



**Familienhotel Post**  
Das Kinder- & Sportparadies am Millstätter See  
天天天天

# Wochenprogramm

28. FEBRUAR 2010 BIS

07. MÄRZ 2010

AUSGABE NR. 7

Herausgeber: Familie Sichrowsky und Mitarbeiter



**HOFFNUNG** - Emanuel Geibel (1815-1884)

Und dräut der Winter noch so sehr, mit trotzigen Gebärden,  
und streut er Eis und Schnee umher, es muss doch Frühling werden.



Und drängen die Nebel noch so dicht sich vor den Blick der Sonne,  
sie wecket doch mit ihrem Licht einmal die Welt zur Wonne

Blast nur ihr Stürme, blast mit Macht, mir soll darob nicht bangen,  
auf leisen Sohlen durch die Nacht kommt doch der Lenz gegangen.

Da wach die Erde grünend auf, weiß nicht, wie ihr geschehen,  
und lacht in den sonnigen Himmel hinauf, und möchte vor Lust vergehen.

Sie flicht sich blühende Kränze ins Harr und schmückt sich mit Rosen und Ähren,  
und lässt die Brünnelein rieseln klar, als wären es Freundschaftszähren.

Drum still! und wie es frieren mag, O Herz, gib dich zufrieden;  
es ist ein großer Maientag der ganzen Welt beschieden.



Und wenn dir oft auch bangt und graut, als sei die Höll' auf Erden,  
nur unverzagt auf Gott vertraut! Es muss doch Frühling werden

Wir wünschen Ihnen mit unserem großen Betreuungsprogramm  
viel Spaß und viele fröhliche und unbekümmerte Urlaubsstunden.

Familie Sichrowsky und Mitarbeiter

## WIR - das Familienhotel Post Team - stellt sich vor:



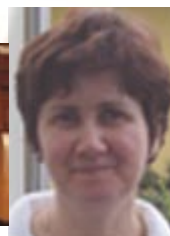
Unsere Frau Barbara - im Sommer leitet sie den Postillon - Barbara Brunner - oder unser HGA-Lehrling Pia haben Sie schon liebevoll an der Rezeption empfangen, Sie auf „Ihr“ Zimmer geführt und Ihnen in einer kleinen Einführung unser Haus, unseren Speisesaal mit dem Getränkebuffet, die Sauna, das Kinderzimmer, das Planschbacherl, den hinteren Eingang mit dem Schischuhtrockner und alles Wissenswerte gezeigt, damit Sie sich gleich wie zu Hause fühlen.

Neu in unserem Serviceteam: Frau Sandra Küster - eine gebürtige Deutsche, die die Liebe nach Kärnten verschlug. Nach einer kurzen Wintersaison in Schladming ist nun Restaurantfachmann Michael wieder zu uns nach Millstatt zurückgekehrt um Ihnen Ihre Wünsche zu erfüllen. Mit im Team unsere Lehrlinge Patrick, Pia und Anna, die auch in anderen Bereichen mithelfen. Das fröhliche „Guten Morgen“ von Elisabeth und dazu unser vielfältiges Frühstücksbuffet, lässt den Tag schon herrlich beginnen. Dieses Team wird Sie aufmerksamst betreuen, Sie mit einem excellenten Service verwöhnen und versuchen, alle Ihre Wünsche zu erfüllen.



Unser kleines Küchenteam mit Küchenchef Michael und Koch Christopher - beide schon viele Jahre bei uns - dazu noch Edith, die Ihnen ein abwechslungsreiches Frühstück bereiten wird - wollen Sie mit verstärkt heimischen, naturbelassenen Speisen kulinarisch verwöhnen.

Für die Sauberkeit und gemütliche Atmosphäre im Haus sind unsere langjährigen, fleißigen Damen: Iva, Meli, Daria und Sabina verantwortlich.



Die kinderfachmännische Betreuung liegt wiederum - wie schon seit so vielen Jahren - in den bewährten Händen unserer Burgi. Zu ihrem Team zählt Heidi, frisch von der Fortbildung bei der Kinderhotelakademie zurück und Anna.

Jasmin - hauptsächlich in der Kosmetik und Massage, vormittags jedoch Kinderschülerin und wenn nötig, jederzeit als Kindergartenhelferin dabei.

Kommen Sie mit der Bahn oder mit dem Flugzeug an - Marinko unser fleißiger Hausmeister, erwartet Sie schon, springt Ihr Auto nicht an, Marinko hilft rasch, auch passt er sorgfältigst auf, daß immer sauberstes Wasser im Kinderplanschbecken oder im Whirlpool ist, daß vor der Haustüre kein Schnee oder Eis ist und vieles, vieles mehr. Er war dafür zuständig, daß im Garten zum Rodeln genug Schnee ist, tagelang bediente er die S-kanone. Unterstützt wird er von Afrim, der auch für das saubere Geschirr verantwortlich ist.



Sicherlich haben Sie schon unsere Faschings dekoration im Haus Haus bemerkt. Unsere fleißigen „Blumenfeen“ Irmgard und Heidi haben sich heuer wieder übertroffen! Genießen Sie die verschiedensten Gestecke bei einem kleinen Rundgang durch unser Haus.

Dass Sie fit und gelenkig bleiben, keinen Muskelkater nach dem Schifahren haben, dafür sorgen unsere Fitnesstrainerinnen Brigitte, Jasmin und Elisabeth. Für Massage und Kosmetik melden Sie sich bitte an der Rezeption an.

Diese bewährte Mannschaft versichert Ihnen in Zusammenarbeit mit der Unternehmerfamilie Eva, Uli und Tochter Ursula Sichrowsky einen gemütlichen, unbeschwerten, erholsamen Urlaub mit viel Harmonie, Freude und Aufmerksamkeit.



## INFORMATION



Shuttleservice täglich um 8.50 Uhr  
Abfahrt vor dem Hotel nach Bad Kleinkirchheim - „Bach“.  
Rückfahrt 13.00 Uhr „Bach“. Dieses Shuttleservice ist kostenlos!  
Für alle, die von der weißen Pracht nicht genug bekommen können,  
fährt unser Hotelbus um 16.00 Uhr nochmals nach Bad Kleinkirchheim.  
Bitte melden Sie sich UNBEDINGT am Vortag bis 18.00 Uhr  
für beide Varianten bei der Rezeption an.

### ACHTUNG "HELMPFLICHT"

MINDERJÄHRIGE bis zum VOLLENDETEN 15. LEBENSJAHR haben beim Befahren von Skipisten und pistenähnlichem freien Gelände im Rahmen der Wintersportausübung einen handelsüblichen WINTERSPORTHELM zu tragen.

Die ERZIEHUNGSBERECHTIGTEN und AUFSICHTSPERSONEN haben für die Einhaltung dieser Verpflichtung im Rahmen ihrer Möglichkeiten und des ihnen Zumutbaren Sorge zu tragen.

Dies gilt speziell in der SKISCHULE! Hier ist der Skilehrer die Aufsichtsperson und hat somit die Pflicht, Kinder ohne Helm im Kurs oder bei Privatstunden nicht mitzunehmen!



### SAUNALIEBHABER

Die Sauna ist täglich von 15.00 bis 20.00 Uhr eingeschaltet.  
Die Kinder können in Begleitung der Eltern in der Sauna bis 17.00 Uhr sein.  
Dann sind die Sauna und der Ruheraum für die Erwachsenen reserviert.

### SCHISCHULE

Wir haben eine Kooperation mit der Schischule Krainer in Bad Kleinkirchheim. 3 Kinderschilehrer dieser Schule übernehmen Ihrer Kinder im Shuttlebus und führen Sie zum richtigen Schilehrer. Ebenso werden sie von der Schikursgruppe direkt in den Bus gesetzt, sodaß größte Sicherheit gewährleistet ist. Burgi übernimmt dann die „Pistenknöpfe“ im Hotel Post und geht mit ihnen - wenn gewünscht - Mittagessen.

### SCHIVERLEIH

Hier haben wir in diesem Jahr eine Zusammenarbeit mit dem Schiverleih „Die 2“.  
An der Rezeption liegen Anmeldeformulare auf. Wenn Sie diesen rechtzeitig - bis 17.00 Uhr ausfüllen - wird die Schiausrüstung noch am Abend ins Hotel gebracht und Sie ersparen sich längere Wartezeiten in der Früh.  
Ein tolles Service, was wir Ihnen nun zu vergünstigten Preisen bieten können.

### ZUR ERINNERUNG

Kinderbetreuung ab 3 Jahre  
Sonntag bis Freitag von 08.30 bis 20.00 Uhr,  
Samstag 17.00 bis 20.00 Uhr

Babybetreuung von 0-3 Jahre  
Montag bis Freitag von 08.30 bis 20.00 Uhr

Frühstück von 07.30 Uhr bis 10.00 Uhr  
Mittagsbuffet von 12.15 Uhr bis 13.45 Uhr  
Kaffee, Kuchen, Skifahrerjause von 15.00 bis 17.00 Uhr  
Abendessen von 18.30 Uhr bis 20.30 Uhr



für Kinder



für Jugendliche



für Erwachsene



für alle



ohne Hotelbegleitung

# WER HAT WANN GEÖFFNET??



Wasserparadies Millstatt  
Mo - Fr 10 - 21 Uhr,  
Sa, So + Feiertag 10 - 20 Uhr

„Drautal Perle“  
Hallenbad in Spittal  
Mo - Fr 10-22 Uhr Sa, So + Feiertag von 10 - 20 Uhr



Porsche - Museum  
täglich von 10 - 16 Uhr



Reptilienzoo Nockberge  
täglich von 10 - 17 Uhr



Nocky Flitzer  
Alpen-Achterbahn  
täglich von 10 - 16 Uhr

Kristall und Edelsteinmuseum  
Mo-Sa 10-17



Pichlhütte/Schwaigerhütte  
4km lange Rodelstrecke  
Fr, Sa, So geöffnet

Nachtrodeln in BKK  
je nach Wetterlage normalerweise  
Montag und Mittwoch  
(bitte an der Rezeption nachfragen)



für Kinder



für Jugendliche



für Erwachsene



für alle



ohne Hotelbegleitung

~\*~ HERZLICH WILLKOMMEN ~\*~

**SONNTAG, 28. FEBRUAR 2010**



10.15 Uhr: katholischer Gottesdienst in der Stiftskirche Millstatt



11.00 Uhr: Wer wird unser „Pusteballkönig“???



15.00 Uhr: Schneeballballern

In den Schnee wird ein etwas verschlungener Weg gekratzt. Vom Startpunkt aus versuchen die Spieler der Reihe nach den Ball mit Schneebällen so zu treffen, dass der Ball ins Ziel rollt.



17.00 Uhr: Smily kommt zum Tanzen in die Hotel Post Bar und freut sich auf viele Kinder.



19.00 Uhr: Kommt alle zur geheimnisvollen Luchsjagd ins Kinderzimmer.



Heute zwischen 20.30 Uhr und 21.30 Uhr servieren wir Ihnen alle Cocktails zum halben Preis

**MONTAG, 01. MÄRZ 2010**



08.30 Uhr: Hatha - Yoga mit Brigitte im Ruheraum der Sauna

Vor den Erfolg haben die Götter die Achtsamkeit gesetzt!

\* Finden Sie zu einem neuen Körpergefühl -- Tanken Sie beim Atmen neue Energie

\* Verbessern Sie Kondition und Gesundheit - Bauen Sie Alltagsstress ab

\* Steigern Sie Ihre Konzentrationsfähigkeit -- Finden Sie innere Ruhe und Frieden

Durch Yoga halten wir unsere Gelenke geschmeidig, kräftigen unsere Muskulatur und stärken unsere inneren Organe. Bitte melden Sie sich bis 8.00 Uhr bei der Rezeption an!



täglich 08.50 Uhr: SKISHUTTLE nach Bad Kleinkirchheim.

Abfahrt vor dem Hotel. Anmeldung am Vortag bis spätestens 18.00 Uhr.



10.30 Uhr: Beginn des Zwergerlskikurs

Jasmin trifft sich mit den Kindern, die noch keine Ausrüstung haben, bei der Gummibaubar.

Gemeinsam wird dann die Ausrüstung probiert.

um 10.30 Uhr geht es dann fertig angezogen zu unserem „Winter Fun Hügel“ wo die ersten Freundschaften mit dem Schnee geknüpft werden!

Bitte melden Sie sich an der Rezeption an.



für Kinder



für Jugendliche



für Erwachsene



für alle



ohne Hotelbegleitung



### 10.30 Uhr: winterliches Nordic Walking mit Brigitte

Schritt für Schritt gesund und fit

Nordic-Walking ist weit mehr als nur Gehen mit Stöcken: ein völlig neuartiges Bewegungsgefühl, ein revolutionäres Wellness-Konzept für ein Leben in Vitalität. Es ist eine ideale Bewegungsform, die den Körper gleichmäßig in Form bringt, die Fitness und Wohlbefinden steigert und die hilft, Verspannungen zu lösen - nicht nur im Körper, sondern auch im Kopf. Je nach Wetterlage wird die Strecke vor Ort von Brigitte bekannt gegeben. Nach dem Walken machen wir einige Dehnungsübungen um uns zu lockern. Anmeldung und Treffpunkt bei der Rezeption.



11.00 Uhr: Bunte Perlen im Wind. Helft mit beim Seifenblasen pusten.



15.00 Uhr: Hosenträger für die Schneemenschen. Kommt mit in den Garten. Treffpunkt ist im Kinderzimmer.



19.00 Uhr: Wir lernen lustige Zaubertricks im Kinderzimmer



20.30 Uhr: DART-Spiel für alle in der Hotel Post Gummibaubar



## DIENSTAG, 02. MÄRZ 2010



11.00 Uhr: Zwergerlskikurs mit Jasmin.



11.00 Uhr: Paket-Post...lustiges Kreistanzspiel im Kinderzimmer.



15.00 Uhr: Wir spazieren in den Wald und suchen Zweige, Zapfen,...vielleicht entdecken wir Zwerge???



19.00 Uhr: Nachtgeheimnis

Eine Strecke wird mit Start und Ziel vereinbart. Mit verbundenen Augen versucht das Kind den Weg zu finden.



für Kinder



für Jugendliche



für Erwachsene



für alle



ohne Hotelbegleitung

## MITTWOCH, 03. MÄRZ 2010



10.30 Uhr: Schöne „Frühlingswanderung“ auf den Sonnenhängen oberhalb Millstatts mit Frau Eva Sichrowsky. Dauer ca. 2 1/2 Stunden. Anmeldung an der Rezeption.



11.00 Uhr: Zwergerlskikurs mit Jasmin.



11.00 Uhr: Aus Papier und Schere entstehen wunderschöne Schneeflocken.



15.00 Uhr: Wer macht mit beim Spinnenspiel??? Treffpunkt ist im Kinderzimmer.



19.00 Uhr: Zeitungsschlange

Jedes Kind bekommt einen Bogen Zeitungspapier und eine Schere, Es soll daraus eine möglichst lange Papierschlange schneiden,

## DONNERSTAG, 04. MÄRZ 2010



11.00 Uhr: Muh und Mäh...lustiges Tiersuchspiel im Kinderzimmer.



15.00 Uhr: Schatzsuche im Garten

Liebe Kinder, folgt den Spuren und Hinweisen und Ihr werdet am Ende mit einem Schatz beschenkt.



17.00 Uhr: Wirbelsäulengymnastik mit Jasmin im Ruheraum der Sauna. Damit sie sich im Urlaub besser fühlen. Ein praktisches Übungsprogramm zur Gesunderhaltung der Wirbelsäule. Die Übungen haben einerseits das Ziel, die gesunde Muskulatur funktionsfähig zu halten. Liegen schon Funktionsstörungen vor, haben sie andererseits das Ziel, an den betreffenden Stellen die Muskulatur zu dehnen und zu lockern, bzw. zu kräftigen, um so die Wirbelsäule wieder zu entlasten. Anmeldung bitte an der Rezeption bis 16.00 Uhr.



19.00 Uhr: Kennt Ihr schon die Sternenfee - kommt in Kinderzimmer, dann zeigt sie Euch etwas ganz Besonderes.



für Kinder



für Jugendliche



für Erwachsene



für alle



ohne Hotelbegleitung



20.00 bis 22.00 Uhr: *Gemütlicher Saunaabend* im Familienhotel Post. Heute haben Sie die Möglichkeit einen romantischen Saunaabend mit leiser Musik und Kerzenschein zu genießen. Melden Sie sich an der Rezeption bis 20.00 Uhr an.



## FREITAG, 05. MÄRZ 2010



11.00 Uhr: Wer gewinnt beim Mumienwickeln???  
Treffpunkt ist im Kinderzimmer.

Gerne organisieren wir für Sie eine PFERDESCHLITTENFAHRT auf der Katschberghöhe (Veranstalter: Herr Andreas Neuschitzer).

Direkt auf der Katschberghöhe werden Sie von den Pferdeschlitten abgeholt und bringt Sie nach einer herrlichen Rundfahrt durch die verschneite Winterlandschaft zur gemütlichen Pritzhütte. Dort können Sie einen wunderschönen Spaziergang mit Blick auf die Berge machen oder gemütlich bei einer Jause in der Hütte sitzen. Die Rückfahrt mit den Pferdeschlitten können Sie selbst bestimmen. Kosten pro Erwachsene Euro 20,00, Kinder bis 3 Jahre sind frei, Kinder von 3 bis 15 Jahren erhalten 50 % Ermäßigung.



15.00 Uhr: Hüte werfen...Wer fängt die meisten Hüte???



17.00 Uhr: Smiley erwartet euch zum Tanzen in der Hotel Bar.



19.00 Uhr: Die Kinder gestalten Sandbilder im Kinderzimmer.

## SAMSTAG, 06. MÄRZ 2010



17.00 Uhr: Im Kinderzimmer spielen wir das lustige Würfelspiel „Läuschen“.



für Kinder



für Jugendliche



für Erwachsene



für alle



ohne Hotelbegleitung



für Kinder



für Jugendliche



für Erwachsene



für alle



ohne Hotelbegleitung



für Kinder



für Jugendliche



für Erwachsene



für alle



ohne Hotelbegleitung



für Kinder



für Jugendliche



für Erwachsene



für alle



ohne Hotelbegleitung