

Wohlfühlen ist unsere Kernphilosophie

WOCHENPROGRAMM

der Mare-Kurhotels
von 14. September bis
20. September 2026

Landhaus
VIER
JAHRESZEITEN



Thermalhotel
FONTANA



Kurzentrum
HOTEL TRIEST



Mare Kurhotels



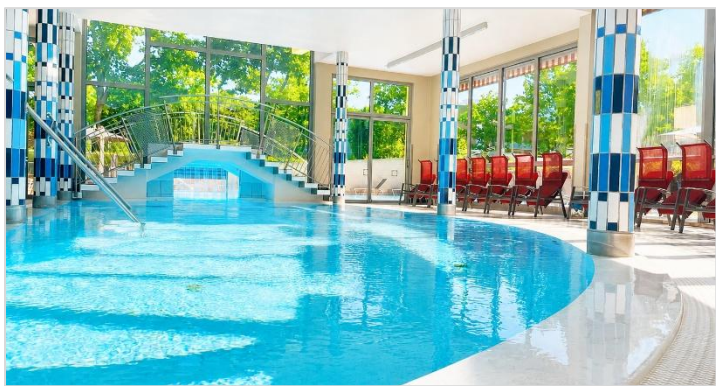
Sehr geehrte Gäste!

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.

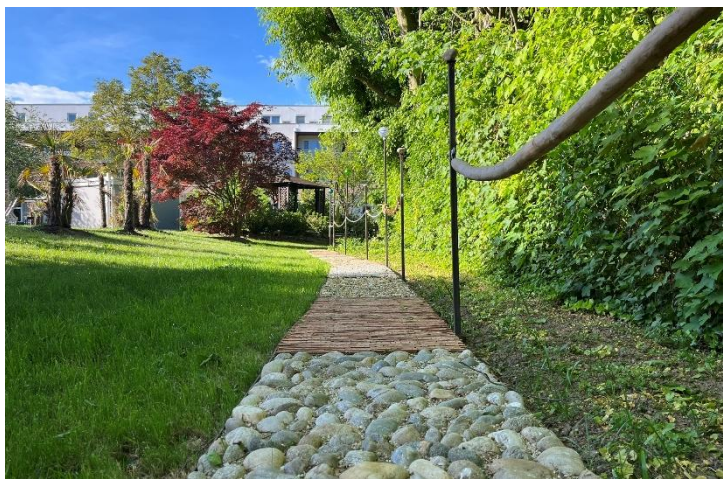
Badeoase

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, 14. September

09.30 Uhr

Allgemeines Bewegungstraining im Wasser mit unseren Therapeuten

Treffpunkt: Hallenbad **FONTANA**

Anmeldung an der **Therapiereception!**

Nur für Hotelgäste des Thermalhotel Fontana!



12.00 Uhr

Einschulung ins Krafttraining

mit unseren Sporttherapeuten

Treffpunkt: Sequenzraum **TRIST**

Anmeldung an der **Therapiereception!**

Nur für Hotelgäste des Hotel Triest und Landhaus Vier Jahreszeiten!

TIPP

13.00 bis 15.00 Uhr

Beauty-Highlights entdecken und -20% Sale auf Sonnenprodukte

Ob strahlende Nägel oder die perfekte Sommerpflege – entdecken Sie unsere Auswahl an Nagellacken sowie attraktive Angebote für Sonnenschutz, After-Sun-Produkte und pflegende Masken.

Lobby Thermalhotel FONTANA

15.00 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: Med. Leitstelle **TRIST**

Keine Anmeldung erforderlich!

Nur für Hotelgäste des Hotel Triest und Landhaus Vier Jahreszeiten!

Dienstag, 15. September

TIPP

08.00 Uhr

Sporttherapeutisches Ausdauer- und Krafttraining mit unseren Sporttherapeuten

Treffpunkt: Reception **TRIST**

Anmeldung an der **Therapiereception!**

Nur für Hotelgäste des Hotel Triest und Landhaus Vier Jahreszeiten!



TIPP

12.00 Uhr

Einschulung ins Krafttraining

mit unseren Sporttherapeuten

Treffpunkt: Sequenzraum **TRIENT**

Anmeldung an der **Therapiereception!**

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: Med. Leitstelle **TRIENT**

Keine Anmeldung erforderlich!

Nur für Hotelgäste des Hotel Triest und Landhaus Vier Jahreszeiten!

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!

TIPP

von 16.00 bis 19.00 Uhr

Ausstellung von Energetix Magnetschmuck und Wellnessprodukten

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, 16. September

13.00 Uhr

Einschulung ins Krafttraining

mit unseren Sporttherapeuten

Treffpunkt: Sequenztrainingsraum **FONTANA**

Anmeldung an der **Therapiereception!**

Nur für Hotelgäste des Thermalhotels Fontana!



15.00 Uhr

Führung Museum im alten Zeughaus

📍 Emmenstraße 9, Bad Radkersburg

Preis p. P. € 5,00 mit Gästebblatt € 4,00

Keine Anmeldung erforderlich!

16.00 Uhr

Entspannungstraining in der Gruppe mit unseren Psychologen

Treffpunkt: Gymnastiksaal **FONTANA**

Nur für Hotelgäste des Thermalhotel Fontana!

17.00 Uhr

„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 Reis-manufaktur aufbereitet.

Erlebnistour am Fuchs-Kürbishof beinhaltet:

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

Dauer: ca. 30 Minuten; Preis: € 5,50 pro Person

Eigenanreise: 📍 Pölten 5, 8493 Klöch

Anmeldung an der **Hotelreception**.

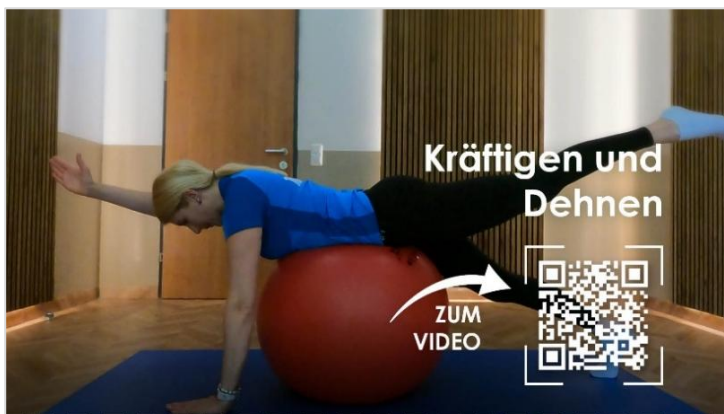
19.00 Uhr

Feldenkraus Gruppenstunde – Leichter bewegen für mehr Lebensqualität;

📍 Parktherme

Einstieg ohne Anmeldung jederzeit möglich.

1 Gruppenstunde pro Person: € 10,00.



Alle Sportvideos &
unseren Bewegungsfolder finden
Sie auf unserer Homepage.



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!

Unser Altstadtthaus



DAS ALTSTADTHAUS ÖFFNUNGSZEITEN

ENOTECA MIT LADEN

MITTWOCH & DONNERSTAG
VON 12:00 - 19:00 UHR

After Work

Genusstagesmenü & Tagesteller
bis 14:30 Uhr
Verkostungen & feine Spezialitäten
ab 15:00 Uhr

FREITAG & SAMSTAG
VON 12:00 - 22:00 UHR

À LA CARTE RESTAURANT

Typisch Gradesser Küche!

FREITAG & SAMSTAG
VON 12:00 - 22:00 UHR



FRÜHSTÜCK GANZTÄGIG
WARME KÜCHE 12:00 - 21:00 UHR



Sturmzeit

SturmZeit



Prost!



CAFÉ & BAR THERMALHOTEL FONTANA
CAFÉ HOTEL TRIEST
CAFÉ LANDHAUS VIER JAHRESZEITEN

Weißer Sturm 1/4	€ 3,60
Weißer Sturm 1/8	€ 1,80
Weißer Sturm 1/4 gespritzt	€ 2,80

Alle Preise sind inklusive Preis in EURO.
Druckfehler und Preisänderungen vorbehalten.
September_2024/V01_at



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, 17. September

08.00 Uhr

Aktiv in den Morgen

Treffpunkt **TRIENT**: Reception

Treffpunkt **FONTANA**: Tiefgarage

Anmeldung an der **Therapiereception!**

TIPP

ab 10.00 Uhr bis ca. 13.00 Uhr

Verkostung und Verkauf regionaler Köstlichkeiten vom „Milchmädchen-Ziegenhof“ aus St. Anna am Aigen in der Hotellobby des **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 Frischkäseleibchen mit Schnittlauch, der Schnittkäse mit Holunderinde und der Kräuterfrischling.

12.00 Uhr

Einschulung ins Krafttraining

mit unseren Sporttherapeuten

Treffpunkt: Sequenzraum **TRIENT**

Anmeldung an der **Therapiereception!**

Nur für Hotelgäste des Hotel Triest und Landhaus Vier Jahreszeiten!

14.00 Uhr

Entspannungstraining in der Gruppe

mit unseren Psychologen

Treffpunkt: Gymnastiksaal **TRIENT**

Anmeldung an der **Therapiereception!**

Nur für Hotelgäste des Hotel Triest und Landhaus Vier Jahreszeiten!

14.30 Uhr

Allgemeines Bewegungstraining im Wasser mit unseren Therapeuten

Treffpunkt: Hallenbad **FONTANA**

Anmeldung an der **Therapiereception!**

Nur für Hotelgäste des Thermalhotel Fontana!

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!**

📍 Gästeinfo, Hauptplatz 14

Preis p. P. € 7,00 / mit Gästeblatt € 5,00

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

Freitag, 18. September

11.00 Uhr

**Allgemeines Bewegungstraining im Wasser
mit unseren Therapeuten**

Treffpunkt: Hallenbad **FONTANA**

Anmeldung an der **Therapiereception!**

Nur für Hotelgäste des Thermalhotel Fontana!



WO	MARKTZEITEN
MARKTPLATZ KLÖCH	JEDEN FREITAG 16.00 – 18.00 UHR
VULKANMARKT BAD GLEICHENBERG	JEDEN FREITAG 14.00 – 18.00 UHR
BAUERNMARKT MURECK	JEDEN SAMSTAG 07.30 – 10.00 UHR

15.00 Uhr

Führung Museum im alten Zeughaus

📍 Emmenstraße 9, Bad Radkersburg

Preis p. P. € 5,00 mit Gästeblatt € 4,00

Keine Anmeldung erforderlich!

TIPP

20.00 Uhr:

Tanzabend mit „Christa Fartek“

im **Café & Bar FONTANA**

Sturm & Kastanien

täglich

Marktplatz · St. Anna/A.

Hauptplatz · Bad Radkersburg

jeden Samstag & Sonntag

Weinbergwiese · Klöch

Samstag, 19. September

12.00 Uhr

Klöcher Pressfest

📍 Klösch - Festplatz rund um die Vinothek
Shuttlebusse stündlich ab der Parktherme.
Ersatztermin bei Schlechtwetter - 20.09.2026.

TIPP

13.00 Uhr bis ca. 18.00 Uhr

Feldenkrais® | Im Fokus: Knie & Fokus

„Die Einheiten werden von Feldenkrais®-Trainer Walter Uresch angeleitet. Die verschiedenen, neuen und einfachen Bewegungsabläufe der Feldenkrais®-Methode zeigen Ihnen neue Wege mit Ihrem Körper umzugehen und Sicherheit in der alltäglichen, gesunden Bewegung zu erlernen.“

Kurspreis: € 60,-

📍 Parktherme

14.00 Uhr

Begleitete Radtouren mit den RAD-Guides

„Herbstzauber-Genussradeltour“ - KOSTENLOS

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

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

📍 Gästeinfo am Hauptplatz; **Helmpflicht!**

19.45 Uhr

oscarreif & ursteirisch – ein Abend mit Silber- schneider, Laube & Milojevic

„Mautern – Hollywood und retour. Ein Abend voller Erinnerungen, Musik und Überraschungen!“

Preis: VVK € 25,00 | AK € 28,00

📍 Zehnerhaus Bad Radkersburg

Sonntag, 20. September

von 10.00 bis 17.00 Uhr

Kunst & Kulinarik

„Handgefertigtes Kunsthandwerk und Kulinarik finden Sie bei freiem Eintritt auf unserem Markt.“

Bei Schlechtwetter verschoben um 1 Woche.

📍 Stadtpark Bad Radkersburg

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!

