



SOMMER - POST

BEISPIEL FÜR SOMMER

SURF- & SEGELKURSE

Die Segel - und Surfschule ist nur 900 vom Hotel Postillion am See entfernt.
Der A-Schein kann nach Absprache auch absolviert werden.



Windsurfen

Der Surf-Schnupperkurs startet immer Montags um 10 Uhr, und dauert 2 Stunden. Danach könnt Ihr euch entscheiden, ob Ihr einen 3- oder 5-Tage Kurs besuchen wollt.
Wer sich für den 5-Tages Kurs entscheidet, hat die Möglichkeit auf eine Grundschein-Prüfung.
Ab einem 3- Tages Kurs steht euch das Material zum freien Üben zur Verfügung.
Privatsunden nach Vereinbarung möglich.

Segelkurs

Start des Schnuppertages ist am Montag von 15 Uhr bis 17 Uhr.
Danach könnt Ihr euch wieder entscheiden, ob Ihr einen 3- oder 5-Tages Kurs besuchen wollt.
Bei der Wahl des 5-Tages Kurses besteht die Möglichkeit auf eine Abschlussprüfung für den Grundschein.
Ab dem 3-Tages Kurs steht euch das Material ebenfalls zum freien Üben zur Verfügung.
Selbstverständlich sind auch Privatstunden möglich.

Stand up Paddeling

Jeden Samstag, Beginn 10:00 Uhr – geführte Tour über den See – Dauer ca. 1,5 Stunden -
Kosten € 15,00 per Person

Weitere Informationen erhalten Sie gerne an der Rezeption oder unter 0676-75 119 39

TENNIS

Wir sind gerne bei einer (Tennis-) Partnersuche behilflich.
Die schönen Sandplätze sind nur 3 Gehminuten entfernt.
Platzmiete € 12,00 pro Stunde
Gerne können Sie sich auch Schläger und Bälle bei uns leihen.
Kosten € 2,50 pro Person



GOLFSCHNUPPERN

jeden Montag, – 17:00 bis 18:00 Uhr
Mit unserem Head-Pro Paul. Diese Leistung bietet Ihnen
der Golfclub Millstätter See inkl. Schläger und Bälle
um **€ 6,00 pro Person Mindestteilnehmeranzahl 6 Personen**
Bitte um Anmeldung bis Montag, 12:00 Uhr – Tel: 04762-82-548



SCHWIMMTECHNIK VERBESSERN

Julia ist ehemalige Schwimmmeisterin, leitet die Schwimmschule in Spittal und begeistert alle für das richtige Schwimmen. Kleine Verbesserungen in der Technik oder Stilveränderungen und schon sind Sie um einiges schneller bei der Seeüberquerung – für alle ab 12 Jahren. Dauer: 1 Stunde / Kosten EUR 5.- pro Person Anmeldung bis 13:00



Treffpunkt: Postillion am See, Seesauna, schwimmfertig

Dies ist **KEIN** Kurs zum Erlernen des Schwimmens Termin laut Wochenprogramm
Auch Einzelstunden können bei Julia gebucht werden.
Kosten € 60,00 pro Stunde

Verleih von Schwimmausrüstung in der Villa Postillion:

Neoprenanzug: € 10,00 bis zu 3 Tage

Schwimmbojen: GRATIS für Ihre Sicherheit beim selbständigen Weitschwimmen

SCHIFFFAHRT AM MILLSTÄTTER SEE

täglicher Linienverkehr lt. Fahrplan

Familien-Preise für die große Seerundfahrt € 33,00 – Dauer 2,5 Stunden

Panoramarundfahrt € 27,00 – Dauer 1,5 Stunden

und die Kurzurundfahrt € 23,00 – Dauer 1 Stunde



Samstag, 5. August 2017



11:00 Uhr: **Seeüberquerung - Schwimmend über den Millstätter See.**

Jeden Samstagvormittag um 11.00 Uhr werden alle Schwimmlustigen mit den Ruderbooten vom Steg des Hotels Postillion zum Südufer gerudert. Von dort schwimmen sie die 1.042m lange Strecke, in Begleitung von Booten, zurück zum Postillion. Alle, die mitmachen möchten, treffen sich um 11.00 Uhr am Steg des Postillions. Wir brauchen aber

auch Zuseher, die die ankommenden Sportler mit Applaus begrüßen.

Anmeldung an der Rezeption bis Samstag, 10:30 Uhr

Möchten Sie einen speziellen Teilnehmer beim Schwimmen begleiten, bitten wir Sie ein Ruder- oder Elektroboot beim Bootsverleih Strobl auszuborgen, da wir unsere Boote für die allgemeine Begleitung benötigen.

Treffpunkt: Saunahütte Villa Postillion am See

Sonntag, 6. August 2017

15:00 Uhr: Kostenloses **Schnuppersurfen beim Postillion** mit Norbert von der Segel- und Surfschule Millstatt. Treffpunkt direkt im Hotel Postillion.
(ca. 8 – 10 Minuten/Person)

17:00 Uhr: **Begrüßungscocktail** auf der Terrasse der Villa Postillion

Liebe Gäste, wir möchten Sie heute gerne zu einem Begrüßungscocktail am See einladen und Ihnen unser schönes Programm der kommenden Woche vorstellen, erzählen, wie es bisher war und was es Neues gibt.
Auf Ihr Kommen freuen sich die Familie Sichrowsky und das Familienhotel Post und Postillion Team.



Montag, 7. August 2017



10:30 Uhr: Starten Sie fit und beweglich in den Tag! **Wellrelax - aktiv entspannen mit Frau Wolf** - Treffpunkt ist im Raum See(le)ruhe.
Bitte um Anmeldung bis 09:00 Uhr - Mindestteilnehmeranzahl: 3 Personen

11:00 Uhr: **Netzfischen mit Peter**

Geführte Fischfahrt zu unseren Fischernetzen im Millstätter See

Treffpunkt: Foyer

Max. 16 Personen. - Anmeldung bis 09:00



17:00 Uhr: **Teekräuter-Führung mit Inna** durch unseren Kräutergarten beim Familienhotel Post Treffpunkt ist auf der Terrasse – **Anmeldung bitte bis 16:00 Uhr**

20:30 Uhr: **Darts** in der Gummibaum Bar im Familienhotel Post

21:00 Abendliche Weinreise mit unserem Oberkellner Christian.

Verbringen Sie einen geselligen Abend in netter Runde und erfahren Sie bei der Degustation viel Wissenswertes über die österreichischen Weine
Anmeldung erforderlich, max. 12 Teilnehmer - **Preis: € 9,00/Person**



Dienstag, 8. August 2017

08:15 Uhr: Aqua fit im Freibad in der Villa Postillion mit Ihrer Gastgeberin Frau Eva Sichrowsky.
Bitte um Anmeldung bis 07:30 Uhr

10:00 Uhr: **Mountainbike-Tour zur Postalm** - Über Kleindombra und Obermillstatt geht's mit dem Mountainbike auf unsere Postalm, wo wir auf die Familienwanderer treffen. Gestärkt fahren wir über Forstwege weiter Richtung Lammersdorferhütte. Je nach Lust und Laune fahren wir zur Lammersdorferhütte oder biegen auf halbem Weg auf einen Waldweg ab, wo wir über Stock und Stein nach Obermillstatt und Millstatt zurückkehren. - Dauer mit Pause rd. 3,5 Stunden - Kosten ca. EUR 5.- pro Mountainbike mit Helm.
Anmeldung bitte bis 09.00 Uhr



10:30 Uhr: **AUSFLUG AUF UNSERE POSTALM** - mit anschließendem **KAISERSCHMARRNKOCHEN** für alle Kinder. Die Eltern bitten wir mit ihren Kindern in Fahrgemeinschaften mit dem eigenen Auto bis hinter das Hotel Alpenrose in Obermillstatt zu fahren. Von hier wandert man ca. 1 Stunde leicht ansteigend bis zur „Postalm“.

Bitte beachten Sie, dass unser kleine urige „Postalm“ ohne Strom und fließendes Wasser ist. Der Weg ist auch mit dem Kinderwagen befahrbar. Auf der Alm kochen die Kinder in einer Riesenpfanne Kaiserschmarrn, die Eltern bekommen eine ordentliche KÄRNTNER JAUS'N. Anschließend machen wir lustige Spiele in der Wiese. Für unsere Gäste ohne SUPERVOLLPENSION beträgt der Kostenbeitrag Euro 8,00 pro Person inkl. Getränke. - Rückkehr: ca. 14.30 Uhr. **Anmeldung bitte bis 09:00 Uhr**

20:00-22:00 Uhr: **Romantische Sauna und langer Hallenbadabend**
Bitte melden Sie sich an der Rezeption bis 19:45 Uhr an

Mittwoch, 9. August 2017

Wanderung auf der Südseite der Millstätter Alm zur Alexanderhütte mit Eva Sichrowsky

Wir fahren mit dem eigenen PKW Richtung Schwaigerhütte, parken aber vor der Mautstelle. Dann gehen wir zum Joggelbrunnen und weiter einen Forstweg mit immer wieder tollen Ausblicken auf den Millstätter See zur privaten Tschierweger Alm (ca. 50 min).



Danach beginnt ein schöner, teilweise etwas steilerer Steig auf der Südseite der Millstätter Alm, windgeschützt, hinauf zur Alexanderhütte, ca. 2 1/4 Stunden. Dort stärken wir uns bei einer feinen Jause, genießen den großartigen Panoramablick und gehen dann zur Schwaigerhütte und den alten Weg hinunter zurück zur Mautstelle. Wunderschöne, Rundwanderung - mit herrlichen Ausblicken auf die vielen Berge im Süden - Bergausrüstung, etwas zu Trinken und ev. Kleinigkeit zu Essen bitte mitnehmen.

Gesamtgehzeit ca. 4 Stunden – Gesamtaufstieg ca. 700 hm

Die Maut liegt auf einer Höhe von 1200 m - die Alexanderhütte 1.880 m

Abfahrt 9.30 - Rückkehr ca. 15.00

Neu! Technik-Training mit Schwimmcoach – 15:00 bis 16:00 Uhr:

Julia ist ehemalige Schwimmmeisterin, leitet die Schwimmschule in Spittal und begeistert alle für das richtige Schwimmen. Kleine Verbesserungen in der Technik oder Stilveränderungen und schon sind Sie um einiges schneller bei der Seeüberquerung.

Dauer: 1 Stunde / Kosten EUR 5.- pro Person

Anmeldung bis 13:00 ab 12 Jahren

Treffpunkt: bei der Seesauna, schwimmfertig
Schwimmens

Dies ist KEIN Kurs zum Erlernen des

Donnerstag, 10. August 2017

08:30 Uhr: **Yoga mit Andrea.**
Hatayoga- auch für Anfänger- inkl.
Ganzkörperentspannung als
Abschluss. Dauer ca. 45 min.
**Anmeldung bitte bis zum Vortag 20:00
Uhr an der Rezeption**
Mindestteilnehmer: 2 Personen

10:30 Uhr: **Nordic Walking
mit Andrea** / Auch für
Ungeübte möglich- Wald und
Wiese- Laufschuhe
ausreichend-ca.7 km- leichte Anstiege mit
ges.ca.200 hm- Dauer ca.2h **Anmeldung bitte
bis 09:00 Uhr**



9:00 Uhr: **Netzfischen mit Peter**
Geführte Fischfahrt zu unseren Fischernetzen im Millstätter See
Max. 16 Personen. - Anmeldung bis 08:00
Treffpunkt: Villa Postillion

„Lust auf SEE und MEHR!“ - Schön haben wir es hier
am Ufer des Millstätter Sees! Ab 18:30 Uhr wartet ein
Buffet mit regionalen Schmankerln auf Sie!
Genießen Sie ein Buffet mit vielen Fischspezialitäten aus
unserer Region.



Ab 20:30 Uhr unterhalten Sie Michael Samitz und Stefan Stückler mit **stimmungsvollen Melodien**
und unser Service-Team mixt tolle Cocktail-Kreationen für Sie.

21:00 Uhr Trachten -Moden-Schau für die ganze Familie

Freitag, 11. August 2017

11:00 Uhr: Auf geht's zum **Schnorcheln an den See** – wir erkunden die Unterwasserwelt



Der Tipp von Familie Sichrowsky

Gerne vereinbart die Rezeption Ihren Wunschtermin



Geführte Mountainbike Touren und Mountainbike Fahrtechniktraining für Anfänger und Fortgeschrittene

Veranstaltungsort: Millstatt, Mountainbikestation Thomas Graf
Vom Wheelie über Single Trail bis Downhill.

Treffpunkt: Mountainbike-Station. Materialausgabe und -anpassung,

Anmeldung bis zum Vorabend, 18:00 Uhr unter +43 650 3563181 – Thomas Graf



Sonntag 10:15 Uhr

Gottesdienst

**in der Stiftskirche
Millstatt, Millstatt**



Millino
KINO MILLSTATT

Der Spielplan liegt für Sie an der
Rezeption auf.



**Montag und Mittwoch
bis 1. Oktober , 15:00 Uhr**

**Sennereiführung auf der
Alexanderhütte**

Herstellung von 7 verschiedenen
Käsesorten. Produkte zum Kosten
und Mitnehmen. Gruppen auf

**Dienstag und Donnerstag, bis 6. Oktober
Ab 08:00 Uhr**

Buchtenwandern

Mit dem Ruderboot zu den
verschwiegenen Buchten des Südufers.
1 geführte Buchtenwanderung
1 Ruderboot
Preis/Leistung: € 3,50 pro Person

Veranstaltungsort

Wassersport Strobl, Millstatt



**Montag, Mittwoch und Samstag bis 26.
Oktober, 09:00 Uhr**

Schnupperklettern am Jungfernsprung

Einstieg in den Klettersport mit einer
fundierten Einschulung für Kinder ab 10
Jahren und Erwachsene. Dauer ca. 2
Stunden. Voranmeldung bis zum Vortag



Voranmeldung: Tel. 04766/2623
oder 0664/6454920

Veranstaltungsort

Alexanderhütte, Millstatt

Telefonische Voranmeldung unter Tel.
3700 unbedingt erforderlich



17.00 Uhr im Tourismusbüro Döbriach,
Tel: 04246/787811, Kosten € 25,-,
(Schnupperklettern auch an anderen
Tagen mit Voranmeldung möglich)

Veranstaltungsort

Treffpunkt Jungfernsprung Döbriach,
Döbriach-Radenthein