

Presseinformation

1. Oktober 2020



## Thermenherbst und Yogatage in Gastein Sport- und Wellnessangebote für Familien und Genießer mit der Berge- und Thermencard

Der Herbst im Gasteinertal: Neben dem jährlich stattfindenden Yogaherbst, ist auch ein Thermenurlaub eine gute Option, noch einmal die Akkus vor dem Winter aufzuladen und einfach zu genießen. Massagen, Saunagänge mit ätherischen Ölen, Aqua-Yoga und besondere Herbstaktionen für Familien stehen in der Felsentherme und in der Alpentherme zur Auswahl. Das Immunsystem stärkt man am besten während der Yogatage vom 9. bis 18. Oktober 2020. Wer zudem die letzten sonnigen Herbsttage noch genießen möchte, der nutzt die Vorteile der Berge- und Thermencard: vier Bergbahnen und drei Bäder können an einem Tag genutzt werden.

### Meditieren, entspannen und abschalten im Thermenherbst in Gastein

Die goldene Jahreszeit ist für einen Thermenbesuch bestens geeignet. Denn nach einer Wanderung in der klaren Herbstluft sucht man Entspannung und innere Wärme. Sprudelnde Massage-Becken, warmes Thermalwasser und ein Besuch in der Sauna mit hochwertigen Ölen sind geradezu Energiequellen für Körper, Geist und Seele. Auf 1.100 Metern Seehöhe ist die Felsentherme in Bad Gastein der ideale Zufluchtsort für Ruhesuchende. „Die Mutter aller Thermen“ wurde 1968 als erste öffentliche Therme Österreichs erbaut. Ihr architektonisches Erscheinungsbild ist einzigartig: Umgeben von Felswänden beeindruckt vor allem die Ruhetherme – mit einer Länge von 22 Metern und einer Wassertiefe von 1,70 Metern. Hier findet man ausreichend Zeit für Regeneration und entflieht dem Stress des Alltags. Gleichzeitig genießt man durch große Panoramafenster einen imposanten Ausblick in die herbstliche Bergwelt der Hohen Tauern. Die Felsentherme lohnt sich auch für Yoga-Begeisterte.

Vom 21. Oktober bis 25. November 2020 finden immer mittwochs Aqua Yoga-Einheiten statt. Um Kreativität und Motivation des Geistes zu stärken, können Thermenbesucher immer donnerstags, zwischen 22. Oktober und 26. November 2020, auch an Thermalwasser-Meditation teilnehmen. Die Kurse sind im Thermeneintritt eingeschlossen, externe Teilnehmer zahlen 15 Euro pro Einheit. [www.felsentherme.com/](http://www.felsentherme.com/)

### Wasserspaß und Relaxen in der Alpentherme: die Herbstaktionen für kühle Abende

Sowohl erlebnishungrige als auch ruhesuchende Thermengäste kommen in der modernen Alpentherme in Bad Hofgastein auf ihre Kosten. Die alpinen Wasserwelten bieten vor allem Familien eine gute Gelegenheit, Spaß, Sport und Erholung miteinander zu kombinieren. An vielleicht verregneten Herbsttagen sorgt dann die Familyworld mit drei abwechslungsreichen Abenteuerrutschen für jede Menge Wasservergnügen.

Vom 16. bis 31. Oktober 2020 besuchen Kinder von sechs bis fünfzehn Jahren für eine Dauer von vier Stunden für 6,50 Euro die Alpentherme. Wenn es draußen dunkel und kalt ist, lohnt sich ein abendlicher Thermenbesuch nach einem anstrengenden ereignisreichen Tag allemal. Noch bis 30. November 2020 gibt es die Aktion „Herbstabend Trio“: Für 47 Euro bekommt man drei Abendeintritte – ab 18:00 Uhr bis Badeschluss – in den Thermen- und Saunabereich. Die Abendkarten sind bis 23. Dezember 2020 einlösbar. [www.alpentherme.com](http://www.alpentherme.com)

### Sicherer Yogaherbst – Immunsystem stärken und gemeinsam Freude an der Bewegung haben

Auch dieses Jahr findet der Yogaherbst statt. Unter dem Motto „Quelle der Inspiration“ gibt es vom 9. bis 18. Oktober 2020 rund 300 Workshops und Yoga-Einheiten im Gasteinertal. Während der Yogatage steht nicht nur die Gesundheit, sondern auch die Sicherheit der Yoga-Gäste im Mittelpunkt. Das Yoga-Programm wurde unter Berücksichtigung der Corona-Auflagen angepasst.

Sofern es das Wetter zulässt, werden Yoga-Einheiten im Freien ausgeübt. Bei Schlechtwetter finden die Yoga-Kurse in Räumlichkeiten statt, die während und nach den Einheiten regelmäßig gelüftet und im Anschluss gründlich desinfiziert werden. Die Yoga-Kurse werden im Inneren auf maximal zehn Teilnehmer, im Freien auf fünfzehn Teilnehmer beschränkt. Eine Anmeldung zu den einzelnen Kursen ist unbedingt erforderlich. Zur Yoga-Einheit bringen die Yogis am besten ihre eigene Yoga-Matte mit. Für eine Kautions von 30 Euro kann aber auch eine Matte für alle gebuchten Yoga-Kurse ausgeliehen werden. Das Eröffnungskonzert am 10. Oktober 2020 im Kursaal Bad Hofgastein ist auf 100 Personen beschränkt. Es werden ausschließlich zugewiesene Sitzplätze angeboten. Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich. [www.yoga-gastein.com](http://www.yoga-gastein.com)

### **Die Berge- und Thermencard: vielfältige Angebote für Sportler, Genießer und Familien**

Neben einem Thermenbesuch ist der Herbst wohl auch die schönste Zeit, um Gipfel zu erklimmen: glasklare Bergseen, leuchtende Laubwälder und fabelhafte Ausblicke auf die umliegenden Berge entdeckt man bei einer Tagestour. Um wesentlich schneller bergauf und bergab zu kommen, bieten die Gasteiner Seilbahnen bis Anfang November die Möglichkeit, bequem mit den Bergbahnen auf die Erlebnisberge zu fahren. Die Gipfelbahn Fulseck und die Schlossalmbahn sind noch bis 2. November 2020 geöffnet. Oben angekommen erwartet den Wanderer eine Welt voller Naturerlebnisse: atemberaubende Bergpanoramen, abwechslungsreiche Wanderwege für Sportler und Genießer und zahlreiche Attraktionen für Familien. Genaue Informationen zu den Öffnungszeiten der Bergbahnen unter: <https://www.skigastein.com/de/preise-zeiten/sommer/saison-betriebszeiten>

Wer überdies Wandern mit Wellness verbinden möchte, der nutzt die Angebote der Berge- und Thermencard – sieben Attraktionen pro Tag stehen hier zur Auswahl. Vier unterschiedliche Bergbahnen und drei Bäder sind inkludiert. Die Berge & Thermencard ist für 4, 5, 6 und 21 Tage erhältlich. [www.gastein.com/service/bergbahn-info/sommer/berge-thermen-card/](http://www.gastein.com/service/bergbahn-info/sommer/berge-thermen-card/)

---

#### **Informationen für Medien:**

Theresa Sommerbichler  
Gasteinertal Tourismus GmbH  
Tel. +43/6432/3393-113  
[presse@gastein.com](mailto:presse@gastein.com), [www.presse.gastein.com](http://www.presse.gastein.com)

Nina Genböck, genböck pr + consult  
Märkisches Ufer 28, 10179 Berlin  
Tel. +49/30/224877-01  
[nina.genboeck@genboeckpr.de](mailto:nina.genboeck@genboeckpr.de), [www.genboeckpr.de](http://www.genboeckpr.de)