

Tage der offenen Tür im Landhotel & Restaurant Das Heubad

Am 6. und 7. März 2010 beginnt der Frühling „Auf der Wiese 53“ (Prigglitz)

Prigglitz, 17.2.2010: **Am 6. und 7. März 2010 können Bewegungshungrige und Wellness-Fans das gesamte Heubad Fit- & Aktiv-Programm zum Schnupperpreis kennenlernen. Die Tage der offenen Tür sind zugleich der Startschuss für die neue Serie von Workout-Kursen, die ab sofort jeden Donnerstag und Freitag unter professioneller Betreuung stattfinden. Damit erschließt sich insbesondere Tagesgästen die Möglichkeit, Sport, Wellness und Kulinarik unter einem Dach zu genießen, ohne dafür weite Wege auf sich nehmen zu müssen.**

Tage der offenen Tür : Entdecken, Genießen und rundum Wohlfühlen

Nur eine Autostunde von Wien entfernt bietet Das Heubad in Prigglitz schon Anfang März Unterstützung beim Frühlingserwachen. Im Rahmen der Tage der offenen Tür können InteressentInnen aller Altersgruppen zwei Tage lang das vielfältige Programm zum Schnupperpreis von nur Euro 5,00 pro Einheit kennenlernen: von Nordic Walking für Anfänger und Fortgeschrittene bis zum Progressiven Muskelentspannungstraining. Auch auf Heubad-Anwendungen, Massagen und Beauty-Verwöhneinheiten gibt es an beiden Tagen Ermäßigungen.

Für jeden Geschmack: Wein & Frühlingsküche

Wie gewohnt stehen im Das Heubad auch die Tage der offenen Tür im Zeichen kulinarischer Genüsse: Beim „1x1 des Weinverkostens“ haben WeinliebhaberInnen, und alle, die es noch werden möchten, am Samstag (6.3.) Gelegenheit, nicht nur die Muskeln, sondern auch den Geschmackssinn zu trainieren und dabei mehr über Geschmack und Vielfalt österreichischer Weine zu erfahren. Darüber hinaus wird im Heubad À la Carte Restaurant am Samstag und Sonntag neben frühlingshaften Köstlichkeiten aus der Kräuterküche ein spezielles Fit- und Aktiv-Menü serviert.

Workshop-Programm mit Naturkosmetik und gesunder Ernährung

Für alle, die sich vorerst einmal nur informieren möchten, stehen – kostenlos! - spannende Vorträge zu Themen wie saisonale und regionale Ernährung oder die Wirkung von Heubadanwendungen auf dem Programm. Ebenso die „Straße der Sinne“, wo jeder für sich spielerisch die eigenen fünf Sinne testen kann. Absolutes Highlight ist der Naturkosmetik-Workshop: Hier erlernen die TeilnehmerInnen, wie man ganz einfach aus natürlichen Blüten- und Kräuteresenzen selbst wohlriechende Cremes und Badezusätze herstellen kann.

Das Heubad startet in den Frühling

Ab März bietet Das Heubad für Hotelgäste, aber auch für bewegungshungrige Gäste aus der näheren Umgebung jeden Donnerstag und Freitag ein attraktives Fit- & Aktivprogramm: „Gezielte Bewegungsprogramme und saisonale Ernährung helfen nicht nur, das Warten auf den Frühling verkürzen“, so Andrea Pribitzer, Body-Vitaltrainerin im Landhotel Das Heubad. „Mit dem passenden fit- & aktiv-Programm lassen sich Körper und Geist erfolgreich aus dem Winterschlaf wecken.“ Besonders attraktiv sind die Vormittagskurse, die es auch Hausfrauen und Müttern ermöglicht, eine Stunde der eigenen Fitness zu widmen, während die Kinder in der Schule sind. Die Kurse werden bereits für Kleinstgruppen ab 3 TeilnehmerInnen abgehalten!

Neu ist auch das **Friday After Work – Wellness** Angebot, das sich speziell an Tagesgäste aus der Region wendet: Von 16.00 – 21.00 Uhr genießen die Gäste alle Annehmlichkeiten in der Heubad-Wellnesslandschaft mit Kräutersauna, Dampfbad, Bergkristall-Hallenbad. Im Preis von Euro 22,00 inkludiert ist ein leichtes 3-Gängiges Fitnessmenü.

Informationen & Anmeldung - Tage der offenen Tür und Fit- & Aktiv-Programm:

Das Heubad - Landhotel & Restaurant (Anita Seelhofer) Tel: 02662 / 425 34 bzw. e-mail: info@dasheubad.at
=> **Detailprogramm & Preise siehe Anhang bzw. www.dasheubad.at/ / Anmeldungen bitte bis 4. März 2010!**

Pressekontakt:

Fair PR e.U. – Kerstin Rohrer – Tel: 0650 812 2384 – e-mail: kerstin.rohrer@fairpr.at

Das Heubad - Tage der offenen Tür 2010
6.-7. März 2010, täglich 10.00 – 21.00 Uhr
 => Anmeldungen bitte bis 4. März 2010!

Programm

Uhrzeit	Samstag, 6. März 2009	Sonntag, 7. März 2009
Ab 9.00	Straße der Sinne: Sehen, hören, riechen, schmecken, fühlen... bewusst wahrnehmen – bewusst genießen	Straße der Sinne: Sehen, hören, riechen, schmecken, fühlen... bewusst wahrnehmen – bewusst genießen
10.30	Nordic Walking*	Nordic Walking*
11.00	Heubadanwendungen: Gesundheit - Tradition – Wirkung Mit Heumeisterin Frau Lebel (Ort: Heubad bzw. Aufenthaltsraum)	Heubadanwendungen: Gesundheit - Tradition – Wirkung Mit Heumeisterin Frau Lebel (Ort: Heubad bzw. Aufenthaltsraum)
13.00	Mobilisation & Stretching* Gymnastikraum	Mobilisation & Stretching* Gymnastikraum
14.30	Naturkosmetik – Selbstgemacht!*(Körpersahne, Lippenbalsam, Badekugeln) Frühstücksraum	Naturkosmetik – Selbstgemacht!*(Körpersahne, Lippenbalsam, Badekugeln) Frühstücksraum
16.00	Vortrag: Regionale und saisonale Ernährung zur Unterstützung Ihrer Gesundheit Frühstücksraum	Vortrag: Regionale und saisonale Ernährung zur Unterstützung Ihrer Gesundheit Frühstücksraum
17.30	Progressive Muskelentspannung* Gymnastikraum	Progressive Muskelentspannung* Gymnastikraum
19.00	1x1 des Weinverkostens Frühstücksraum – Max. 15 TeilnehmerInnen!	

* Kurse mit Dipl. Body-Vital-Trainerin Mag. Andrea Pribitzer

Schnupperpreise am 6. und 7. März 2010

- ❖ Fit & Aktiv-Kurse: Euro 5,00 pro Einheit
- ❖ Kreativ-Kurs: Euro 15,00 pro Einheit (inkl. Produktkosten)
- ❖ Weinseminar: Euro 7,00 p.P.

- ❖ GRATIS: Vortragsprogramm & Straße der Sinne

- ❖ 10% Ermäßigung auf alle Heubadanwendungen, Massagen und Beauty-Verwöhneinheiten!
(Bitte um rechtzeitige Reservierung Ihres Wunschtermins!)

Kontakt & Reservierung

Das Heubad – Landhotel & Restaurant

Auf der Wiese 53, A-2640 Prigglitz

Tel: 02662 / 42534, Fax: 02662 / 42534-333

e-mail: info@dasheubad.at

Weitere Details & Informationen unter www.dasheubad.at

Pressekontakt:

Fair PR e.U. – Kerstin Rohrer – Tel: 0650 812 2384 – e-mail: kerstin.rohrer@fairpr.at