



KURZENTRUM
LUDWIGSTORFF



FREIZEITANGEBOT

für die Woche vom 20. März bis 26. März 2023

Montag, 20. 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, 21. März 2023

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

Mittwoch, 22. 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 **Evergreens & Super Hits mit Wolf FRANK**
im Café / Eintritt frei / Tischreservierung unbedingt erbeten!!



Donnerstag, 23. März 2023

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

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

Freitag, 24. März 2023

- 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

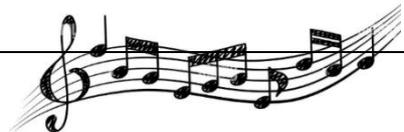
20.00 Uhr Musikabend mit Entertainer Martin Eysank im Café 😊
Tischreservierung erbeten



Samstag, 25. März 2023

- 13.15 Uhr **Besuch Altstadtzentrum Bratislava mit Rudi Schmid**
Dauer ca. 2 h, Anmeldung & Treffpunkt an der Rezeption, Abfahrt mit Bus in Hainburg
(Haltestelle Paffenbergweg) 13:45 Uhr / Fußweg ca. 6 km; max. 9 Personen;
Pass oder Personalausweis notwendig

20.00 Uhr Evergreens & Schlager mit Johann Wilfinger im Café 😊
Tischreservierung erbeten



Sonntag, 26. März 2023

- 14.00 Uhr **Radausflug mit Kurt Benes**
Dauer ca. 2 h, Anmeldung & Treffpunkt beim Haupteingang Rezeption,
Grundkondition Voraussetzung; max. 10 Personen;
Bei Schlechtwetter – optional Nordic Walking Tour.
Leihfahrräder im Radshop „Raditäten“ erhältlich.

Muttermalkontrolle



Jetzt Neu - im Kurzentrum Ludwigstorff

Terminbuchungen
im Ordinationssekretariat:

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

Gesund mit Österreichs stärkster
Jod-Schwefelquelle



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

