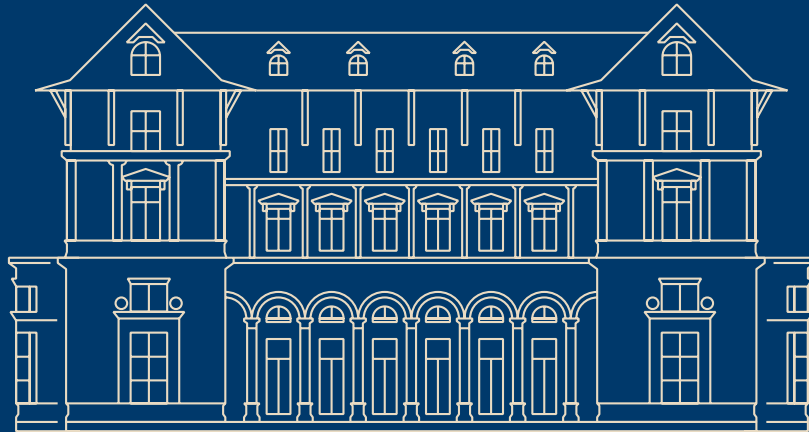




FALKENSTEINER

SPA RESORT MARIENBAD

Premium Collection



Weihnachts- und Neujahrprogramm

2024/2025



Liebe Gäste,

herzlich willkommen zur magischen Weihnachtszeit in Marienbad!
Im Namen des gesamten Teams danke ich Ihnen für Ihren Besuch und
wünsche Ihnen eine wundervolle Zeit in unserem Falkensteiner Spa Resort.

Unser Hotel wurde vor 20 Jahren, nach einer langen Phase der Schließung,
als eines von mittlerweile 30 Falkensteiner Hotels neugestaltet,
und erstrahlt seither als stilvolles, modernes Spa Hotel mit
Traditionsbewusstsein. Die Geschichte unserer Hotelgruppe begann
einst mit einem kleinen Gästehaus in Südtirol, das den Grundstein der
Marke gelegt hat. Noch heute führen die Söhne der Gründer_innen,
Erich und Andreas Falkensteiner, das Lebenswerk der Eltern weiter,
und sorgen für wunderbare Urlaubsmomente ihrer Gäste.

Anlässlich unseres **20-jährigen Jubiläums** haben wir Südtirol
als Motto für unser diesjähriges Weihnachtsprogramm gewählt.
Freuen Sie sich auf viele Aktivitäten und kulinarische Highlights,
die wir für Sie vorbereitet haben.

Ich wünsche Ihnen erholsame Stunden bei uns
und viel Freude während dieser festlichen Zeit!

Herzlichst,

Reinhard Wall

Ihr Gastgeber und Hoteldirektor



**Freitag,
20. Dezember**

LIBRARY BAR, 20.00 UHR

ONE DOLLAR JAZZ

Beswingte' Stimmung mit diesem
spritzigen Quartett

**Samstag,
21. Dezember**

REZEPTION, 13.30 UHR

LIEBESBEGEGNUNGEN IN MARIENBAD

Thematischer Spaziergang (1 Std 30 min)

(Sprache: tschechisch und deutsch)

LIBRARY BAR, 20.00 UHR

ROMAN FICTUM

Popmusik mit Gitarre und Vocals

**Sonntag,
22. Dezember**

REZEPTION, 13.30 UHR

**DIE JÜDISCHE COMMUNITY
IN MARIENBAD**

Thematischer Spaziergang (1 Std 30 min)

(Sprache: tschechisch und deutsch)

LIBRARY BAR, 20.00 UHR

JAZZ CAKES

Das beliebteste Jazz Trio der Stadt

**Montag,
23. Dezember**

SPA - AKTIVPOOL, 10.00 UHR

AQUA FIT

Aerobic-Übungen für Stärkung von
Kreislauf und Immunsystem

(Sprache: tschechisch und deutsch)

SPA - GYMNASTIKRAUM, 11.00 UHR

PILATES*

Übungen zur Verbesserung der Körperhaltung
und Stärkung der Muskulatur

(Sprache: tschechisch und deutsch)

**Bitte um Anmeldung an der Spa-Rezeption*

SAUNA, 14.30 UHR

PEELING IM DAMPFBAD

LIBRARY BAR, 20.00 UHR

**WEIHNACHTSZAUBER
von David Beznoska**





**Dienstag,
24. Dezember:
Heiligabend**

**SPA - SOLE POOL, 9.00 UHR
AI CHI***

Entspannende Übungen im Wasser

(Sprache: tschechisch und deutsch)

**Bitte um Anmeldung an der Spa-Rezeption*

**SPA - GYMNASTIKRAUM
10.00 UHR tschechisch
11.00 UHR deutsch**

**BIOENERGETISCHE ÜBUNGEN
NACH DR. LOWEN***

Übungen zur Auflösung energetischer Blockaden und Steigerung des Wohlbefindens

**Bitte um Anmeldung an der Spa-Rezeption*

LIBRARY BAR, 17.00 UHR

HOTELDIREKTOR REINHARD WALL
erwartet Sie zur traditionellen Weihnachts-
begrüßung mit dem gemeinsamen Singen
von „Stille Nacht, heilige Nacht“



RESTAURANT, 18.00 UHR

GALA-DINNER

“Südtiroler Kulinarik, neu interpretiert”

Musikalische Begleitung von David Beznoska

LIBRARY BAR, 20.00 – 22.30 UHR

**DAVID BEZDOSKA sorgt für stimmige
Unterhaltung am Piano**

**Mittwoch,
25. Dezember**

SPA – SOLE POOL, 17.00 UHR

FLOATING MIT KLANGSCHALEN*

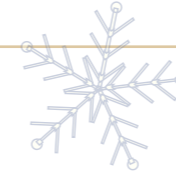
Tiefenentspannung im warmen Salzwasser

(Sprache: tschechisch und deutsch)

**Bitte um Anmeldung an der Spa-Rezeption*

LIBRARY BAR, 20.00 UHR

**DUO VON PETRA BRABENCOVÁ,
Gesang und Piano**



**Donnerstag,
26. Dezember**

SPA - SOLE POOL, 9.00 UHR

AI CHI*

Entspannende Achtsamkeitsübungen
im Wasser

(Sprache: tschechisch und deutsch)

**Bitte um Anmeldung an der Spa-Rezeption*

**SPA – REZEPTION
10.00 UHR tschechisch
11.00 UHR deutsch**

**WIE HOCH IST IHR STRESS-LEVEL
UND IHR BIOLOGISCHES ALTER?**

Das verrät Ihnen die Messung mit
dem ‚Vitalmonitor‘



SPA - GYMNASTIKRAUM, 15.00 UHR

YIN YOGA MIT KLANGSCHALEN*

Bei dieser passiven Art von Yoga verweilen wir
längere Zeit in einer Position. Das Praktizieren
von Yin Yoga führt zur Entspannung von
Faszien, zu verbesserter Flexibilität und
Mobilität sowie zu Stressabbau

(Sprache: tschechisch und deutsch)

**Bitte um Anmeldung an der Spa-Rezeption*

LIBRARY BAR, 15.00 UHR

**VERKOSTUNG VON SÜDTIROLER
REBSORTEN**

Präsentiert von Jiri Markuzzi, dem führenden
Händler italienischer Spitzenweine

Limitierte Kapazität -

Bitte um Anmeldung an der Hotelrezeption

(Sprache: tschechisch und deutsch)

LIBRARY BAR, 20.00 UHR

VLADIMÍR SMUTNÝ -

Entspanntes Repertoire





Freitag, 27. Dezember

SPA - AKTIVPOOL, 10.00 UHR

AQUA FIT

Aerobic-Übungen für Stärkung von Kreislauf und Immunsystem

(Sprache: tschechisch und deutsch)

SPA - GYMNASTIKRAUM, 11.00 UHR

PILATES*

Pilates verbessert die Körperhaltung und stärkt die Muskulatur

(Sprache: tschechisch und deutsch)

**Bitte um Anmeldung an der Spa-Rezeption*

REZEPTION, 13.30 UHR

BERÜHMTE PERSÖNLICHKEITEN IN MARIENBAD

Thematischer Spaziergang (1 Std. 30 min.)

(Sprache: tschechisch und deutsch)

LIBRARY BAR, 20.00 UHR

DJ AT WORK -

Electronic lounge music

Samstag, 28. Dezember

SPA - GYMNASTIKRAUM, 10.00 UHR

SURYA NAMASKAR*

Dynamischer Flow für Dehnung und Energie-Boost am Morgen

(Sprache: tschechisch und deutsch)

**Bitte um Anmeldung an der Spa-Rezeption*

REZEPTION, 13.30 UHR

DIE JÜDISCHE COMMUNITY IN MARIENBAD

Thematischer Spaziergang (1 Std. 30 min.)

(Sprache: tschechisch und deutsch)

SAUNA, 14.30 UHR

PEELING IM DAMPFBAD

LIBRARY BAR, 20.30 UHR

KATARÍNA ŠEVČÍKOVÁ -

Stimmige Melodien auf der Harfe



Sonntag, 29. Dezember

SPA - GYMNASTIKRAUM, 11.00 UHR

KOORDINATION UND STABILITÄT*

Übungen zur Förderung der Stütz Muskulatur und Balance

(Sprache: tschechisch und deutsch)

**Bitte um Anmeldung an der Spa-Rezeption*

SPA - SPA LOUNGE

14.00 UHR tschechisch

15.00 UHR deutsch

PHYSISCHE AKTIVITÄT im klimatischen Kurort*

Vortrag von Spa Manager Daniel Fajkus:
„Warum Bewegung an der frischen Luft mehr bringt als ein Workout im Fitnesscenter“

**Bitte um Anmeldung an der Spa-Rezeption*

LIBRARY BAR, 20.00 UHR

LUCIE VÍŠKOVÁ

Jazz Duo



Montag, 30. Dezember

SPA - GYMNASTIKRAUM, 11.00 UHR

ZIRKELTRAINING*

Aerobic-Übungen werden mit Krafttraining zu einem effektiven und dynamischen Training kombiniert

(Sprache: tschechisch und deutsch)

**Bitte um Anmeldung an der Spa-Rezeption*

REZEPTION, 13.30 UHR

SCHRIFTSTELLER_INNEN IN MARIENBAD

Thematischer Spaziergang (1 Std. 30 min.)

(Sprache: tschechisch und deutsch)

SPA - GYMNASTIKRAUM

14.30 UHR tschechisch

16.30 UHR deutsch

IHR WEG ZU BESSEREM SCHLAF*

Wie Yoga, Mindfulness und Meditation die Schlafqualität steigern

**Bitte um Anmeldung an der Spa-Rezeption*

LIBRARY BAR, 20.00 UHR

“TRIO PO-PO“ -

Gesangstrio mit Klavier bringt festliche Stimmung





**Dienstag,
31. Dezember**

REZEPTION, 13.30 UHR

DIE KRAFT NATÜRLICHER HEILQUELLEN

Thematischer Spaziergang (1 Std. 30 min.)

(Sprache: tschechisch und deutsch)

SAUNA, 14.30 UHR

PEELING IM DAMPFBAD

RESTAURANT, 18.00 UHR

SILVESTER-GALA-DINNER

**Zeitgenössische "Alpe-Adria"
Kulinarik mit Aperitif**

Sehen Sie während des Essens unserem Patisserie-Team bei der Fertigstellung des Desserts zu. Musikalische Begleitung durch David Beznoska am Klavier

LIBRARY BAR, 21.00 UHR

**SILVESTERPARTY –
TANZEN SIE INS NEUE JAHR
mit "THE STREAM",
Prags bekanntestem Party-Trio**

Freier Zutritt zur Bar und Tanzfläche,
ohne Sitzplatz

*Reservierung von Sitzplätzen an einem Tisch gegen
Zuschlag, reservierbar ab 30.12. an der Hotelrezeption
(limitierte Kapazität, ohne Garantie)*

24 UHR

**MITTERNACHTSFEUER
AUF DER TERRASSE**

Herzhafter Party-Snack in der Hotellobby



Individuelle Ernährungsgewohnheiten:

Die Menüs am Heiligabend und zu Silvester werden für Vegetarier_innen in einer komplett fleischlosen Variante serviert. Die einzelnen Gerichte sind nicht individuell wählbar. Aufgrund der Komplexität der Menüs informieren Sie uns bitte 2 Tage vorher über spezielle Ernährungsbedürfnisse.

Ab 20. Dezember servieren wir hausgemachtes Weihnachtsgebäck zu Ihrem Kaffee oder Tee in der Library Bar.

Gesund und fit ins neue Jahr! Jeden Tag können Sie mit unserem Spa Team etwas Spannendes erleben.

Nehmen Sie teil an Sportaktivitäten, Spaziergängen oder Workshops und sammeln Sie so Ihre Stempel. Für 10 gesammelte Stempel erhalten Sie ein schönes Geschenk von uns. Die Stempelkarte erhalten Sie an der Spa-Rezeption.



**Mittwoch,
1. Januar 2025**

**RESTAURANT, 8.00 BIS 13.00 UHR
AUSGEDEHNTE NEUJAHR-FRÜHSTÜCK**

**LIBRARY BAR, 11.00 – 13.00 UHR
ÜBERTRAGUNG DES NEUJAHR-
KONZERTS der Wiener Philharmoniker,
dirigiert von Riccardo Muti**

**REZEPTION, 16.00 UHR
TRADITIONELLE FACKEL-
NEUJAHRSWANDERUNG**

Wir begrüßen das neue Jahr mit einer Fackelwanderung durch die Stadt

**LIBRARY BAR, 20.00 UHR
DAVID BEZnosKA
beendet den Neujahrstag klangvoll
am Klavier und mit Gesang**



Welcome Home!

