



## WASSER-SHIATSU

Die Wirbelsäule kann im Wasser in einer Weise bewegt werden, wie es an Land nicht möglich wäre. Die Atmung wird vertieft. Alte Halte- und Bewegungsmuster werden durch rhythmisch fließende Bewegungen gelöst und harmonisiert.

**diese Woche um nur € 89,00**



## GOLF-SCHNUPPERKURS

Der zweitägige Golf-Schnupperkurs für Anfänger wird in kleinen Gruppen abgehalten und vermittelt die Grundkenntnisse dieses Sports. Nach dem Schnupperkurs geht es dann auch schon über den Platz — ohne Platzreife. Leihschläger und Bälle inklusive.

**jetzt zum Vorteilspreis von € 45,00**



## KULINARIUM: SPARGELWOCHE

Ab Anfang Mai bis Ende Juni!

**Marinierter bunter Spargel** mit Prosciutto und Bio-Bärlauchricotta.

**Glacierter Spargel mit Straußenmedaillons** in der Bärlauchkruste, dazu Butterkartoffeln.

**Flammerie vom Bio-Polenta** auf Spargel-Erdbeerragout.



Große Allee 2  
2222 Thermendorf  
Tel. +43 2 123 23 23  
Fax. +43 2 123 23 23 22  
team@ihre-therme.at  
www.ihre-therme.at

Bildnachweis: Österreich Werbung, photocase.de



TAGESPROGRAMM MO. 19.5.2008

UND  
ANGEBOTE

# TAGESPROGRAMM MO. 19.5.2008

## Wassergymnastik

07:30 - 07:50  
Sportbecken

## Morgenlauf

08:15 - 09:00  
Treffpunkt an der Rezeption

## Gleichgewichts-Training

10:00 - 10:50  
Medical Fitness

## Nordic Walking

10:15 - 11:00  
Treffpunkt im Medical Fitness Bereich

## Yoga

11:30 - 12:30  
Thermengarten

## Pilates

13:30 - 14:30  
Gymnastikraum IV

## Radtour

15:00 - 17:00  
Treffpunkt beim Sportplatz

## Wirbelsäulentraining

16:00 - 16:30  
Medical Fitness

## WETTER

### Heute



Temperatur: 9-14 °C  
Die anfangs dichten Wolken werden dünner, die Sonne kommt öfter zum Vorschein.

### Morgen



Temperatur: 13-16 °C  
Am Morgen ist der Himmel klar, tagsüber wechseln Sonne und Wolken.

### Übermorgen



Temperatur: 12-15 °C  
Sonne und Wolken wechseln sich den ganzen Tag ab.

## ANGEBOTE



### ZEIT FÜR BEWEGUNG

Musikalische Wanderung in der Thermenregion. Die Route führt entlang der Kogeln über Talbruch nach Losdorf. Unterwegs spielt immer Musik. Geselliges Zusammensitzen und Musizieren sind zum Abschluss beim Berghof angesagt.

**um Reservierungen an der Rezeption wird gebeten**



### DIE 100 BESTEN WEINE DER REGION

Heute können Besucher diese hochwertigen Weine verkosten, die von den Winzern persönlich präsentiert werden. Ein reichhaltiges Schmankerlbuffet (im Eintrittspreis inkludiert), musikalische Begleitung und Moderation runden den Genussabend ab.

**€ 10,00 pro Person**