
















Montag, 12.10.2020	Dienstag, 13.10.2020	Mittwoch, 14.10.2020	Donnerstag, 15.10.2020	Freitag, 16.10.2020	Samstag, 17.10.2020	Sonntag, 18.10.2020
08:00 Uhr Aktives Erwachen mit Yoga Dauer ca. 50 Minuten mit Frau Havlik Treffpunkt: Seminarraum 8	07:00 Uhr Geführte Nordic Walking Runde Dauer: ca. 60 Minuten mit Ulli Retter Treffpunkt: Rezeption	07:30 Uhr Aktives Erwachen mit Pilates Dauer ca. 50 Minuten mit Andrea Heschl Treffpunkt: Seminarraum 8	07:00 Uhr Geführte Nordic Walking Runde Dauer: ca. 60 Minuten mit Andrea Heschl Treffpunkt: Rezeption	07:30 Uhr Qi Gong Dauer ca. 50 Minuten mit Tibor Francics Treffpunkt: Seminarraum 6	07:30 Uhr Aktives Erwachen mit Pilates Dauer ca. 50 Minuten mit Andrea Heschl Treffpunkt: Seminarraum 8	07:30 Uhr Yoga-Sonnengruß Dauer ca. 50 Minuten mit Tibor Francics Treffpunkt: Seminarraum 8
10:30 Uhr Führung durch das Retter BioGut Treffpunkt: BioGut Öffnungszeiten 8-12 Uhr 	10:30 Uhr Führung durch das Retter BioGut Treffpunkt: BioGut Öffnungszeiten 8-12 Uhr 	Geöffnet von 8-12 Uhr Bestellen Sie Ihr frisches Brot am Vortag bis 20 Uhr an der Rezeption 	Geöffnet von 8-12 Uhr Bestellen Sie Ihr frisches Brot am Vortag bis 20 Uhr an der Rezeption 	10:00 Uhr Frischblumen stecken und Pflanzenpflege Dauer: ca. 60 Minuten mit Michaela Rosegger Treffpunkt: Rezeption	11:00 Uhr Brotbackkurs Dauer: ca. 3 Stunden mit Gerti Schirnhoffer Treffpunkt: BioGut Kosten pro Person € 68,- Maximal 8 Personen 	Geöffnet von 9-13 Uhr Bestellen Sie Ihr frisches Brot am Vortag bis 20 Uhr an der Rezeption 
11:30 Uhr Führung durch unseren Kräutergarten und die Kräuterei Dauer: ca. 60 Minuten mit Roswitha Ebner Treffpunkt: Rezeption	15:00 Uhr Wanderung rund um den Pöllauberg Hans Weiglhofer (24. J. Bürgermeister der Gem. Pöllauberg) zeigt Ihnen die schönsten Gärten und Lieblingsplätze Dauer: ca. 2 Stunden Treffpunkt: Rezeption	10:00 Uhr Kirchenführung Pfarrkirche Pöllau Anmeldung bis 16 Uhr am Vortag an der Rezeption (TVB) mit GenussCard kostenlos	14:00 Uhr Wanderung nach Pöllau mit Hauptplatzrunde und Dombesichtigung mit Werner Bruchmann Dauer: ca. 3 Stunden Treffpunkt: Rezeption	15:00 Uhr Kirchenführung Pfarrkirche Pöllau Anmeldung bis 16 Uhr am Vortag an der Rezeption (TVB) mit GenussCard kostenlos	11:30 Uhr Nordic Walking Dauer: ca. 60 Minuten mit Hermann Retter Treffpunkt: Rezeption	17:00 Uhr „Wünsch Dir was – Manifestationsmeditation“ Dauer ca.:50 Minuten mit Verena Polzhofer Treffpunkt: Seminarraum 8
11:30 Uhr Vortrag „Aromatherapie und die wichtigsten Öle“ Dauer: ca. 50 Minuten mit Dipl. Human-Energetikerin Verena Wiesner Seminarraum 8	Besuchen Sie unseren TechnoGym-Fitnessraum auf Ebene 3, Täglich von 0:00 bis 24:00 Uhr für Sie geöffnet	15:00 Uhr Wildkräuter erkennen und sammeln Dauer ca.: 2,5 Stunden mit Christine Schweighofer Treffpunkt: Rezeption	 DISC GOLF PARCOURS Spielen Sie eine Runde Disc-Golf auf dem "Ersten Hotel-Disc-Golf Platz Österreichs"! Wurfscheiben und einen Spielplan erhalten Sie an der Rezeption	16:30 Uhr Führung durch das Retter BioGut Treffpunkt: BioGut Öffnungszeiten 10-18 Uhr 	16:00 Uhr Rückenfit Dauer: ca. 50 Minuten mit Andrea Heschl Treffpunkt: Seminarraum 8	16:00 Uhr Vortrag „Natürliche Antibiotika“ mit Dipl. Human-Energetikerin Verena Wiesner Seminarraum 6 
15:00 Uhr Kennenlernen des Waldes Dauer: ca. 2,5 Stunden mit Christl Dornhofer Treffpunkt: Rezeption	<u>BENÖTIGEN SIE EINEN WANDERRUCKSACK?</u> Wir haben an der Rezeption ein Leihsortiment für Sie vorbereitet	15.00 Uhr Hartberg entdecken Geführter Stadtspaziergang durch die historische Altstadt. Treffpunkt Tourismusbüro, Alleegasse 6, 8230 Hartberg	Frisch gebackenes Retter Bio-Brot für Zuhause? Gerne nehmen wir Ihre Bestellung am Vortag Ihrer Abreise bis 20:00 Uhr an der Rezeption entgegen! 	17:00 Uhr „Wünsch Dir was – Manifestationsmeditation“ Dauer ca.:50 Minuten mit Verena Polzhofer Treffpunkt: Seminarraum 6	16:30 Uhr Führung durch das Retter BioGut Treffpunkt: BioGut Öffnungszeiten 10-18 Uhr 	 RODELBAHN KOGLHOF SA und SO von 10:00 bis 17:00 Uhr
<u>KONITOREI</u> <u>LEBZELTEREI EBNER</u> Mit Ihrer GenussCard erhalten Sie: Verkostung Lamberggasse 31, 8225 Pöllau MO: 10:00 – 12:00 Uhr 	Schloss und Tierpark Herberstein von 09:00–16:00  	Buschenschank-Tipp Buschenschank Allmer Oberneuberg 154, 8225 Pöllau Mi-So ab 15:00 Uhr geöffnet	Ausstellung ECHOPHYSICS – Europäisches Zentrum für Physikgeschichte, im Schloss Pöllau Schloss 1, 8225 Pöllau Geöffnet, Donnerstag bis Sonntag 10:00–17:00	Buschenschank-Tipp Buschenschank Haubenwallner Unterneuberg 55, 8225 Pöllau Fr-Di ab 14:00 Uhr geöffnet	17:00 Uhr Bauch-Beine-Po Dauer: ca. 50 Minuten mit Andrea Heschl Treffpunkt: Seminarraum 8	17:00 Uhr Vortrag „Diagnose Krebs“ mit Dipl. Human-Energetikerin Verena Wiesner Seminarraum 6
Aussichtswarte Miesenbach Von der Wildwiesenwarte hat man einen schönen Rundblick in die Region Joglland Fahrtzeit vom Hotel ca. 20 Minuten	Benötigen Sie Laufschuhe oder Nordic-Walking-Stöcke? Wir haben an der Rezeption ein Leihsortiment für Sie vorbereitet	Stubenbergsee In nur 25 Minuten erreichen Sie den idyllischen See in der Oststeiermark, der das ganze Jahr über zum Spazieren einlädt	Tipp: Wanderung entlang des Rauschbachwegs direkt beim Hotel Retter In nur 5 Minuten erreichen Sie diesen Natur-Wanderweg	<u>KRÄFTEREICH ST. JAKOB</u> Fahrtzeit ca. 25 Minuten geöffnet Do-So jeweils 9:00-17:00 Uhr	18:00-20:00 Uhr Weinverkostung mit den Weingut Winkler-Hermaden Weinkauf ist gerne möglich Treffpunkt: Rezeption	Alle Programme finden bereits ab 2 Teilnehmern statt. Wir bitten um Anmeldung an der Rezeption jeweils bis zum Vorabend um 18:00 Uhr. <u>Änderungen</u> vorbehalten