

Montag, 19.10.2020	Dienstag, 20.10.2020	Mittwoch, 21.10.2020	Donnerstag, 22.10.2020	Freitag, 23.10.2020	Samstag, 24.10.2020	Sonntag, 25.10.2020		
07:30 Uhr Yoga Dehnung Dauer ca. 50 Minuten mit Tibor Francics Treffpunkt: Seminarraum 6	Aussichtswarte Miesenbach Von der Wildwiesenwarte hat man einen schönen Rundblick in die Region Joglland Fahrzeit vom Hotel ca. 20 Minuten	07:30 Uhr Geführte Nordic Walking Runde Dauer ca. 50 Minuten mit Andrea Heschl Treffpunkt: Rezeption	07:00 Uhr Geführte Nordic Walking Runde Dauer: ca. 60 Minuten mit Andrea Heschl Treffpunkt: Rezeption	07:30 Uhr Yoga Sonnengruß Dauer ca. 50 Minuten mit Tibor Francics Treffpunkt: Seminarraum 10	07:30 Uhr Yoga Dehnung Dauer ca. 50 Minuten mit Tibor Francics Treffpunkt: Seminarraum 8	08:00 Uhr Aktives Erwachen mit Yoga Dauer ca. 50 Minuten mit Frau Havlik Treffpunkt: Seminarraum 14		
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	11:30 Uhr Nordic Walking Dauer: ca. 60 Minuten mit Hermann Retter Treffpunkt: Rezeption	12:00 Uhr Brotbackkurs „Alles Striezel!“ Dauer.: ca. 3 Stunden mit Christoph Blamauer Min. 4 Personen Max. 10 Personen Kosten € 89,- pro Person Treffpunkt: BioGut	14:00 Uhr Bienenwachstücher herstellen Dauer: ca. 3 Stunden mit Viktoria Ertl Treffpunkt: BioGut Maximal 12 Personen Kosten € 68,- pro Person inkl. 3 Wachstücher zum Mitnehmen	
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 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	15:00 Uhr Wanderung nach Pöllau mit Hauptplatzrunde und Dombesichtigung mit Werner Bruchmann Dauer: ca. 3 Stunden Treffpunkt: Rezeption	14:00 Uhr Zero Waste Dekorationskurs Dauer: ca. 3 Stunden mit Michaela Rosegger Treffpunkt: Rezeption Kosten für Hotelgäste € 38,- pro Person	15:00 Uhr Naturpark- wanderung Dauer ca.: 2,5 Stunden mit Stefan Käfer Treffpunkt: Rezeption	15:00 Uhr Entspannungs-Yoga Dauer: ca. 50 Minuten mit Frau Havlik Treffpunkt: Seminarraum 14	BioGut Geöffnet von 9-13 Uhr Bestellen Sie Ihr frisches Brot am Vortag bis 20 Uhr an der Rezeption	15:00 Uhr Wanderung rund um den Pöllauberg Dauer ca.: 2,5 Stunden mit Werner Bruchmann Treffpunkt: Rezeption
11:30 Uhr Vortrag „Aromatherapie und die wichtigsten Öle“ Dauer: ca. 50 Minuten mit Dipl. Human-Energetikerin Verena Wiesner Treffpunkt: Seminarraum 6	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	 <u>DISC GOLF PARCOURS</u> Spielen Sie eine Runde Disc-Golf auf dem "Ersten Hotel-Disc-Golf Platz Österreichs"! Wurfis und einen Spielplan erhalten Sie an der Rezeption	16:30 Uhr Führung durch das Retter BioGut Treffpunkt: BioGut Öffnungszeiten 10-18 Uhr 	15:30 Uhr Dehnen und Entspannen Dauer: ca. 50 Minuten mit Andrea Heschl Treffpunkt: Seminarraum 8	16:30 Uhr Führung durch das Retter BioGut Treffpunkt: BioGut Öffnungszeiten 10-18 Uhr 	15:00 Uhr Entspannungs- Yoga Dauer ca.: 50 Minuten mit Frau Havlik Treffpunkt: Seminarraum 14	17:00 Uhr „Wünsch Dir was – Manifestatio nsmeditation “ Dauer ca.:50 Minuten mit Verena Polzhofer Treffpunkt: Seminarraum 10
15:00 Uhr Kennenlernen des Waldes Dauer: ca. 1,5 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 Stadtsparziengang durch die historische Altstadt. Treffpunkt Tourismusbüro, Alleegasse 6, 8230 Hartberg	Frisch gebackenes Retter Bio-Brot für Zuhause?  Gerne nehmen wir Ihre Bestellung am Vortrag 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 10	16:00 Uhr Rückenfit Dauer: ca. 50 Minuten mit Andrea Heschl Treffpunkt: Seminarraum 8	18:00-20:00 Uhr Weinverkostung mit den BIO Weinhof Schmallegger Weinkauf ist gerne möglich Treffpunkt: Rezeption		
<u>KONDITOREI</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	Stubenbergsee In nur 25 Minuten erreichen Sie den idyllischen See in der Oststeiermark, der das ganze Jahr über zum Spazieren einlädt	17:00 Uhr Bauch-Beine-Po Dauer: ca. 50 Minuten mit Andrea Heschl Treffpunkt: Seminarraum 8	17:00 Uhr Geführte Zen- Meditation Dauer: ca. 50 Minuten mit Verena Polzhoferl Treffpunkt: Seminarraum 10	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	
Tipp: Wanderung entlang des Rauschbachwegs direkt beim Hotel Retter In nur 5 Minuten erreichen Sie diesen Natur-Wanderweg	Benötigen Sie Laufschuhe oder Nordic-Walking-Stöcke? Wir haben an der Rezeption ein Leihsortiment für Sie vorbereitet	 <u>RODELBAHN</u> <u>KOGLHOF</u> SA und SO von 10:00 bis 17:00 Uhr	Tipp: Wanderung entlang des Rauschbachwegs direkt beim Hotel Retter In nur 5 Minuten erreichen Sie diesen Natur-Wanderweg	<u>KRÄFTEREICH ST. JAKOB</u> Fahrzeit ca. 25 Minuten geöffnet Do-So jeweils 9:00-17:00 Uhr	18:00-20:00 Uhr Weinverkostung mit den BIO Weinhof Leitner Weinkauf ist gerne möglich Treffpunkt: Rezeption			