



KURZENTRUM  
LUDWIGSTORFF



# FREIZEITANGEBOT

für die Woche vom 13. März bis 19. März 2023

## Montag, 13. März 2023

- 16.00 Uhr **Teestunde im Café**  
Probieren Sie köstliche Teesorten
- 17.00 Uhr **„Yoga sanft - verbinde Atmung mit Bewegung & Körper mit Geist“**  
mit *Susanne Hirschrodt (Dauer 50 Min.)*  
Anmeldung an der Rezeption; Treffpunkt beim Bewegungsraum; max. 8 Personen
- 17.50 Uhr **Klangschalen Meditation mit Susanne Hirschrodt** *Meditations- und Achtsamkeitslehrerin*  
„*Tauche ein in Stille & Klang*“ / Anmeldung an der Rezeption; Treffpunkt beim Bewegungsraum;  
max. 8 Personen; Dauer ca. 50 Minuten
- 18.15 Uhr **Stocksport beim Stockschiützenverein**  
Stocksportanlage Bad Deutsch Altenburg, Hollitzerallee

## Dienstag, 14. März 2023

- 16.00 Uhr **Nordic Walking mit unseren Therapeuten**  
(*Dauer ca. 60 Min.*), keine Personenbeschränkung, Treffpunkt beim Ausdauertraining

20.00 Uhr **Live Musik - schottische Klänge  
von und mit Gregor Zenker**

**Unsere Kurgäste musizieren für unsere Kurgäste**

*im Café, Tischreservierung erbeten!*



## Mittwoch, 15. März 2023

- 16.00 Uhr **Teestunde im Café**  
Probieren Sie köstliche Teesorten
- 16.00 Uhr **Unterwassergymnastik 1 im Hallenbad mit unseren Therapeuten (Dauer 30 Min.)**  
Wassergymnastik fördert die Gesundheit, Kondition und Wohlbefinden,  
ohne die Gelenke zu strapazieren; max. 10 Personen
- 16.30 Uhr **Unterwassergymnastik 2 im Hallenbad mit unseren Therapeuten (Dauer 30 Min.)**  
Wassergymnastik fördert die Gesundheit, Kondition und Wohlbefinden,  
ohne die Gelenke zu strapazieren; max. 10 Personen
- 16.30 Uhr **„Gedankenaustausch zu Ihrem Kuraufenthalt“ mit Dir. Friedrich Eisenbock, MBA**  
Teilen Sie uns in gemütlicher Atmosphäre Ihre Gedanken zur Kur mit – im Café
- 18.15 Uhr **Stocksport beim Stockschiützenverein**  
Stocksportanlage Bad Deutsch Altenburg, Hollitzerallee

20.00 Uhr **Live Musik mit Jürgen 😊**  
*im Café, Tischreservierung erbeten!*



## Donnerstag, 16. März 2023

16.00 Uhr **Bad Deutsch Altenburg zum Kennenlernen mit Rudi Schmid**  
Dauer zirka 1 Stunde, gemütlicher Rundgang durch den Ort,  
keine Personenbeschränkung

## Freitag, 17. März 2023

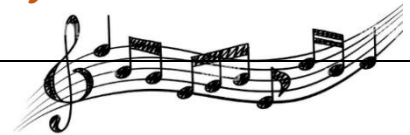
9.00 Uhr **Holzkunstausstellung – Frühlings- und Osterdekoration**  
*von und mit Sigrid Mayer, an der Rezeption bis 17 Uhr*

16.30 Uhr **Herr Direktor Eisenbock lädt zu einem köstlichen Vitamincocktail ein im Café**  
Empfehlungen & Gedanken zur Kur und für einen ausgewogenen Lebensstil.

16.00 Uhr **Wirbelsäulengymnastik 1 mit unseren Therapeuten**  
(Dauer ca. 30 Min.), max. 10 Personen; Treffpunkt beim Turnsaal

16.30 Uhr **Wirbelsäulengymnastik 2 mit unseren Therapeuten**  
(Dauer ca. 30 Min.) max. 10 Personen; Treffpunkt beim Turnsaal

**20.00 Uhr Musikabend mit Entertainer Martin Eysank im Café** 😊  
Tischreservierung erbeten



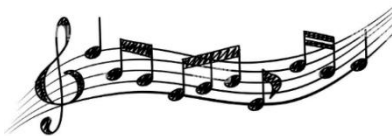
## Samstag, 18. März 2023

# Römerstadt Carnuntum öffnet am 18. März 2023

Saison 2023: 18. März bis 19. November 2023

Saisoneröffnung: 18. März 2023

**20.00 Uhr Karaoke mit DJ MATTi im Café** 😊  
Tischreservierung erbeten



## Sonntag, 19.03.2023

18.00 Uhr **Hl. Messe mit Dr. P. Karl Wallner und Neuspirit Chor**  
in der Elisabethkapelle

### Muttermalkontrolle



**Jetzt Neu** - im Kurzentrum Ludwigstorff

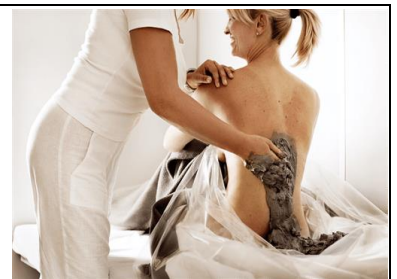
Terminbuchungen  
im Ordinationssekretariat:

Montag bis Freitag: 8.30 - 9.30 Uhr  
und 14.00 – 15.00 Uhr

Höchste  
Auszeichnung  
der Pensions-  
versicherungs-  
anstalt

## **Der Patient im Mittelpunkt! im Sinne Ihrer Gesundheit!**

Das weiche, cremige Peloid - sorgfältig aufgetragen  
auf den verspannten Rücken & die schmerzenden Gelenke  
~ Entspannung pur ~



Liebe Gäste!

- Donnerstags bekommen Sie über unser Housekeeping das neue Freizeitprogramm für die darauffolgende Woche auf Ihr Zimmer
- Vor Beginn der Aktivität wird ein Anwesenheitscheck durch den Trainer durchgeführt
- Bitte tragen Sie eine FFP2 Maske (keine Maskenpflicht bei Unterwassertherapien, Benützung des Wannenbades und festgelegten Therapien mit körperlichen Aktivitäten).
- Für jede Therapie-Trainingseinheit wird ein Hand- bzw. Badetuch und entsprechende Turnbekleidung benötigt
- Nach jeder Einheit müssen die verwendeten Utensilien gemeinsam mit dem Trainer ordnungsgemäß desinfiziert werden
- Den Anweisungen der jeweiligen Trainer sind bitte unbedingt Folge zu leisten
- Bei Schönwetter und nach Absprache mit den Teilnehmern und dem Trainer kann die jeweilige Aktivität auch Outdoor (auf der Parkhotel Liegewiese) abgehalten werden
- Die Teilnahme bei jeder angebotenen Aktivität erfolgt auf eigene Gefahr

Bitte um Berücksichtigung dieser Anweisungen und danke für Ihr Verständnis!

## Weitere Umgebungsinformationen

### Schloss Hof

Öffnungszeiten täglich  
Täglich von 10:00 bis 16:00 Uhr



### Römerstadt Carnuntum:

Öffnungszeiten: 18. März - 19. November 2023  
Täglich von 09:00 bis 17:00 Uhr  
vergünstigte Eintrittskarten an der Rezeption erhältlich € 4,-



### Stadtführung durch das historische Hainburg

Nur mit Voranmeldung unter 02165/62111-23  
(Mo - Fr. 10-12 Uhr erreichbar)  
Treffpunkt: beim Gästeinformationsbüro in Hainburg



### Golfclub Hainburg exklusiv für unsere Gäste

-30% Rabatt auf die regulären Greenfee Preise  
Montag bis Freitag statt € 60,- nur € 42,- pro Person  
Samstag/Sonntag und Feiertage statt € 90,- nur € 63,- pro Person  
Voranmeldung erbeten, Informationen an der Hotelrezeption



**Kurzentrum Ludwigstorff GmbH**

Badgasse 30 . A-2405 Bad Deutsch-Altenburg . Tel.: +43 2165 626 17-0 . e-mail: rezeption@kur-l.at . www.kur-l.at