



HOTEL-PROGRAMM

Liebe Gäste!



Es ist mir eine große Freude, Sie wieder im MIRAMAR begrüßen zu dürfen! Es erwartet Sie eine aufregende Saison 2024 mit vielen neuen Annehmlichkeiten für Sie.

Der Felsbadestrand wurde erweitert und bietet fast doppelt so viel Platz wie bisher. Erleben Sie auf

unseren neu errichteten Liegeterrassen das Gefühl, als würden Sie über dem Meer schweben!

Entspannen Sie an unserem Meerwasserpool: Unsere schöne Liegewiese hat zum Meer hin eine erhöhte Terrasse erhalten, womit Sie die Wahl haben zwischen kühlem Gras oder glattem Teakholz. Insgesamt stehen Ihnen im Freien über 250 Liegestühle zur Verfügung!

Das Miramar wird in diesem Jahr zwanzig! Wir wollen dieses schöne Jubiläum gemeinsam mit Ihnen feiern und die Tradition unseres Hauses in die Zukunft tragen!

Ich lade Sie herzlichst ein, an unserem abwechslungsreichen Veranstaltungsprogramm teilzunehmen! Erfahren Sie Näheres über unsere Künstlerinnen und Künstler, wie auch die Trainerinnen und Trainer für Fitness, Yoga und Meditation in unserem Ferienjournal, das in diesem Jahr MIRAMAR JUBILÄUMSSCHRIFT heißt! Dort finden Sie auch die Portraits unserer Abteilungsleiterinnen und -leiter sowie jener Damen und Herren aus der Belegschaft, die seit 20 Jahren Ihnen und dem Miramar die Treue halten!

Und vergessen Sie nicht: Für Anregungen und Wünsche stehen wir Ihnen als Team jederzeit zur Verfügung, denn unser Ziel ist Ihre Zufriedenheit, und dass Sie wunderschöne Urlaubstage bei uns im MIRAMAR verbringen!

Ihr,

Direktor Andreas Madejski
und das Miramar-Team!

Allgemeine Informationen

Öffnungszeiten MIRAMAR SPA und POOLS

Wellness-Rezeption: 09:00 – 18:00
Therapien und Behandlungen: 09:00 – 18:00

MEERWASSER-POOL 07:00 – 19:00

Sauna beim Meerwasserpool: Bitte beachten Sie die Aushänge im Poolbereich!

SÜSSWASSER-HALLENBAD und Ruheräume (in Gästevilla 2)

SÜSSWASSER-HALLENBAD 07:00 – 20:00

Die Panorama-Sauna beim Süßwasserpool im Gebäude 2 ist an regnerischen Tagen am Nachmittag in Betrieb. An anderen Tagen gerne auf ANFRAGE. Bitte wenden Sie sich dazu an die Rezeption oder Wellness-Rezeption. Die **Infrarotkabine** kann jederzeit benutzt werden.

Wichtige INFO:

Ihre Strandtücher können Sie an der Wellness-Rezeption zwischen 09:00 und 18:00 Uhr gegen frische eintauschen. Saunatücher erhalten Sie ebenfalls dort.

Kardio-Krafttrainingsraum 07:00 – 19:00

Frühstück 07:00-11:00

Freie Tischplatzwahl beim Frühstück im Restaurant und auf den Terrassen!

Unser Aktivangebot beginnt bereits früh am Morgen. **Informieren Sie sich in der Morgenpost** und **machen Sie mit - Ihrer Gesundheit zuliebe!** Ob Smovey-Walk am Lungomare, Stadtführung oder Yoga: Die Bewegungseinheiten sind für alle gedacht. Jeder trainiert seiner Kondition und seinem Können entsprechend!

Abendessen 18:00 - 21:00

Bitte warten Sie am Eingangsbereich des Restaurants. Wir führen Sie gerne zu dem für Sie reservierten Tisch!

Nutzen Sie unsere lange Abendessenszeiten, um in aller Ruhe genussvoll Ihren Urlaubstag ausklingen zu lassen!

ÖFFNUNGSZEITEN

Bar/Restaurant

Habsburgbar 10:00 – 24:00
À la carte Restaurant 12:00 – 16:00
Kaffee/Kuchen/Eis/Snacks 12:00 – 17:00

REZEPTION & SISIS - HOFLADEN

Rezeption 06:00 – 22:00

Nachtportier 22:00 – 06:00

Interne Durchwahl vom Zimmer: 150 und 152

Sisis-Hofladen 08:00 – 20:00

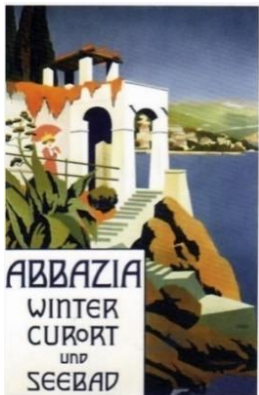
Tipps zur Urlaubsgestaltung

Das Miramar liegt direkt am Lungomare – Opatijas berühmter Seepromenade! Über unsere Restaurant-Terrasse gelangen Sie über die Stufen direkt auf ihn hinunter und können Ihren Spaziergang entlang des Meeres beginnen. Auf einer Länge von ca. 12 km verbindet dieser Seeweg die Städte Volosko, Opatija, Ika, Ičići und Lovran. Zwischen 1889 und 1911 erbaut, führt Sie der Seeweg an den prächtigen Villen aus der Gründerzeit der k.u.k.-Kurorte Opatija und Lovran vorbei!

Ein ausgedehnter Spaziergang entlang des Lungomare „Kaiser-Franz-Joseph I.“ sollte bei keinem Urlaub in Opatija fehlen!

Wissenswert

Opatijas Tourismusgeschichte begann als „Wintercurort Abbazia“



Es waren die Berichte dreier namhafter Mediziner welche die Zukunft Abbazias maßgeblich prägten. Der angesehene Münchner **Laryngologe Max Joseph Oertel**, der deutsch-österreichische **Chirurg Theodor Billroth** und **Professor Julius Glax** aus Wien waren maßgeblich

dafür verantwortlich, dass Abbazia als Kurort konzipiert und ernannt wurde. Dabei waren die Mediziner von den gesundheitsfördernden Qualitäten des Küstenstreifens absolut überzeugt: Glax verbrachte ab 1885 die Wintermonate in Abbazia und verlegte im Sommer 1887 seinen Hauptwohnsitz dorthin, Auch Billroth verweilte oft in Abbazia, wo er im Jahre 1894 dann auch verstarb. Billroth, durch seine wissenschaftlichen Arbeiten und Operations-techniken weltberühmt, promotete Abbazia in zahlreichen Briefen und Veröffentlichungen. Hier einige Auszüge:

„Da bin ich nun seit einigen Tagen in dem lorbeerumkränzten Abbazia und finde es herrlich hier. Wohin soll man zu Weihnachten, zu Ostern in die Ferien reisen? Südtirol, die Riviera, Carfu, Zante* waren mir diesmal zu weit, also versuchte ich es mit Abbazia. Ich preise mich glücklich, dass ich diesen Vorsatz ausführte.“ *Cafu = Korfu/ Zante = Zakynthos
 „Es bleibt eine Wonne, mitten im Winter nur aus dem Hause zu treten, um an so manchen Tagen stundenlang im hellen Sonnenschein spazieren gehen zu können“

TRI YOGA - HORMON YOGA – GOLDEN AGE YOGA mit RENATA REINER vom 20.05. bis 24.05.2024

HORMON YOGA: Der gedankliche Fokus wird auf die Produktionsstätten unserer Hormone gerichtet und mit der speziellen Atemtechnik Bastrika kombiniert. Durch achtsame Konzentration und schwingvolle Bewegungen wird unser hormonelles Gleichgewicht verbessert!

GOLDEN AGE YOGA: für unsere junggebliebene Gäste! „Durch die Wiederholungen hören wir auf zu denken, beginnen von innen heraus zu fühlen und lernen auf diese Weise unseren Körper besser kennen. Ganz ohne Anstrengung gelangen wir in den „Fluss“ und werden eins mit dem universellen Lebensstrom!“

TRI YOGA vereint das gesamte Spektrum traditioneller Yoga Praktiken und trägt den Geist des ursprünglichen Yoga in das 21. Jahrhundert. Die Übungen eignen sich für Anfänger wie Fortgeschrittene. Jede Stufe beinhaltet fließende und gehaltene Körperhaltungen und bereitet den Teilnehmer auf die nächste Stufe vor. Dabei wird Flexibilität und Ausdauer kontinuierlich gesteigert und die „Flows“ werden spürbar. Die Serien sind sorgfältig



aufgebaut, um eine therapeutische und ausgleichende Wirkung auf Körper und Geist zu bewirken. Einzigartig

bei Tri Yoga sind die Wellenbewegungen mit der Wirbelsäule und die fließenden Übergänge. Eine Bewegung gleitet sanft und ohne Unterbrechung in die nächste über. Die begleitende Atmung ist wesentlich und führt zum Tri Yoga Flow. Renatas Übungen wirken nicht nur auf das körperliche Wohlbefinden, sondern auch auf den Geist: Stabilität durch richtige Atmung, Innere Stärke durch Verringerung von Stress und Hektik! Kommen Sie in Kontakt mit sich selbst!

Montag bis Freitag:

07:30 Uhr – GOLDEN AGE YOGA:

Tri-Yoga für unsere Gäste im besten Alter!

09:00 Uhr – HORMON YOGA: Wir verbessern unser hormonelles Gleichgewicht

16:45 Uhr – TRI-YOGA: Effektives Yoga Training ganz ohne Stress!

Sonntag, 19. Mai 2024

➤ *Willkommen*

17:45 Welcome-Cocktail in der Hotelhalle

Hoteldirektor Andreas Madejski stellt sich und das Hotel Miramar vor. Sie bekommen einen Überblick über das Hotel, Veranstaltungen und Ausflugsmöglichkeiten in und rund um Opatija.

➤ *Kultur & Musik*

20:30 Opernkonzert des Gesang-Ensembles des Nationaltheaters Rijeka in der Miramar-Hotelhalle. Künstlerinnen und Künstler des Nationaltheaters Ivan von Zajc in Rijeka besuchen uns! Die Sopranistin Vanja Zelčić und der Tenor Marko Fortunato, begleitet von Igor Vlajnić, singen bekannte Opern- und Operettenmelodien.



Montag, 20. Mai 2024

➤ *Fit & Vital*

07:30-08:30 GOLDEN AGE YOGA mit R. Reiner
Tri-Yoga für unsere Gäste im besten Alter!

Jeder kann mitmachen, leichte bequeme Kleidung.

Treffpunkt: Veranstaltungsraum II

Teilnahme kostenfrei.

➤ *Fit & Vital*

09:00-10:00 HORMON YOGA mit R. Reiner

Wir verbessern unser hormonelles Gleichgewicht
Jeder kann mitmachen, leichte bequeme Kleidung.

Treffpunkt: Veranstaltungsraum II

Teilnahme kostenfrei.

➤ *Opatija entdecken*

10:00-12:00 Stadtführung durch Opatija mit MLADEN

Treffpunkt: Hotelhalle. Teilnahme kostenfrei.

ANMELDUNG an der Rezeption erbeten. All jene, die Opatija noch nicht kennen, sollten einen Stadtpaziergang nicht versäumen!!!

Sie lernen auf dem ca. 1½ -2-stündigen Spaziergang das historische Städtchen mit seinen versteckten Plätzen kennen. Der ehemalige *k.u.k.-Curort* mit seinen rund 12.000 Einwohnern ist geprägt durch eine Fülle an Architektur im Stil des Historismus. Opatija ist das bedeutendste Beispiel eines **mondänen Seebades der seinerzeitigen „österreichischen Riviera“**, mit dem architektonischen Flair aus der Zeit der Donaumonarchie.

➤ *Fit & Vital*

16:45-17:45 TRI-YOGA mit R. Reiner

Effektives Yoga Training ganz ohne Stress!

Jeder kann mitmachen, leichte bequeme Kleidung.

Treffpunkt: Veranstaltungsraum II

Teilnahme kostenfrei.

➤ *Kulinarik & Meer*

Ab 18:00 Das Abenddinner startet heute mit einem **Fisch-Vorspeisenbuffet** mit verschiedensten Köstlichkeiten aus dem Meer, wie gegrillte Scampi, Calamari, Miesmuscheln à la Buzara, verschiedenste Fischgerichte und vieles mehr, in unserem Restaurant.

➤ *Musik & Unterhaltung*

Ab 21:00 Tanzmusik in der Habsbugbar mit dem Duo Valušek . Es darf getanzt werden!

Dienstag, 21. Mai 2024

➤ *Fit & Vital*

07:30-08:30 GOLDEN AGE YOGA mit R. Reiner
Tri-Yoga für unsere Gäste im besten Alter!

Jeder kann mitmachen, leichte bequeme Kleidung.

Treffpunkt: Veranstaltungsraum II

Teilnahme kostenfrei.

➤ **Fit & Vital****09:00-10:00 HORMON YOGA mit R. Reiner**

Wir verbessern unser hormonelles Gleichgewicht
Jeder kann mitmachen, leichte bequeme Kleidung.

Treffpunkt: Veranstaltungsraum II

Teilnahme kostenfrei.

➤ **Fit & Vital****16:45-17:45 TRI-YOGA mit R. Reiner**

Effektives Yoga Training ganz ohne Stress!

Jeder kann mitmachen, leichte bequeme Kleidung.

Treffpunkt: Veranstaltungsraum II

Teilnahme kostenfrei.

➤ **Kunst & Musik****Erstklassiges Kabarett mit Herbert Steinböck**

20:30 Der beliebte Kabarettist **HERBERT STEINBÖCK** mit seinem Solo-Programm „Best-of“ ins **MIRAMAR** in der Hotelhalle

„Lachen ist gesund!“

Es ist soweit! Der beliebte Kabarettist Herbert Steinböck, bekannt aus Film und Fernsehen (ständiges Mitglied des Rateteams bei „Was gibt es Neues“), ist wieder bei uns im Haus!



Am 21.5.2024 wird er einen Auszug aus seinem bunten Schaffen liefern! Seien Sie dabei, wenn er uns in ein „All Inclusive“ Resort entführt, mit all dem fröhlichen

Wahnsinn, der einen dort erwartet! Er wird uns vor Augen führen, wie wichtig das korrekte Gendern ist! Und lässt uns diesbezüglich in sein vergnügliches Genderlexikon blicken!

Seien Sie neugierig, wie ein Schweizer Dachdecker 250 kg. Ziegel aus dem 6. Stock ins Erdgeschoß transportiert. Na Sie werden staunen!

Und ganz zum Schluss haben Sie das Vergnügen miteinander seinen allseits bekannten „Legastheniker-Kanon“ anzustimmen!

Es erwartet Sie ein fröhlicher Abend voll guter Laune!

Echt nicht versäumen! Wie stand es in der „Kronen

Zeitung“: „Ein unvergesslicher Abend mit einem unvergesslichen Künstler!“

Herr Madejski: „Herr Steinböck, warum kommen Sie eigentlich immer nur zu Weihnachten in unser wunderbares Haus? Wollen Sie nicht mal auch den Frühsommer am Meer genießen?“

Herr Steinböck: „Ja eh, ich hab aber grad ka Zeit. Muss Text lernen für meine Rolle in „My Fair Lady“ bei den Seefestspielen in Mörbisch... ich spiele nämlich die Rolle des „Doolittle“!“

„Na Text können Sie bei uns auch lernen!“

„Stimmt eigentlich!“

„Und wenn Sie dann schon mal da sind, könnens doch gleich auftreten auch, vor unseren lieben Gästen... wie wäre es mit dem 21.Mai?“

„Na servas, des geht aber schnell!“

„Ich freue mich schon sehr“

„Ich eigentlich eh auch: Also liebe Gäste des Miramar, wir sehen uns am 21.Mai am Abend in der großen Aula mit einem fröhlich lustigen „Best of“ von und mit Herbert Steinböck! Und wenn Sie mich wo herumlungern sehen, können Sie mir gern helfen, meinen Text abzuprüfen. Also ich freue mich auf Sie!“

Mittwoch, 22. Mai 2024

➤ **Fit & Vital****07:30-08:30 GOLDEN AGE YOGA mit R. Reiner**
Tri-Yoga für unsere Gäste im besten Alter!

Jeder kann mitmachen, leichte bequeme Kleidung.

Treffpunkt: Veranstaltungsraum II

Teilnahme kostenfrei.

➤ **Fit & Vital****09:00-10:00 HORMON YOGA mit R. Reiner**

Wir verbessern unser hormonelles Gleichgewicht
Jeder kann mitmachen, leichte bequeme Kleidung.

Treffpunkt: Veranstaltungsraum II

Teilnahme kostenfrei.

➤ **Information****14:00 Führung durch den Miramar-Park mit Katica, unserer Ingenieurin für mediterrane Landwirtschaft, in Englisch und Deutsch!**

Der Miramar-Park besteht aus vielen kleinen Gärten, welche unsere Katica unterschiedlich angelegt hat, womit die Blütenpracht durchs ganze Jahr hindurch währt! Eine Vielfalt von über 60 unterschiedlichen Pflanzen macht dies möglich! Auf dem ca. 45-minütigen Spaziergang erklärt Ihnen Katica die

Arten und Sorten *ihrer* Rosen, Kamelien, Palmen, Kräuter, Obst- und Zitrusbäume! Kommen und staunen Sie! Katica freut sich auf Ihre Fragen und natürlich Ihre Erfahrungen aus dem eigenen Garten!

Anmeldung an der Rezeption bis Mittwoch 13:30 erbeten. Teilnahme kostenfrei.

Treffpunkt: Hotelhalle

➤ **Fit & Vital**

16:45-17:45 TRI-YOGA mit R. Reiner

Effektives Yoga Training ganz ohne Stress!

Jeder kann mitmachen, leichte bequeme Kleidung.

Treffpunkt: Veranstaltungsraum II

Teilnahme kostenfrei.

➤ **Musik & Unterhaltung**

Ab 20:30 Das **TRIO Candy** sorgt für Stimmung und gute Laune auf der Showbühne der Habsburgbar. Es darf getanzt werden!

Donnerstag, 23. Mai 2024

➤ **Fit & Vital**

07:30-08:30 GOLDEN AGE YOGA mit R. Reiner

Tri-Yoga für unsere Gäste im besten Alter!

Jeder kann mitmachen, leichte bequeme Kleidung.

Treffpunkt: Veranstaltungsraum II

Teilnahme kostenfrei.

➤ **Fit & Vital**

09:00-10:00 HORMON YOGA mit R. Reiner

Wir verbessern unser hormonelles Gleichgewicht

Jeder kann mitmachen, leichte bequeme Kleidung.

Treffpunkt: Veranstaltungsraum II

Teilnahme kostenfrei.

➤ **Rijeka einmal anders**

10:00-ca. 14:00/14:30 - Rijeka und Trsat mit MLADEN.

Anmeldung an der Rezeption erbeten.

Treffpunkt: Hotelhalle

Kosten: € 35,- pro Person für Transfer und Reiseleitung durch Mladen. Zahlbar in Euro-Bargeld direkt an der Rezeption. Max. 8 Personen.

Schon auf der ca. 20-minütigen Fahrt wird Ihnen Mladen viel von der wechselvollen Geschichte der Stadt Rijeka erzählen! In Rijeka angekommen besichtigen Sie den Hafen und die Altstadt mit dem Fisch- und Grünmarkt sowie den vielen historischen Gebäuden und Sehenswürdigkeiten.

Die Historie der Stadt umfasst Jahrhunderte, von der vorgeschichtlichen Zeit über Gotik und Barock bis hin zu den staken Einflüssen der österreichisch-ungarischen Monarchie – jede dieser Epochen hinterließ in Rijeka ihre Architektur. So beheimatet Rijekas Stadtkern eine Fülle an historischen Denkmälern.

Rijekas Märkte malen ein farbenfrohes Bild der reichen regionalen Naturschätze. Was wächst in den Bergen, was an der Küste? Welche Schätze ziehen die Fischer aktuell aus der Adria? Tauchen Sie ein in das Treiben der aus dem Jahr 1885 stammenden Markthallen Rijekas. Danach spazieren Sie über den belebten Korzo, die Fußgängerzone der Stadt mit seinen vielen Straßencafes, schlendern Sie durch die engen Gassen der historischen Altstadt, zünden Sie in der barocken römisch-katholischen Kathedrale (Kirche des heiligen Veit) eine Kerze an, gelangen Sie zu dem 1939 bis 1942 errichteten mehr als 330 m langen Tunnelsystem bis zu 10 m unterhalb der Stadt, das wieder zugänglich gemacht wurde.

Rijeka war übrigens im Jahr 2020 Kulturhauptstadt – leider ist dieses Ereignis durch Corona ziemlich untergegangen und konnte kaum stattfinden – Geblieben ist davon aber das neue Stadtmuseum im sogenannten Zuckerpalast – dieses renovierte Barockschloss gegenüber dem Bahnhof war das ehemalige Verwaltungsgebäude der Zuckerfabrika. Sicherlich auch einmal einen Besuch wert!

Es geht auch in den Marien-Wallfahrtsort Trsat, oberhalb von Rijeka. Von der Anhöhe von Trsat und der dort befindlichen Festung aus kann die gesamte Bucht von Rijeka überblickt werden.

➤ **Unterwegs mit der Tornado Blue**

10:00 – 14:30 „MOŠĆENIČKA DRAGA SECRET“ Panorama Schifffahrt mit Besichtigung und Spaziergang



Begeben Sie sich im Hafenort OPATIJA an Bord der Tornado Blue und bewundern Sie die Küstenorte Opatija, Ičići, Ika, Lovran und Medveja, die an

uns vorbeiziehen! In Mošćenička Draga erwarten Sie die schönsten und längsten Strände der Kvarner-Bucht! Nach Anlegen des Schiffes im Hafen von Mošćenička Draga bereitet Ihnen Lili **eine kleine**

Überraschung: Die Besichtigung des „Haus des Meeres“! Danach können Sie nach Lust und Laune entlang der 800m langen Promenade spazieren oder zur ältesten Olivenmühle nach Mošćenice fahren, wo sich Ihnen ein wunderschöner Blick auf das Meer bietet. Auf der Rückfahrt servieren Ihnen Roni und Lili ein frisch zubereitetes **Fisch-Mittagessen mit Wein**. *Preis für Schiffsfahrt, Führung, Überraschung, 3-gängiges Mittagessen und Getränke: Euro 75,- pro Person. Transfer nach Mošćenice: Euro 7,- Eintritt mit Führung in die älteste Olivenmühle in Mošćenice Euro 6,- (direkt zu begleiten). Anmeldung an der Rezeption erbeten! Treffpunkt Hafen Opatija um 10:00. Die Tornado Blue ist für maximal 14 Personen zugelassen. Bezahlung direkt am Schiff in Euro. Seefahrt nur bei Schönwetter und Windstille!*

WICHTIG: Bitte geben Sie an der Rezeption Bescheid, ob Sie das Museum in Mošćenice besichtigen möchten, so dass wir rechtzeitig den Transfer organisieren können. Danke sehr!

SERENADA OPATIJI

Čuj serenadu
Opatijo bajna
biseru ti našeg mora

U tvom divnom skladu
ti lijepa si noću
prekrasna kada
svane zora
Tvoj val što se pruža
do vrtova ruža
o ljubavi šapće
noć i dan

Snivaj sad Opatijo bajna
ti si najljepša tajna
i moj ljubavni san

[IVO ROBIĆ - SERENADA
OPATIJI \(youtube.com\)](https://www.youtube.com/watch?v=...)

LOVRAN

Eto, tek sad se sjećan
onih ljeta, onih dana
bezbrizna smo djeca bili
starog sunčanog
Lovrana

Tu me moja nona stara
vadila kako se plava
tu san prvi put u tami
ljubio dva oka plava
Ref. 2x
Lovran, Lovran, gradić
mali u njemu nan niš ne
fali more, kamen i
sirene vino, ribe, život,
žene

Danas kad je kosa sijeda
i kad vise nema žara na
kraj mula sjedin ja i
moja dobra Bepina stara

Gledamo mi mladost
ovu kako žarko grli, ljubi
sjećamo se kad smo
mladi srce jedno
drugom dali

[Lovran Lovran gradic
mali \(youtube.com\)](https://www.youtube.com/watch?v=...)

Neu 2024: Wenn sie am Bord der Tornado Blue kroatisch singen lernen möchten, finden Sie hier die Worte zu den zwei Liedern. Eines über Opatija original gesungen von Ivo Robic und eines über Lovran.

➤ **Fit & Vital**

16:45-17:30 TRI-YOGA

Effektives Yoga Training ganz ohne Stress!

Jeder kann mitmachen, leichte bequeme Kleidung.

Treffpunkt: Veranstaltungsraum II

Teilnahme kostenfrei.

➤ **Weinpräsentation**

18:00-21:00 Winzer Ivica Dobrinčić (Weingut Šipun) besucht uns während des Abendessens im Restaurant. Die Weinpräsentation wird von unserem Sommelier Mato Švabić und unserer Sommelière Gordana Hajtić begleitet.

Weingut Šipun ist ein kleines Boutique- und sehr wichtiges Weingut in Vrbnik auf der Insel Krk, das von



dem angesehenen Agronomen Ivica Dobrinčić geführt wird. Das Weingut konzentriert sich auf die Wiederbelebung und Pflege alter kroatischer autochthoner Sorten der Kvarner-Region. Das Weingut Šipun produziert in den letzten Jahren Vrbnica Zlahtina von höchster Qualität und verschiebt damit die Grenzen des Wissens über das Potenzial der Sorte deutlich. Ihr Hauptgeschäftsfeld ist neben der Weinherstellung die Produktion von Weinreben und Rebstöcken, die für Vrbnicka polje wichtig sind. Neben žlahtina erlebten auch die rote autochthone kroatische Sorte Sansigot (Sušćan) und Trojiščina, die sie in einer rosa Sorte produzieren, eine große Rückkehr auf den Markt. Für die Erhaltung dieser fast vergessenen Sorten sind wahrscheinlich Herr Dobrinčić und sein Engagement für die Pflege dieser Sorten am Verdienstvollsten.

➤ **Musik & Unterhaltung**

Ab 19:00 Kvarner Abend mit den Sängern der „Klapa-Opatija“, die mit traditionellen kroatischen Liedern den Abend im Restaurant umrahmen.

Freitag, 24. Mai 2024

➤ *Fit & Vital*

07:30-08:30 GOLDEN AGE YOGA mit R. Reiner
Tri-Yoga für unsere Gäste im besten Alter!

Jeder kann mitmachen, leichte bequeme Kleidung.

Treffpunkt: Veranstaltungsraum II

Teilnahme kostenfrei.

➤ *Fit & Vital*

09:00-10:00 HORMON YOGA mit R. Reiner

Wir verbessern unser hormonelles Gleichgewicht

Jeder kann mitmachen, leichte bequeme Kleidung.

Treffpunkt: Veranstaltungsraum II

Teilnahme kostenfrei.

➤ *Opatija entdecken*

10:00-12:00 Stadtführung durch Opatija mit MLADEN

Treffpunkt: Hotelhalle. Teilnahme kostenfrei.

ANMELDUNG an der Rezeption erbeten.

All jene, die Opatija noch nicht kennen, sollten einen Stadtpaziergang nicht versäumen!

➤ *Unterwegs mit der Tornado Blue*

14:00 - 17:00 „LOVRAN SECRET“ Panorama
Schiffahrt mit Besichtigung und Spaziergang



Während der gemütlichen Panoramafahrt auf dem 126 Jahre alten und liebevoll renovierten Holzschiff Tornado Blue von Opatija bis Lovran, können Sie die prachtvollsten Villen aus der k.u.k.-Zeit vom Meer aus bewundern und Lili wird Ihnen verraten, wem diese einst gehörten. Während der Rückfahrt servieren Ihnen Roni und Lili eine leichte istrische Jause mit Prosciutto, Käse und Wein oder selbstgemachtem Holundersaft. Die legendären Palatschinken werden natürlich nicht fehlen!

Preis pro Person mit Führung, Jause und Getränken am Schiff: Euro 59,- pro Person. Anmeldung an der Rezeption erbeten. Mind. 8 und max. 14 Personen (gesetzliche Höchstzulassung).

➤ *Fit & Vital*

Ab 15:00 Saunaaufgüsse mit Saunameister Herbert Wippel in der finnischen Sauna beim Meerwasserpool

Die genauen Aufgusszeiten und -themen entnehmen Sie bitte auch den Anschlägen vor dem Poolbereich. Bitte finden Sie sich einige Minuten vor Beginn der Aufgüsse in der Sauna ein!



➤ *Fit & Vital*

Tea time im Miramar

16:00-16:30 Uhr Teeverkostung im Wellnessbereich mit Wellnessleiterin Vedrana



Ob ein perfekt ausgewogener Start in den Tag, eine kleine Auszeit mitten in einem hektischen und überfüllten Tag oder einfach als perfekte Ergänzung zu einer Wellnessbehandlung: Die Tee-Sorten des berühmten House of

Tea werden Sie nicht gleichgültig lassen. Lassen Sie sich von Qualität und Fülle exquisiter Geschmacksnuancen verführen und genießen sie die gesundheitlichen Benefits. Wir lassen die Tradition des Teetrinkens wieder aufleben und kombinieren sie mit unseren durchdachten Wellnessbehandlungen: Ergänzen sie Ihre Anti-Stress-Massage, Entschlackung-Anwendung oder eine belebende Gesichtsbehandlung mit entsprechenden Tees.

Kommen Sie und überzeugen Sie sich selbst!

➤ *Fit & Vital*

16:45-17:45 TRI-YOGA mit R. Reiner

Effektives Yoga Training ganz ohne Stress!

Jeder kann mitmachen, leichte bequeme Kleidung.

Treffpunkt: Veranstaltungsraum II

Teilnahme kostenfrei.

➤ *Kulinarik & Meer*

18:00 Kroatisch-österreichischer Abend in unserem Restaurant: Es erwartet Sie ein exquisites Dessertbuffet mit hausgemachten, österreichisch-kroatischen Süßspeisen wie Grießknöderln, Topfen- und Apfelstrudel, Apfelradl, Kaiserschmarren, uvm.!

➤ **Musik & Unterhaltung**

20:30 Musik und Tanz mit den DELLBOYS

Die Dellboys werden Sie in der Habsburgbar mit Rock 'n' Roll, Evergreen und Tanzmusik unterhalten! Diesen Abend sollten Sie nicht versäumen...

➤ **Kunst & Kultur**

20:30 „Reise in Rijekas Vergangenheit“ Lesung mit Wolfram Huber in der Hotelhalle

In ihrem kaum mehr erhältlichen biographischen Werk „Die Wellen“ mit dem viel informativeren Untertitel „Lebensbilder vergangener Zeiten“ schildert die aus dem damaligen Fiume (heute Rijeka) stammende Dora Lauffer die Schicksale ihrer Vorfahren und die Lebensbedingungen, denen die damalige Bevölkerung ausgesetzt war, angefangen von der immer wieder auftretenden Cholera bis hin zu dem schweren Los der Frauen, die das Lebensruder für die Familie selbst in die Hand nehmen mussten, wenn der Mann auf weiter und stets gefährlicher Seefahrt sein Grab in den Wellen gefunden hatte. Es war die Zeit des Niederganges der herrlichen Segelschiffahrt, die zuerst den Männern viel an Mut und Wissen abgefordert hat, von den Frauen aber nicht minder Einsatzkraft und -willen verlangte. Nie aufzugeben, war das Motto der ganzen Familie.

Und dennoch: „Man lebte in einem Rhythmus, der neben der harten Arbeit auch das Verweilen kannte, die Schönheit, den Frieden mit jedem Atemzug in sich hineinzuschöpfen. Der heutige Zustand vermag



keinen Begriff vom Glanz des alten Fiume zu geben...Alles war sauber und gepflegt, dazu kamen die Menschen, heiter, gut gekleidet, flankierend, promenierend. Dieser Wohlstand war freilich durch Armut erkauft, dem die untersten Schichten fast schutzlos preisgegeben waren.“

Verständlich, dass da der Schmuggel gedieh, und nicht nur in den unteren Schichten. Dazu luden die weiten Kleider der Frauen geradezu ein. Andererseits führte ihr Onkel etwas damals Unerhörtes ein: Er beteiligte seine Arbeiter und Angestellten prozentuell am Gewinn.

Somit gewährt der Abend interessante Einblicke in die Mentalität und Lebensauffassung längst vergangener Zeiten rund um Abbazia und Rijeka.

Dauer ca. eine Stunde.

Samstag, 25. Mai 2024

➤ **Fit & Vital**

Ab 15:00 Saunaaufgüsse mit Saunameister Herbert Wippel in der finnischen Sauna beim Meerwasserpool

Die genauen Aufgusszeiten und -themen entnehmen Sie bitte auch den Anschlägen vor dem Poolbereich. Bitte finden Sie sich einige Minuten vor Beginn der Aufgüsse in der Sauna ein!

Sonntag, 26. Mai 2024

➤ **Fit & Vital**

Ab 15:00 Saunaaufgüsse mit Saunameister Herbert Wippel in der finnischen Sauna beim Meerwasserpool

Die genauen Aufgusszeiten und -themen entnehmen Sie bitte auch den Anschlägen vor dem Poolbereich. Bitte finden Sie sich einige Minuten vor Beginn der Aufgüsse in der Sauna ein!

➤ **Musik & Unterhaltung**

Ab 18:30 unterhalten die Pešekani-Musiker während des Abendessens und danach in der Habsburgbar.