

# ÖSTERREICH

Bio-Hotel Bergkristall:  
Yoga-Refugium in fantastischer Bergwelt



---

D E T A I L P R O G R A M M

---

<b>REISEDETAILS .....</b>	<b>3</b>
Reiseverlauf .....	3
Allgemeine Beschreibung .....	3
Hausprogramm .....	3
Unterkunft .....	4
Verpflegung .....	4
Umgebung .....	5
Enthaltene Leistungen .....	5
Zusätzliches Entgelt .....	5
Wahlleistungen .....	5
Termine und Preise .....	5
Teilnehmerzahl .....	5
Reisedauer .....	5
<b>PRAKTISCHE HINWEISE.....</b>	<b>6</b>
Anreise .....	6
sonstiges .....	6
Einreisebestimmungen / Sicherheit .....	6
Gesundheit und Impfungen .....	6
Mitnahmeempfehlungen .....	6
Währung / Post / Telekommunikation .....	7
Zollbestimmungen .....	7
Versicherung .....	7
Nebenkosten / Trinkgelder .....	7
Umwelt .....	8
Sonstiges .....	9
<b>PRAKTISCHE HINWEISE.....</b>	<b>9</b>
Zeitverschiebung und Klima .....	9
Sprache und Verständigung .....	9
Religion und Kultur .....	9
Essen und Trinken .....	10
Einkaufen und Souvenirs .....	10
Reiseliteratur .....	10
Ihre Reisenotizen .....	11
Kontaktdaten und Anmeldung .....	12

## REISEDETAILS

### REISEVERLAUF

- Yoga üben mit Rundblick auf die Berge
- Winterlandschaft auf Skiern entdecken
- Im Sommer aktiv die Bergwelt erkunden



### ALLGEMEINE BESCHREIBUNG

Zwischen den schroffen Südwänden des Dachsteins und den Schladminger Tauern liegt Schladming-Rohrmoos. Dieser wundervolle Ort in der Steiermark ist ein idealer Ausgangspunkt für Erkundungen der umliegenden Natur. Erklimmen Sie aussichtsreiche Gipfel, erfrischen Sie sich in klaren Bergseen oder testen Sie die kulinarische Vielfalt der Region. Ein Urlaub im Bio-Hotel Bergkristall berührt die Sinne!



Das Hotel wird geführt von Familie Seebacher, die mit viel Herz einen Ort geschaffen haben, an dem Sie sich zuhause fühlen können. Als Bio-Hotel wird sehr auf heimische Ressourcen von regionalen Produzenten geachtet. Im weitläufigen Garten finden

Sie viele Ecken für Ihren persönlichen Rückzug. Außerdem gibt es im Garten ein Hochbeet, in dem Gemüse und Kräuter angebaut werden, die Sie beim Frühstück auf dem Buffet finden.

### HAUSPROGRAMM

An 5 Tagen üben Sie jeweils 90 Minuten Yoga. Die Yogaeinheiten finden im neuen Yoga-Refugium des Hotels statt. Entweder Sie üben in dem großen lichtdurchfluteten Yoga-Raum, oder Sie üben oben auf der Yoga-Plattform, die Ihnen einen Rundumblick auf die umliegenden Berge bietet. Yogamaterialien stehen Ihnen zur Verfügung.



Der kleine Wellnessbereich mit einer finnischen Trockensauna, einer Infrarotkabine und einem Ruheraum steht Ihnen zusätzlich zur Verfügung. Infrarotbestrahlung wärmt Ihren Körper sanft und ohne die natürliche Wärmeregulation der Haut zu stören. Die finnische Sauna wird allgemein auf 80 Grad geheizt. Sollten Sie es wärmer wünschen, geben Sie einfach im Hotel Bescheid. Die Kapazität der Sauna ist auf 4 Personen beschränkt und wird täglich ab 16:30 Uhr für Sie vorgeheizt. Eine diplomierte Physiotherapeutin und Heilmasseurin bietet wohltuende Massagen an, die Sie vor Ort hinzu buchen können.

## UNTERKUNFT

Im Hotel stehen Ihnen insgesamt 14 Zimmer zur Verfügung, davon 2 Einzelzimmer. Alle Zimmer wurden erst vor kurzem renoviert und sind mit natürlichen Materialien aus der Region ausgestattet. Der Holzfußboden und die naturbelassenen Ahornmöbel versprühen einen ganz besonderen Charme.

Jedes Zimmer ist ausgestattet mit einem eigenen Bad, Schreibtisch, Kühlschrank, Kleiderschrank, Flachbild-TV, Safe, einer Couch, Heizung und einem Haartrockner. Außerdem verfügt jedes Zimmer über einen Balkon mit einer gemütlichen Sitzgelegenheit. Auf den Zimmern steht Bergkristall Wasser für Sie bereit, ebenso wie ein Rucksack zum Wandern, den Sie während Ihres Aufenthaltes nutzen können.



Im Empfangsbereich und im Frühstücksraum steht Ihnen kostenfreies WLAN zur Verfügung.



## VERPFLEGUNG

Das Bio-Hotel Bergkristall ist ein Hotel Garni, das bedeutet, dass Ihnen hier jeden Tag ein reichhaltiges Frühstücksbuffet geboten wird. Da es sich um ein Bio-Hotel handelt kommen hier viele frische Produkte in Bio-Qualität auf den Tisch. Brot vom regionalen Bäcker, frisches Obst, selbstgemachte Marmeladen und Aufstriche, Wurst und Käse.



Warmer Frühstücksbrei kann mit Trockenfrüchten, Samen und Nüssen verfeinert werden und in der veganen Ecke finden Sie weitere Leckereien. Frische Kräutersäfte und Smoothies stehen Ihnen ebenfalls zur Verfügung.

Für das Mittag- oder Abendessen können Sie die Restaurants und Gaststätten in der näheren Umgebung testen und so schauen, was die Region kulinarisch zu bieten hat. Fußläufig kann man drei verschiedene Restaurants im Zentrum von Rohrmoos erreichen, fragen Sie am besten das Team vor Ort!

## UMGEBUNG

Das Bio-Hotel ist der ideale Ausgangspunkt für unterschiedliche Aktivitäten in der Natur, ob im Sommer oder im Winter. Der Ausblick in die faszinierende Bergwelt ist zu jeder Jahreszeit einfach traumhaft und belebend.

Im Winter ist das Hotel ein besonderer Anziehungspunkt für Ski-Liebhaber. Sie befinden sich mitten in der Skiwelt Amadé und der 4-Berge Skischaukel Reiteralm-Hochwurzen-Planai-Hauser Kaibling. In nur 7 Minuten erreichen Sie den Ausgangspunkt zu den Pisten und Liften. Hier finden Sie auch Skischulen und einen Ski-Verleih.



Auch Rodeln oder Schneeschuhwandern ist vom Haus aus möglich. In unmittelbarer Nähe befindet sich die längste Rodelbahn Österreichs, die auf dem Hochwurzen startet. Hier können Sie sogar Nachtrolen!



## ENTHALTENE LEISTUNGEN

7 Übernachtungen im geteiltem Doppelzimmer, vorbehaltlich Gegenbuchung • Bio-Kräutergetränk zur Ankunft • Täglich Bio-Yogi-Frühstücksbuffet • Im Winter 5x Yoga à 90 Minuten • Schladming-Dachstein Card • Gratisverleih von Rucksäcken, Teleskopstöcken und Trinkflaschen • 1x freier Eintritt in das Schladminger Schwimmbad • NEUE WEGE Informationsmaterial

## ZUSÄTZLICHES ENTGELT

Kurtaxe von 1,50 € pro Person / pro Tag (vor Ort zu zahlen)

## WAHLLLEISTUNGEN

Aufpreise der unterschiedlichen Zimmerkategorien finden Sie auf unserer Webseite unter:

[www.neuwege.com/9ATH1200](http://www.neuwege.com/9ATH1200)

- Reiseversicherung (Preis auf Anfrage)
- RIT-Bahnfahrkarte (Preis auf Anfrage)

## TERMINE UND PREISE

Die detaillierten Kurstermine und Preise finden Sie auf unserer Webseite unter:

[www.neuwege.com/9ATH1200](http://www.neuwege.com/9ATH1200)

## TEILNEHMERZAHL

Mindestens 4, höchstens 14

## REISEDAUER

8 Tage

## PRAKTISCHE HINWEISE

### ANREISE

Sie können bequem mit dem Zug bis nach Schladming fahren. Gern buchen wir Ihnen ein günstiges RIT-Bahnticket für eine entspannte und umweltschonende An- und Abreise. Ab dem Bahnhof können Sie gerne einen kostenlosen Transfer zum Haus bestellen. Bitte melden Sie sich frühzeitig beim Haus.



### SONSTIGES

Verlängerungen und individuelle Aufenthalte sind auf Anfrage auch direkt über NEUE WEGE buchbar.

### EINREISEBESTIMMUNGEN / SICHERHEIT

Deutsche und Schweizer Staatsbürger können mit einem gültigen Personalausweis oder einem gültigen Reisepass nach Österreich einreisen. Seit dem 26.06.2012 sind Kindereinträge in dem Reisepass eines Elternteils nicht mehr gültig. Jedes Kind benötigt ein eigenes Ausweisdokument. Hierzu zählt ein eigener (Kinder-) Reisepass, ein Kinderausweis nach altem Muster, Personalausweis oder Europapass.

Bei Einreise mit dem Pkw ist darauf zu achten, dass in Österreich eine Autobahnvignette erforderlich ist. Informationen hierzu finden Sie unter:

[www.adac-shop.de/Vignetten/Oesterreich](http://www.adac-shop.de/Vignetten/Oesterreich)

#### Sicherheitshinweise

Österreich gilt als sicheres Reiseland, in dem Sie sich rundum wohl fühlen können. In Touristenzentren und an sehr belebten Plätzen sollten Sie sich genauso vorsichtig wie in Deutschland verhalten, um Taschendiebstähle zu vermeiden.

Aktuelle Informationen zur Sicherheitslage finden Sie auf der Homepage des Auswärtigen Amtes.

### GESUNDHEIT UND IMPFUNGEN

Nehmen Sie bitte Ihre gewohnten Medikamente in ausreichender Menge mit. Sie sollten sich in Absprache mit Ihrem Hausarzt eine kleine Reiseapotheke zusammenstellen. Wichtig sind Medikamente gegen Grippe, sowie Magen- und Darmverstörungen. Schützen Sie sich vor zu langer und intensiver Sonneneinstrahlung mit einem leichten Sonnenhut, einer guten Sonnenbrille und Cremes für die Lippen und Haut. Denken Sie auch an einen ausreichenden Schutz vor Insektenstichen. Wer regelmäßig Medikamente einnehmen muss, unter psychischen oder physischen Krankheiten leidet, sollte vor Abreise seinen Hausarzt konsultieren. Österreich ist flächendeckend mit Ärzten und Apotheken versorgt. Apotheken halten abwechselnd Nacht- und Sonntagsdienst; geschlossene Apotheken tragen Hinweise auf nächstgelegene offene Apotheken.

Notrufnummern in Österreich:

Notarzt: Tel. 144

Ärzte-Notdienst: Tel. 141

Bergrettungsdienst: Tel. 140

### MITNAHMEEMPFEHLUNGEN

Wir empfehlen Ihnen leichte und bequeme Kleidung für die Übungseinheiten mitzubringen. Bitte denken Sie an einen angemessenen Sonnenschutz. Außerdem empfiehlt sich wetterfeste Kleidung und festes Schuhwerk, für eventuelle Wanderausflüge. Für die kühlere Jahreszeit sind warme Kleidung und ggf. Skikleidung empfehlenswert. Ski-Equipment kann vor gegen Aufpreis ausgeliehen werden. Falls vorhanden, können Sie natürlich auch Ihr eigenes Equipment mitbringen. Seife, Duschgel und Shampoo werden Ihnen im Hotel in Bio-Qualität zur Verfügung gestellt.

## WÄHRUNG / POST / TELEKOMMUNIKATION

Im Allgemeinen haben die Banken in Österreich Montag, Dienstag, Mittwoch und Freitag von 08:00 bis 12:30 Uhr und von 13:30 bis 15:00 Uhr geöffnet. Außerhalb der Banken kann in ganz Österreich an Bankomaten rund um die Uhr Geld abgehoben werden. Akzeptiert werden in- und ausländische Maestro-Karten und die gängigen Kreditkarten.

### Post

Sie möchten Ihren Lieben zuhause eine Postkarte schicken? Die Postämter haben werktags von 08:00 - 18:00 Uhr geöffnet. Mittags schließen sie meist zwischen 12:00 - 14:00 Uhr.

### Telekommunikation

Telefonzellen sind mittlerweile fast komplett verschwunden. Die Netzabdeckung ist vor allem in touristischen Gebieten sehr gut. Je nach Anbieter können die Roaming-Gebühren unterschiedlich hoch sein. Die Landesvorwahl von Österreich ist 0043. Wenn Sie von Österreich nach Deutschland anrufen möchten, wählen Sie bitte die 0049 vor, in die Schweiz die 0041.

### Internetcafés

Die meisten Hotels, Restaurants und Cafés in Österreich haben mittlerweile kostenfreies WLAN.

## ZOLLBESTIMMUNGEN

Grundsätzlich werden keine Zollkontrollen mehr durchgeführt, Stichproben sind jedoch jederzeit möglich. Es liegen keine besonderen Zollvorschriften für Österreich vor. Weitergehende Zollinformationen zur Einfuhr von Waren erhalten Sie bei der Botschaft Ihres Ziellandes. Nur dort kann Ihnen eine rechtsverbindliche Auskunft gegeben werden.

## VERSICHERUNG

Wir empfehlen Ihnen dringend eine Reiserücktrittskosten-Versicherung abzuschließen. So sind Sie finanziell geschützt, falls Sie Ihre Reise aus gutem Grund doch nicht antreten können. Außerdem empfehlen wir den Abschluss einer Auslandskrankenversicherung, damit Sie in Ihrem Reiseland abgesichert sind. Darüber hinaus besteht die Möglichkeit bei Bedarf eine Reisegepäck- und Soforthilfe-Versicherung abzuschließen. Die gewünschten Versicherungen können Sie entweder direkt bei der Buchung,

oder auch nachträglich bei NEUE WEGE abschließen. So können Sie sich ganz beruhigt auf den Urlaub freuen. Bitte beachten Sie im Einzelnen die Versicherungsbedingungen.



## NEBENKOSTEN / TRINKGELDER

Sie können im Hotel entweder in Bar oder mit EC-Karte zahlen.

### Trinkgeld

Es ist schön, wenn das gesamte Team vom Service bis zur Küche, den Reinigungskräften und dem Hausmeister gleichmäßig Anteil am Trinkgeld hat. Daher empfehlen wir am Ende Ihres Aufenthaltes ein gesammeltes Trinkgeld an der Rezeption für das gesamte Team abzugeben.

## UMWELT

### Nachhaltigkeit im Bio-Hotel Bergkristall:

Seit 2014 wird das Hotel von Karin und Franz Seebacher geleitet, die eine konsequent nachhaltige Linie verfolgen. Seit 2017 ist das Hotel Mitglied im Verein der Bio-Hotels. Somit wird Ihnen hier ein hochwertiger Bio-Urlaub beschert. Das Thema Nachhaltigkeit zieht sich durch alle Ebenen im Haus. Vor allem bei der Verpflegung wird großer Wert auf hochwertige Produkte und Zutaten gelegt. Sie stammen entweder aus zertifiziert biologischem Anbau, oder werden selber angebaut. Bei der Gestaltung der Zimmer wurden nur regionale Ressourcen von regionalen Produzenten und Vollholzmöbel verwendet. Außerdem wird Ihnen auf den Zimmern Bio-Kosmetik zur Verfügung gestellt. Als Architekt kümmert sich Franz Seebacher um die Einrichtung und die Renovierung des Hauses. Um weitere Ressourcen einzusparen, wurde bei der Heizung auf Pellets und Solarenergie umgestellt und alle Fenster wurden ausgetauscht, um die vorhandene Energie effizient zu nutzen.

### Nachhaltigkeit in Österreich:

Österreich ist im Bereich Umweltschutz ein recht fortschrittliches Land. In den letzten Jahren ist das Umweltbewusstsein der Bevölkerung angesichts der negativen Einflüsse auf die Gesundheit und der Bedrohung durch den Klimawandel massiv gestiegen. Die Umweltpolitik setzt zur Lösung der globalen Probleme immer stärker auf internationale und globale Strategien. Zwei für Österreich bedeutende multilaterale Abkommen sind die Alpenkonvention zum Schutz des sensiblen Alpenraumes und das Donau-Schutzabkommen, das die Donau als eine der wichtigsten Lebens- und Wasseradern Europas erhalten will. Darüber hinaus hat Österreich zur Umsetzung seiner Klimaschutzziele eine nationale Klimastrategie entwickelt. Kernpunkt der Österreichischen Klimastrategie ist unter anderem die Steigerung der Energieeffizienz. Bereits heute beträgt der Anteil an Strom aus erneuerbaren Energien 59,1 Prozent, womit Österreich die Spitzenposition in der EU einnimmt. [www.lebensministerium.at](http://www.lebensministerium.at)

### Nachhaltigkeit auf Reisen:

Als nachhaltiger Reiseveranstalter legen wir großen Wert auf Umweltschutz und eine angemessene Nutzung der örtlichen Ressourcen. Auch der Einzelne trägt hier Verantwortung und kann dazu beitragen seine Reise nachhaltig zu gestalten!

Wasser und Elektrizität sind in vielen Ländern ein knappes Gut. Durch einen sparsamen Umgang mit diesen Ressourcen unterstützen Sie eine nachhaltige Entwicklung. Achten Sie darauf, so wenig Müll wie möglich zu produzieren. Hierbei können schon ein paar kleine Schritte sehr hilfreich sein! Die Nutzung von Plastikflaschen kann durch die Mitnahme wiederverwendbarer Trinkflaschen vermieden werden. Diese können mit aufbereitetem Wasser aufgefüllt werden. Wenn Sie Batterien und andere heikle Abfälle nicht vor Ort entsorgen, sondern diese wieder mit nach Deutschland nehmen, vermeiden Sie eine unnötige Belastung des Gastlandes. Beim Einkauf können Sie durch die Mitnahme eines Stoffbeutels den Gebrauch von Plastiktüten umgehen. So können Sie helfen, das Plastikaufkommen zu reduzieren.



## SONSTIGES

### Mit NEUE WEGE reisen Sie nachhaltig!

Corporate Social Responsibility (CSR) beschreibt die unternehmerische Verantwortung für eine nachhaltige Entwicklung. Diese bezieht sich auf das wirtschaftliche Handeln eines Unternehmens, auf umweltbezogene Aspekte bis hin zu sozialen Beziehungen und Strukturen. Das Tourcert-Siegel, das von einem unabhängigen Zertifizierungsrat TourCert (Experten aus Tourismus, Wissenschaft, Umwelt, Entwicklung & Politik) vergeben wird, gibt Auskunft über die Wesentlichkeit und Überprüfbarkeit der nachhaltigen Entwicklung bei Touristikunternehmen. Nachhaltigkeit ist schon seit Firmengründung elementarer Bestandteil der NEUE WEGE Firmenphilosophie. Wir haben die CSR-Initiative ergriffen und geben Ihnen, als verantwortungsvollem Urlaubsgast, Orientierungshilfe und schaffen mehr Transparenz zum Thema Nachhaltigkeit. Seit Erhalt des CSR-Siegels in 2009 verfasst NEUE WEGE einen Nachhaltigkeitsbericht zur Dokumentation aller CSR-Aktivitäten. **Sehen Sie selbst und lesen Sie mehr im NEUE WEGE Nachhaltigkeitsbericht unter:** [www.neuwege.com/csr](http://www.neuwege.com/csr)



## PRAKTISCHE HINWEISE

### ZEITVERSCHIEBUNG UND KLIMA

In Österreich gilt wie bei uns die Mitteleuropäische Zeit (MEZ). Das Klima in der Steiermark ist im Vergleich zum restlichen Österreich recht mild, was im Wesentlichen durch die Lage südlich der Alpen bedingt ist. Tagesaktuelle Wetterinformationen finden Sie im Internet.



## SPRACHE UND VERSTÄNDIGUNG

Deutsch ist die Muttersprache von etwa 98 % der österreichischen Staatsbürger. Tatsächlich gesprochen und geschrieben wird in Österreich das Österreichische Deutsch, eine hochsprachliche nationale Standardvarietät der deutschen Sprache, wobei sich Österreichisches Deutsch insbesondere im Wortschatz und der Aussprache, aber auch durch grammatikalische Besonderheiten vom Hochdeutschen in Deutschland unterscheidet. In Österreich werden in weiten Teilen noch Dialekte gesprochen.

## RELIGION UND KULTUR

Ein Großteil der österreichischen Bevölkerung ist Katholisch (etwa 73,6%), weshalb es viele christliche Festtage gibt. Aber auch sonst ist die Steiermark eine Region mit vielen Brauchtümern und alten Traditionen, die bis heute gepflegt werden. Bis heute sind Trachten, Tanz und Handwerk wichtige Bestandteile des steirischen Alltags. Die unterschiedlichen Brauchtümer bestimmen die Lebensweise der Menschen und stehen in unmittelbarer Verbindungen zu den Jahreszeiten und zu den Landschaften. Überall in der Steiermark werden Ihnen die Trachten begegnen, die die Traditionen und Wurzeln widerspiegeln. Ebenfalls ein wichtiger Bestandteil ist die Volksmusik, die sich in vielen Volksliedern widerspiegelt. Viele Musikinstrumente untermalen die Lieder, allen voran die steirische Harmonika.

## ESSEN UND TRINKEN

Die Steiermark hat viele kulinarische Spezialitäten zu bieten. Die Zutaten müssen vor allem eins sein - saisonal-regional! Der Bezug zu regionalen Landwirten und Erzeugern ist in dieser Region Österreichs besonders wichtig. Die Käferbohne, der steirische Apfel, das Kürbiskernöl sowie der Steirerkas sind nur einige der Spezialitäten. Die traditionelle steirische Küche ist deftig und herzhaft. Hier kommt zum Beispiel saftiger Schweinebraten, Hirschgulasch, oder auch Steak vom Almo auf den Tisch. Heutzutage werden traditionelle Rezepte neu interpretiert und verfeinert. Ein beliebtes Dessert ist der Apfelstrudel, der mittlerweile bis weit über die nationalen Grenzen hinweg bekannt und beliebt ist.

## EINKAUFEN UND SOUVENIRS

Es gibt eine Reihe von schönen Mitbringsel, die Sie für Ihre Lieben oder auch für sich selbst mitnehmen können. Wie wäre es mit einer traditionellen Tracht? Oder doch lieber ein Bio-Wein oder Marillen-Chutney? Ganz bekannt und beliebt ist das Kürbiskernöl aus der Steiermark, welches man fast überall käuflich erwerben kann.

## REISELITERATUR

Es gibt eine Vielzahl an literarischen Werken, die sich mit Österreich beschäftigen. Wir möchten Ihnen an dieser Stelle einige Reiseführer für die Steiermark empfehlen, die Ihnen auf interessante Art und Weise das Land mit all seinen Einzigartigkeiten näher bringen.

### Haller, Andreas:

Steiermark Reiseführer.  
Michael Müller Verlag (2017).  
ISBN: 3956544609

### Ericson, Anita:

MARCO POLO Reiseführer Steiermark.  
Mairdumont (2016).  
ISBN: 3829729014





KONTAKTDATEN UND ANMELDUNG



**Carina Sesterheim**  
Europa  
c.sesterheim@neuewege.com  
02226-1588-102



**Anja Frigger**  
Europa  
a.frigger@neuewege.com  
02226-1588-104

**NEUE WEGE Seminare & Reisen**  
Am Getreidespeicher 11, 53359 Rheinbach  
Tel: +49 (0)2226-1588-00, Fax: +49 (0)2226-1588-070  
info@neuewege.com, www.neuewege.com

NEUE WEGE ist seit 2009 mit dem CSR (Corporate Social Responsibility) Nachhaltigkeitssiegel zertifiziert!