



# REGITNIG

★★★★ HOTEL & CHALETS

NATUR ERLEBEN

WWW.REGITNIG.COM

---

AKTIV - & WOCHENPROGRAMM

---

12.10. - 18.10.2020

---

*Liebe Gäste,  
gerne informieren wir Sie über unser Aktivprogramm.  
Für Wünsche und Rückfragen  
steht Ihnen unsere Rezeption gerne zur Verfügung.*

---

**ANMELDUNGEN \***

---

bitte im Natur-Erleben-Buch an der Rezeption eintragen!

---

Mehr finden Sie in unserer digitalen Gästemappe!  
Einfach den QR-Code scannen oder die Gastfreund-App laden.



---

## MONTAG, 12. OKTOBER 2020

---

### Geführte E-Bike Tour

11:30 Uhr Treffpunkt vor der Weissensee Information.  
Teilnahme mit Gästekarte kostenlos.

E-Bike bitte mitbringen.

Achtung: Helm pflicht! Keine Anmeldung erforderlich!



---

### Nordic Walking für Jedermann

16:00 Uhr Treffpunkt Weissensee Information.

Nordic Walking Stöcke bitte  
an der Rezeption ausleihen!

Teilnahme mit der Gästekarte kostenlos.



---

## DIENSTAG, 13. OKTOBER 2020

---

### **Aktiv-Tipp: Spaziergang um den westlichen See**

Einen aussichtsreichen Weg, welcher auch gut mit  
Kinderwagen zu begehen ist, finden Sie  
rund um den westlichen Seeteil.

*Schautafel zu "Fischer & Fische" - "Wasser & Land".*



---

## MITTWOCH, 14. OKTOBER 2020

---

### MORGEN-YOGA mit Daniela Knaller

von 08.30-10.00 Uhr in der Villa Ruah in Praditz, Oberdorf 88.

Kosten: € 17,-/Person - bitte direkt bei Daniela bezahlen

<http://www.danielaknaller.at/yoga>

---

### Laufen – Technik/ Stretching oder Laufen-Abenteuer.

Beginn: 15 Uhr. Treffpunkt vor der Weissensee Information in Techendorf-Süd.  
Keine Anmeldung erforderlich. Teilnahme mit Gästekarte kostenlos.

---

**DONNERSTAG, 15. OKTOBER 2020**

---

**"WAKE-UP" Yoga am Regitnig-Steg mit Daniela Knaller \***

Treffpunkt 08.00 an der Rezeption.

Beginne Sie den Morgen mit einer aktivierenden Yogaeinheit mit Weitblick über den See! Auch für AnfängerInnen geeignet.

Bitte Handtuch mitbringen! Bei Schlechtwetter im Seminarraum!

***Für Sie als Regitnig-Gast kostenlos!***

---

**E-bike- & Hiketour**

Kommen sie in den Genuss des Wanderns und E-Biken in einer Tour. Los geht es mit dem E-Mountainbike zum Ausgangspunkt für die Wanderung zum Gipfelsieg. Teilnehmen kann jeder aktive Wanderer und Mountainbiker.

Genießen sie mit uns die tollen Ausblicke auf den See bei den verschiedenen Touren rund um den Weissensee.

Treffpunkt 09:30 Uhr Weissensee Information.

Keine Anmeldung erforderlich.

Hinweis: E-bike mitbringen. Achtung - Helmpflicht!

Teilnahme mit Gästekarte kostenlos!

---



**Nordic Walking für Jedermann**

Beginn 16:00 Uhr, Treffpunkt vor der Weissensee Information.

Nordic Walking Stöcke

bitte an der Rezeption ausleihen!

Teilnahme mit der Gästekarte kostenlos.

---

FREITAG, 16. OKTOBER 2020

---



**Geführte Mountainbiketour  
für Anfänger und für Fortgeschrittene**

9.30 Uhr Treffpunkt Weissensee Information  
Keine Anmeldung erforderlich!  
Achtung Helmpflicht! Mit Gästekarte kostenlos!

---

**Genusstour - Magischer Moment Kärnten \*\***

Treffpunkt: 9:30 Uhr Umkehrschleife Neusach,  
Dauer ca. 4 Std.

Leise und bedacht wandern Sie mit einem Naturparkranger  
über den weichen, moosbedeckten Waldboden.

Gemeinsam sind Sie heute auf Spurensuche  
im Naturpark Weissensee unterwegs.

Erleben Sie die Natur ganz nah und  
verkosten Sie auf dem Genussfloß den berühmten Weissensee-Fisch.

Kosten: Erw. € 55,00 ; Kinder bis 14 J € 27,00

**\*\* Bitte bis Mittwoch im "Natur-Erleben-Buch" anmelden.**

---

**Rücken- & Faszientraining mit Wolfgang \***

Treffpunkt ist um 17 Uhr in der Rezeption.

Die Aktivierung des Bindegewebes im Zusammenspiel mit den  
Muskulaturen. Schwingende, dehnende und aktivierende Übungen - mehr  
Beweglichkeit, Schmerzverringerng des Bewegungsapparats  
und zu erhöhter Wahrnehmungsfähigkeit.

**Für Sie als Regitnig-Gast kostenlos!**

