

# RAHMEN - *programm*



Die Reservierungsleiterin, Anna Koschuh, ist Ihre Ansprechperson für alle Tagungs- und Bankettveranstaltungen im Hause. Mit viel Kompetenz, Wissen und Einfühlungsvermögen sorgt sie von der Anfrage bis zur Rechnungsstellung für die beste Planung und Organisation.

Außerdem ist Frau Koschuh verantwortlich für die Reservierung aller Rahmenprogramme und hat beste Kontakte zu unseren Partnerfirmen und neue Ideen zur Weiterentwicklung.

Geben Sie Ihrer Veranstaltung einen ganz besonderen Charakter. Es ist bekannt, dass gemeinsame Aktivitäten abseits des beruflichen Alltages den Teamgeist fördern und eine ideale Plattform für Networking und Ideenaustausch sind. Als OrganisatorIn von Seminaren, Tagungen und Firmenfeiern sind Sie ständig auf der Suche nach neuen Ideen, die Ihr Team begeistern. Nachhaltig sollen sie sein, und lange soll man sich positiv daran erinnern. „Echtes“ eben, das zusammenschweißt. Die nachfolgenden Seiten sollen Sie inspirieren und als Ideenbörse dienen. Wir haben Bewährtes, Beliebttes und Außergewöhnliches für Sie zusammengestellt. Darüber hinaus arbeiten wir mit selbst getesteten TrainerInnen zusammen, die individuelle Angebote für Sie maßschneidern: Fragen Sie nach Trainerempfehlungen.



# PRAXIS - TIPP



Elisabeth Kogler | Frühstücksleitung und Sportskanone

## 100% ENERGIE

In nur 30 Minuten lädt Sie unsere Smovey Einheit wieder mit Energie auf.

### Smovey Einheiten mit geprüftem Smovey Coach

Effektive Trainings für Balance, Koordination und Ausdauer. Kräftigt gleichzeitig mit gezielten Bewegungsabläufen auf sanfte Weise das Herz-Kreislauf-System.

#### Smovey ERWACHEN

Dauer: 1 Stunde

Preis pro Gruppe EUR 145,-

#### Smovey BEWEGTE PAUSE

Dauer: 1/2 Stunde

Preis pro Gruppe EUR 125,-

#### Smovey WALK & FIT

Dauer: 1,5 Stunden

Preis pro Gruppe EUR 145,-

#### Smovey AQUA

Dauer: 50 min

Preis pro Gruppe EUR 145,-

# SPORTLICHES

## Tau-Lauf im Apfelgarten

Wecken Sie Ihre Lebensgeister, und laufen Sie morgens mit unserer Therapeutin im taunassen Gras. Nach einem Beinguss starten Sie fit in den Tag. Dauer: 30 Minuten

Preis pro Gruppe EUR 55,-

## Geführte Mountainbiketouren mit zertifiziertem Mountainbike Guide

Bei den geführten Touren steht neben dem Fahrspaß auch das Naturerlebnis im Vordergrund: es wird vorwiegend auf Pfaden gefahren – durch die richtige Fahr- & Bremsstechnik sollen diese Pfade unbeschädigt, und somit ein respektvoller Umgang mit der Natur erhalten bleiben.

Halbtagestour (Dauer: 3 Stunden inkl. Pausen) ab 5 Personen

Preis pro Person EUR 36,-

Tagestour (Dauer: 6 Stunden inkl. Pausen) ab 5 Personen

Preis pro Person EUR 49,-

Feierabendtour (Dauer: 2 Stunden) ab 5 Personen

Preis pro Person EUR 19,-

Leihgebühr pro Mountainbike:

ganztags EUR 22,-

halbtags EUR 12,-

Geringfügige Preisänderungen vorbehalten.

# PRAXIS - TIPP



Anna Koschuh | Reservierungsleitung

## RADFAHREN MIT SPASSFAKTOR

Unser Mountainbike Angebot mit zertifiziertem Guide ist vielfältig. Auch ungeübte Radfahrer schaffen alle Anforderungen und sind begeistert!



## PROGRAMMBAUSTEINE UND *Incentives*

### Golfen im Golfclub Gut Freiberg

Nur fünf Autominuten vom Hotel entfernt befindet sich der 18-Loch-Golfplatz Gut Freiberg.

**18-Loch-Greenfee**, Montag bis Freitag

Preis pro Person	EUR	<b>59,-</b>
------------------	-----	-------------

**18-Loch-Greenfee**, Samstag, Sonntag und Feiertag

Preis pro Person	EUR	<b>67,-</b>
------------------	-----	-------------

**Davon erhalten unsere Hotelgäste 30% Greenfee-Ermäßigung!**

### Golf-Schnupperkurse

Das besondere Kennenlernerlebnis auch für Nichtgolfer! Inklusive Golfpro, Leihschläger und Rangebälle (30% Greenfee-Ermäßigung bereits berücksichtigt). Dauer: 2-3 Stunden

Preis pro Person à 50 Min.	EUR	<b>20,-</b>
----------------------------	-----	-------------

Zusätzliche Pro-Stunde

für 25 Minuten	EUR	<b>35,-</b>
----------------	-----	-------------

für 50 Minuten	EUR	<b>60,-</b>
----------------	-----	-------------

### Abenteuer Minigolf Gleisdorf

"Adventure Golf" auf naturnahen Kunststrassenbahnen ist eine neue, moderne Art von Minigolf und kommt dabei dem Putten beim richtigen Golf noch näher.

Preis pro Person	EUR	<b>7,-</b>
------------------	-----	------------

## teambUILDENDES

### Zauberworkshop

Sie wollten schon immer einmal zaubern lernen? In diesem Workshop lüften Zauber-künstler ein paar Geheimnisse und bieten den TeilnehmerInnen Einblicke in die verblüffende Welt der Magie. Im Rahmen des Workshops werden gemeinsam Effekte erarbeitet und die Teilnehmer lernen selbst im Mittelpunkt der Illusion zu stehen. Ein interaktiver Programmpunkt mit viel Humor, neuen Erfahrungen und Präsentationsübungen. Die Teilnehmer erhalten im Laufe des Workshops ausreichend Material um das Erlernete zuhause oder im Büro vorführen zu können.

Dauer: 2 Stunden

Preis pro Person	EUR	<b>75,-</b>
------------------	-----	-------------

### Erlebnisbuilding

Bringt Abwechslung in den Seminar- oder Arbeitsalltag und setzt neue Impulse für eine verbesserte Teamkommunikation - ein Gewinn für MitarbeiterInnen und das gesamte Unternehmen! Ab 10 Personen

10-25 Personen

Preis pro Person ab	EUR	<b>69,80</b>
---------------------	-----	--------------

25-50 Personen

Preis pro Person ab	EUR	<b>55,70</b>
---------------------	-----	--------------

Beispiele:

Maze Race (dem Labyrinth im Balanceakt entkommen), Giant Slingshot (fokussiert das gemeinsame Ziel und landet einen Erfolgstreffer), Doppelter Turmbau (Teamkommunikation Stein für Stein ausbauen), Minenfeld (Lösungsstrategien entwickeln um den Weg durch das Minenfeld zu bahnen), Teamslackline (die richtige Vertrauensbasis gibt Halt während man von Rätsel zu Rätsel balanciert), Die Welt verkehrt sehen (die Welt aus anderen Blickwinkeln betrachten)



### **Jonglieren und Spiele als teambuildendes Tool**

Ein großer Koffer voller Zirkusrequisiten lässt zu gleichen Teilen beide Gehirnhälften aufblitzen. In nur 1 Stunde gelingen Tricks und kleine Kunststücke, die mit spielerischer Leichtigkeit erreicht werden.

Dauer: 2 Stunden

Preis pro Gruppe **EUR 500,-**

### **Humorworkshop**

Humor – nimmt dich und die Welt auf den Arm. Mit Spielen und Körperwahrnehmung betreten wir die Welt des Humors. Jeder Teilnehmer bekommt die Möglichkeit, eine neue Seite an sich zu entdecken. Jörn Heypke als Expeditionsleiter ist seit vielen Jahren der steirische Vertreter der Roten Nasen-Clowndoctors und bekannt als Unterhaltungskünstler in verschiedensten Sparten.

Dauer: 2 Stunden

Preis pro Gruppe **EUR 750,-**

### **Wasserleitungsbau "Gemeinsam statt gegeneinander"**

Ein gruppendynamischer Programmpunkt, der Kommunikation und enge Zusammenarbeit erfordert und zusätzlich viel Spaß macht! Ab 8 Personen inkl. Foto-CD.

Dauer: ca. 3 Stunden

Preis pro Person ab **EUR 65,-**

### **Floß Bau**

ab 8 Personen inkl. Foto-CD.

Dauer: ca. 3 Stunden

Preis pro Person ab **EUR 65,-**

### **Schatz Suche**

Mit Karte, Kompass und Sonnenstand im klassischen Sinn oder mit den GPS-Geräten und Handys als moderne Variante, begibt man sich auf eine Schatzsuche durch die Landschaft. Nicht nur der Umgang mit den Geräten ist entscheidend, sondern auch das Lösen von Rätseln und das Aufspüren von Verstecken. Ab 8 Personen inkl. Foto-CD.

Dauer: ca. 3 Stunden

Preis pro Person ab **EUR 60,-**

### **Hochseilübungen**

Bestens gesicherte Hochseilelemente im St. Ruprechter Park, 150 m vom Hotel entfernt. Aus der eigenen Komfortzone heraustreten und lernen, persönliche Herausforderungen zu überwinden. Vorbereitungsgespräche, Einstimmung und Motivation durch professionellen Pädagogen und Outdoortrainer, Ronald Vala. Dauer: 2–6 Stunden, je nach Personenanzahl

Preis pro Person ab **EUR 60,-**

### Slackline Elemente

Im Apfelgarten mit Partnerübungen und Gruppenaufgaben. Dauer: ab 2 Stunden

Preis pro Person EUR **55,-**

### Feuerlauf (Dauer: ca. 3 Stunden)

Preis pro Person (ab 10 Pers.) EUR **72,-**

### Burning Symbol

Neuausrichtung und Neubeginn werden durch ein „brennendes“ Zeichen hervorgehoben. Strohfiguren werden gemeinsam gestaltet und dann mit Feuer entfacht.

Dauer: ab 2 Stunden

Preis pro Person EUR **55,-**

### Kochkurse in Ochensbergers Frontcooking-Station

Profiköchin und Pädagogin, Frau Gabriele Gauper von der ersten Bio-Kochschule Österreichs - „grünes Zebra“ - erarbeitet maßgeschneiderte Workshops, abgestimmt auf Ihre individuellen Wünsche. Gemeinsam mit den Teilnehmern kreiert sie phantastische Gerichte mit großem Ideenreichtum: gesundes Frühstück, Smoothies, vegetarische & vegane Spezialitäten, internationale Küche (z.B. japanische Highlights), Männerkochen, Gerichte zu Lebensmittelunverträglichkeiten. Dabei wird großer Wert auf die Erhaltung von natürlichen Lebensgrundlagen und auf das Ernährungsbewusstsein in verantwortlicher und ökologischer Hinsicht gelegt. Dauer: ca. 2-3 Stunden

Preis je nach Materialaufwand

### Erlebnis Katerloch

„Geht nicht gibt's nicht!“ ist die Devise des Forscherehepaares Hofer. Die Entdecker des Katerlochs lebten insgesamt eineinhalb Jahre lang 100 m unter der Erdoberfläche. Mit bloßen Händen bewegten sie hunderte Tonnen von Gestein und legten den unterirdischen Schatz frei. Lernen Sie mit einer Führung, von April bis Oktober, die tropfsteinreichste Schauhöhle kennen. Möglichkeit zum Mentaltraining nach vorheriger Rücksprache und Angebot.

Dauer: ca. 2 Stunden, ab vier Personen

Preis pro Person (ab 9 Pers.) EUR **20,-**

### Ballonfahrt über den „Garten Österreichs“ – der Oststeiermark

Andere Einsichten in unsere schöne Region erleben Sie auf einer Fahrt hoch über dem oststeirischen Hügelland. Neue Weitblicke für einen erlebnisreichen Seminartag! Inklusive „Ballontaufe“ und Urkunde.

Dauer: ca. 4 Stunden

Preis pro Ballonfahrt ab ca. EUR **250,-**

### Fahrsicherheitszentrum Gleisdorf – Sicherheit in Stresssituationen!

Mit hochwertiger Technik werden kritische Situationen im Straßenverkehr simuliert und bewältigt – für das frühzeitige Erkennen und Vermeiden von Gefahren. Speziell geschulte Instrukto:ren zeigen das richtige Reagieren beim Ausbrechen des Fahrzeuges.

Halbtags bis max. 12 Personen

Preis pro Pers. (mind. 6 Pers.) EUR **125,-**

Ganztags bis max. 12 Personen

Preis pro Pers. (mind. 6 Pers.) EUR **235,-**

Preise ab 12 Personen auf Anfrage

### Wanderung durch die längste Schlucht Österreichs – die Raabklamm

Das 17 km lange Naturschutzgebiet mit wildromantischem Charakter und einer einzigartigen landschaftlichen Vielfalt bietet bizarre Felsformationen, eindrucksvolle Steganlagen und machen prach:tvoll: Weichholzauen. Wanderführungen durch die Raabklamm. Dauer: 2-2,5 Stunden

Führung pro Stunde/Gruppe EUR **17,-**

## PRAXIS - TIPP



Nicole Wagner | Marketing

### OCHENBERGERS MESSE AUFTRITTE

Besuchen Sie uns auch auf den Seminarmessen für Fachbesucher in Graz und Wien. Wir informieren Sie gerne und schicken Ihnen eine persönliche Einladung.



### Eisstock-/Asphaltschießen

Lustige Teamübung in Form eines „Knödel-schießens“ am Naturteich am Hotelgelände oder auf der Asphaltbahn (100 m vom Hotel entfernt).

Preis pro Pers. inkl. Leihstöcke EUR **8,-**

**Zubuchbar:** Trainieren Sie mit dem Mentalcoach des österreichischen Nationalteams im Stocksport.

## KULINARISCHES

### Oststeirischer Buschenschankabend

ca. 5 km vom Hotel entfernt. Urig steirisch sind die rustikal eingerichteten Familienbetriebe. Hier werden der eigene Wein, hausgemachte Säfte und kalte Jausenspezialitäten angeboten.

**Schmankerlbuffet** mit vielerlei kalten Köstlichkeiten und süßen Überraschungen.

Preis pro Person EUR **15,-**

**Ziehharmonikaspieler**, der mit Musik und Gesang viel Stimmung in die Runde bringt

Preis pro Stunde EUR **75,-**

**Weinverkostung** im Weinkellergewölbe

Preis pro Person EUR **5,-**

### Almenland Stollenkäse –

#### Erlebnisführung durch den Silberstollen

Kulinarische Erlebnisführungen durch den „Franz-Leopold-Stollen“, wo die mehrfach ausgezeichneten Käsespezialitäten reifen. Im außergewöhnlichen Ambiente des Silberbergwerks erfahren Sie alles über den Almenland Stollenkäse und erleben hautnah, wie diese Spezialität hergestellt wird. Im gemütlichen Grubenhaus verkosten Sie im Anschluss die erlesenen Käsesorten.

Dauer: ca. 2 Stunden

Führung & Käseteller, pro Pers. EUR **9,-**

Führung & Käseteller mit

Vulcano Schinken, pro Pers. EUR **12,50**

### Obstbaubetrieb an der Apfelstraße

Inmitten von Millionen von Obstbäumen befinden sich viele innovative Obstbaubetriebe. Während einer Betriebsbesichtigung werden Sie in die Herstellung von Edelbränden und Fruchtsäften eingeweiht. Lernen Sie „Hochgeistiges“ aus den Gärten der Apfelstraße kennen.

**Kleine Besichtigung des Betriebes** und Edelbrandverkostung

Preis pro Person EUR **5,-**

### Große Besichtigung des Betriebes

und Edelbrandverkostung mit Abakuspräsentation, Brothappen und 1/8 l Wein

Preis pro Person EUR **9,50**

### Schokoladenmanufaktur Felber

Der innovative Familienbetrieb, mit Sitz im oststeirischen Birkfeld, kreiert und erzeugt viele verschiedene Schokoladensorten und verwendet dafür überwiegend frische Produkte aus der Region. Erfahren Sie alles über den Entstehungsprozess der Felber Schokoladen.

Führung und Verkostung pro Pers. EUR **6,-**

### Steirerkraft Kernothek

Nur 2 km vom Hotel entfernt entdecken Sie die Welt des Kürbis und erleben die Kürbiskernölproduktion hautnah in der Ölmühle. Verkosten Sie die neuesten Produkte, zapfen Sie Ihr eigenes Kürbiskernöl frisch vom Tank, oder verschenken Sie steirische Schmankerln für jeden Geschmack! (Gruppenführungen ab 10 Personen)

Preis pro Pers. inkl. Produktverkostung und Käferbohnersuppe EUR **8,-**

### Erlebnis Naturpark Almenland

Über Passail und Fladnitz gelangen Sie zur Teichalm. Zusammen mit der Sommeralm ist diese Landschaft das größte bewirtschaftete Almgebiet Europas. Unternehmen Sie eine Gipfelwanderung, und entdecken Sie den 900 m langen Moorwanderweg, den Sie auf gut befestigten Holzwegen bequem durchwandern können. Tipp: Einkehr in die urige Latschenhütte.

