprechstunde mit unseren Psychologen**

Treffpunkt: Med. Leitstelle **TRiest**

Keine Anmeldung erforderlich!

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

**15.30 Uhr**

**Sprechstunde mit unseren Psychologen**

Treffpunkt: 1. Stock Psychologie **FONTANA**

Keine Anmeldung erforderlich!

**Nur für Hotelgäste des Thermalhotel Fontana!**

**TIPP**

## Dienstag, 25. März

**10.30 Uhr**

**Allgemeines Bewegungstraining im Wasser mit unseren Therapeuten**

Treffpunkt: Hallenbad **FONTANA**

Anmeldung an der Therapiereception!

**Nur für Hotelgäste des Thermalhotel Fontana!**

**11.30 Uhr**

**Einschulung ins Krafttraining  
mit unseren Sporttherapeuten**

Treffpunkt: Sequenztrainingsraum **FONTANA**

Anmeldung an der Therapiereception!

**Nur für Hotelgäste des Thermalhotels Fontana!**

**15.30 Uhr**

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

Treffpunkt: Med. Leitstelle **TRiest**

Keine Anmeldung erforderlich!

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



*Essen is(s)t die erste Medizin*

**Mittwoch, 26. März**

**07.30 Uhr**

**Allgemeines Bewegungstraining im Wasser  
mit unseren Therapeuten**

Treffpunkt: Hallenbad **FONTANA**

Anmeldung an der Therapiereception!

**Nur für Hotelgäste des Thermalhotel Fontana!**



**08.30 Uhr**

**Wirbelsäule – Allgemeines Bewegungstrai-  
ning mit unserem Sporttherapeuten**

Treffpunkt: Gymnastiksaal **FONTANA**

Anmeldung an der Therapiereception

**Nur für Hotelgäste des Thermalhotels Fontana!**

**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**



**11.00 Uhr**

### **Einschulung ins Krafftraining**

mit unseren Sporttherapeuten

Treffpunkt: Sequenzraum **TRIEST**

Anmeldung an der Therapiereception!

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

TIPP

**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!*

**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!

**16.00 Uhr**

### **Entspannungstraining in der Gruppe mit unseren Psychologen**

Treffpunkt: Gymnastiksaal **FONTANA**

Keine Anmeldung erforderlich!

**Nur für Hotelgäste des Thermalhotel Fontana!**

**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



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



**Instagram**

[www.instagram.com/mare\\_kurhotels](https://www.instagram.com/mare_kurhotels)



[www.facebook.com/marekurhotels](https://www.facebook.com/marekurhotels)

## 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.

### **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,-

---

### **ANGEBOT**

#### **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*

€ 77,-

---

### **BLITZ-BEHANDLUNG**

---

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

---

*35 Minuten*

€ 53,-

---

### **AROMA-KÖRPERWICKEL**

---

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

---

*Aroma-Körperwickel*

*ca.45 Minuten*

€ 53,-

---

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



# Wohlfühlkosmetik im März & April



## Füße fit für den Frühling Teilpediküre

Nägel schneiden und formen, inkl. Fußbad

zum Angebotspreis von

**EUR 25,-**

(statt EUR 30,-)



## Klassische Gesichtsbehandlung

Feuchtigkeit pur für trockene Haut

Hautanalyse, Reinigung, Peeling,  
Maske, Dampf, Ampulle,  
Gesichtsmassage, Augen- und Tagespflege

50 Minuten zum Angebotspreis von

**EUR 77,-**

(statt EUR 85,-)

## Ganzkörperpeeling

Hautpflege durch sanftes Peeling

Raue Stellen, Verhornungen  
sowie oberflächliche Hautunrein-  
heiten werden sanft gelöst und  
das Hautbild dadurch sichtbar  
verfeinert.

40 Minuten zum Angebotspreis

von

**EUR 42,-**

(statt EUR 53,-)



Kosmetikprodukt  
des Monats

**CNC**

**Hand & Nail Care**

**EUR 4,50**

**Mare Kurhotels**

## Information & Buchung:

Vereinbaren Sie Ihren Kosmetiktermin direkt in der  
Kosmetikabteilung oder an der Hotel- oder  
Therapie-rezeption!

Wir freuen uns auf Sie!

Monatsaktion März/April 2025! Nicht mit anderen Aktionen und Rabatten kombi-  
nierbar.  
Der € 5,- Willkommensgutschein gilt nicht auf Aktionspreise! Preise sind Inklusivpreise  
in Euro! su/VI



...bei unseren Spezial-  
therapien werden Sie  
von unserem vielseitig  
geschultem Massage-  
team behandelt!

## Unsere Spezial- Therapien

Als modernes und innovatives Kurhotel  
möchten wir Ihnen neben herkömmlichen,  
klassischen Kuranwendungen auch noch  
spezielle Therapien im Sinne eines ganzheitli-  
chen Therapiekonzeptes, auf Ihre Bedürfnisse  
abgestimmt, anbieten.

### HOT STONE MASSAGE

Teilkörper ca. 40 Min.

**EUR 79,-**

Durch die Wärme der Steine soll eine zusätzliche muskelentspannende  
Wirkung erzielt werden.

### KRÄUTERSTEMPELMASSAGE

Ein Erlebnis für alle Sinne.

Gesicht ca. 25 Minuten

Teilkörper ca. 25 Minuten

**EUR 44,-**

**EUR 52,-**

Termine können an  
der Therapie-reze-  
ption gebucht  
werden!



Die Preise sind Inklusivpreise. Druckfehler und  
Preisänderungen bleiben uns vorbehalten.  
Stand: 01\_2025\_V04\_su

## Frühlingserwachen in der Ottersbachmühle

**Jeden Freitag, Samstag und Sonntag von 11.00 bis 18.00 Uhr**

„Lassen Sie sich von unserem frühlingshaften und österlichen Ambiente in der Ottersbachmühle inspirieren und im Mühlengasthaus kulinarisch verwöhnen.“



## Ostern auf Schloss Kornberg

**Täglich von 10.00 bis 18.00 Uhr**

„Erleben Sie den Frühling und österliche Kunstobjekte in stimmungsvollem Ambiente auf Schloss Kornberg. Wir bieten Ihnen zahlreiche in liebevoller Handarbeit bemalte, gravierte, geritzte, und kunstvoll verzierte Oster-eier - also absolute Unikate - an. Vor Ostern präsentieren wir in unserem Kunsthandwerksgeschäft traditionelles Brauchtum, zauberhafte Dekorationsideen und originelle Geschenke. Bei Gruppen dürfen wir um Anmeldung bitten. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.“



## Frühlingserwachen auf Schloss Burgau

**Täglich von 10.00 bis 18.00 Uhr**

„Mit frischer Energie und kreativer Vielfalt laden wir Sie ein, in die Welt des Kunsthandwerks und der frühlingshaften Inspiration einzutauchen. Auf drei Stockwerken erwartet Sie eine beeindruckende Auswahl an kunstvollen Objekten für einen zauberhaften Frühling und frohe Ostern, hergestellt von über 150 Produzenten.“





# Donnerstag, 27. März

**09.00 Uhr**

## **Aktiv in den Morgen**

Treffpunkt **TRIEST**: Reception

Anmeldung an der Therapiereception!

**09.00 Uhr**

## **Entspannungstraining in der Gruppe**

mit unseren Psychologen

Treffpunkt: Gymnastiksaal **TRIEST**

Keine Anmeldung erforderlich!

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



**14.00 Uhr**

## **Allgemeines Bewegungstraining im Wasser mit unseren Therapeuten**

Treffpunkt: Hallenbad **FONTANA**

Anmeldung an der Therapiereception!

**Nur für Hotelgäste des Thermalhotel Fontana!**

**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**

## **Historische Altstadtführung – Tradition, Geschichte und Kultur der Altstadt!**

Treffpunkt: Gästefinfo, Hauptplatz 14

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

Dauer: ca. 1,5 Stunden;

Keine Anmeldung erforderlich!



## Freitag, 28. März

**11.00 Uhr**

### **Einschulung ins Krafttraining**

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.

**13.30 Uhr**

### **Wirbelsäule – Allgemeines Bewegungstraining mit unserem Sporttherapeuten**

Treffpunkt: Gymnastiksaal **FONTANA**

Anmeldung an der Therapiereception

**Nur für Hotelgäste des Thermalhotels 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!

**TIPP**

**20.00 Uhr:**

### **Tanzabend mit „eXcite“ im Café & Bar FONTANA**

## Samstag, 29. März

**ab 11.00 Uhr**

### **Bevog's Frühlings-Bierfest**

Brauhaus Bevog, Laafeld, Bad Radkersburg

*„Wir heißen den Frühling mit feinstem Bier und cooler Musik willkommen.“*

Mehr Info auf: [www.bevog.at](http://www.bevog.at)

Tel: +43 3476 41543 / Mail: [office@bevog.at](mailto:office@bevog.at)

**14.30 bis 15.30 Uhr**

### **Lauf- und Walkingtreff der Parktherme!**

Kostenlos, keine Voranmeldung;

Es werden die wunderschönen Murauen in verschiedenen Leistungsgruppen durchquert.

# Sonntag, 30. März

09.40 Uhr

**Kreuzweg** in der Stadtpfarrkirche

10.15 Uhr

**Bußgottesdienst** in der Stadtpfarrkirche

WEINWANDERN & FRÜHLINGSGENUSS  
SAMSTAG, 29.3.  
SONNTAG, 30.3.  
ab 10:00 Uhr  
am Traminerweg (Klösch) & TAU-Weg der Riede (Tieschen)

ZWEI ORTE. ZWEI WEGE, UNZÄHLIGE GENUSSMOMENTE

## SONNE TRIFFT WEIN

Thermen- & Badeland, Klösch-Traminer, TAU, VINTHIA

**Nicht vergessen: Zeitumstellung auf die Sommerzeit!**



Bewegt auch zu Hause

## TOP 5 Beckenboden

Bewegt auch Zuhause

ZUM VIDEO

Einfach & überall

Alle Sportvideos & unseren Bewegungsfolder finden Sie auf unserer Homepage.



## GÖLLES - MANUFAKTUR FÜR EDLEN BRAND & FEINEN ESSIG

### Riegersburg

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:

**November bis Mai:** Montag bis Samstag

10.00 bis 17.00 Uhr

Letzte Erlebnistour (im 15-Minuten-Takt) um 15.30 Uhr

