

# Oster-Erlebnisprogramm

Malerische Landschaft und das tiefblaue Traunsee-Panorama – der Frühling bringt neue Energie und macht Lust auf eine Auszeit im Das Traunsee – Das Hotel zum See. Unser vielseitiges Erlebnisprogramm sorgt dafür, dass jeder Aufenthalt zu etwas ganz Besonderem wird.

Und das Beste daran: Nicht nur das Das Traunsee, sondern auch die Post am See eröffnen neue Perspektiven und unvergessliche Erlebnisse. Unser Oster-Erlebnisprogramm lädt dazu ein, die Highlights aus allen Betrieben der Gröller Hospitality zu entdecken – exklusiv für Gäste beider Hotels.

## Unser Highlight - Osterpicknick

Ein liebevoll gepackter Wanderrucksack oder Picknickkorb für 2 Personen voller regionaler Spezialitäten lädt zu einem genussvollen Osterpicknick in der Natur ein. Ob am Seeufer, auf einer sonnigen Lichtung oder auf den Bergen – die frischen Köstlichkeiten machen jede Auszeit zu einem besonderen Erlebnis. Passende Routenempfehlungen sind erhältlich. Verfügbar auf Anfrage am Tag davor an der Rezeption.

T B



P P B G



Ortskern  
Halbinsel  
TRAUNKIRCHEN



You are here.



## Freitag, 11. April

- Yoga – All Levels | 08:30-09:30 Uhr | Yoga Room oder Frischluftdeck | Post am See
- Saunaaufguss "Frische des Frühlings" | 14:15-14:45 Uhr | SeeSPA | Das Traunsee
- Wine-Experience – "Die Rebsorten Österreichs" | 16:00-17:00 Uhr | Seestube | Das Traunsee
- Plattenfahrt mit Wolfgang Gröller | 17:00-18:00 Uhr | Stegbereich | Das Traunsee

## Samstag, 12. April

- Yoga – All Levels | 08:30-09:30 Uhr | Yoga Room oder Frischluftdeck | Post am See
- Saunaaufguss "Frische des Frühlings" | 14:15-14:45 Uhr | SeeSPA | Das Traunsee
- How to Negroni – Cocktail Workshop | 16:00-17:00 Uhr | Bar Belétage | Post am See | € 15,00

## Sonntag, 13. April

- Yoga – All Levels | 08:30-09:30 Uhr | Yoga Room oder Frischluftdeck | Post am See
- Inside Traunkirchen | 10:00-11:00 Uhr | Rezeption | Das Traunsee
- Saunaaufguss "Frische des Frühlings" | 14:15-14:45 Uhr | SeeSPA | Das Traunsee
- Guest Shift der Best Bar 2023 - 2025 "Truth & Dare" | ab 18:00 Uhr | Bar Belétage | Post am See

## Montag, 14. April

- Kakao Zeremonie „Neubeginn zu Ostern“ | 8:30-9:30 Uhr | Yoga Room | Post am See | € 25,00
- Yoga – All Levels | 13:00-14:15 Uhr | Yoga Room oder Frischluftdeck | Post am See
- Saunaaufguss "Frische des Frühlings" | 14:15-14:45 Uhr | Rooftop BergSPA | Post am See
- „Der Fischer & der Koch“ - Culinary Workshop | 16:00-17:00 Uhr | Kitchen Counter | Post am See

## Dienstag, 15. April

- Yoga – All Levels | 08:30-09:30 Uhr | Yoga Room oder Frischluftdeck | Post am See
- Breathwork-Session "Frühlingserwachen" | 15:00-16:00 Uhr | Yoga Room | Post am See
- Saunaaufguss "Frische des Frühlings" | 14:15-14:45 Uhr | SeeSPA | Das Traunsee

## Mittwoch, 16. April

- Yoga – All Levels | 08:30-09:30 Uhr | Yoga Room oder Frischluftdeck | Post am See
- Strudel-Party - Culinary Workshop | 11:00-12:00 Uhr | Kitchen Counter | Post am See
- How to Negroni – Cocktail Workshop | 16:00-17:00 Uhr | Bar Belétage | Post am See | € 15,00

## Donnerstag, 17. April

- Yoga – All Levels | 08:30-09:30 Uhr | Yoga Room oder Frischluftdeck | Post am See
- Saunaaufguss "Frische des Frühlings" | 14:15-14:45 Uhr | Rooftop BergSPA | Post am See
- „Fisch räuchern“ - Culinary Workshop | 16:00-17:00 Uhr | Hafen | Das Traunsee
- Plättenfahrt mit Wolfgang Gröller | 17:00-18:00 Uhr | Stegbereich | Das Traunsee
- Schnaps Stories | 20:00-21:00 Uhr | Social Wine Bar | Post am See

## Freitag, 18. April

- Yoga – All Levels | 08:30-09:30 Uhr | Yoga Room oder Frischluftdeck | Post am See
- Saunaaufguss "Frische des Frühlings" | 14:15-14:45 Uhr | SeeSPA | Das Traunsee
- Wine-Experience – "Die Rebsorten Österreichs" | 16:00-17:00 Uhr | Seestube | Das Traunsee
- Kakao Zeremonie „Neubeginn zu Ostern“ | 17:00-18:00 Uhr | Yoga Room | Post am See | € 25,00

## Samstag, 19. April

- Breathwork-Session "Frühlingserwachen" | 8:30-9:30 Uhr | Yoga Room | Post am See
- Saunaaufguss "Frische des Frühlings" | 14:15-14:45 Uhr | Rooftop BergSPA | Post am See
- Belétage Dinner Club | 18:30 - late night | Bar Belétage | Post am See

## Sonntag, 20. April

- Yoga – All Levels | 08:30-09:30 Uhr | Yoga Room oder Frischluftdeck | Post am See
- Inside Traunkirchen | 10:00-11:00 Uhr | Rezeption | Das Traunsee
- Eierpecken-Wettbewerb | 15:00 Uhr | Belétage | Post am See
- Saunaaufguss "Frische des Frühlings" | 14:15-14:45 Uhr | SeeSPA | Das Traunsee

## Montag, 21. April

- Yoga – All Levels | 8:30-09:30 Uhr | Yoga Room oder Frischluftdeck | Post am See
- Kartoffel-Sauerteig-Backen - Culinary Workshop | 11:00-12:00 Uhr | Kloster Traunkirchen
- Saunaaufguss "Frische des Frühlings" | 14:15-14:45 Uhr | BergSPA | Das Traunsee
- „Der Fischer & der Koch“ - Culinary Workshop | 16:00-17:00 Uhr | Kitchen Counter | Post am See

## Well-being experiences

### **Saunaaufguss „Frische des Frühlings“**

Dieser wohltuende Aufguss bringt die Leichtigkeit und Frische des Frühlings in die Sauna. Die harmonische Kombination aus Bergamotte, Lavendel und Geranie verströmt einen sanft blumigen und zugleich belebenden Duft. Während die Wärme den Körper entspannt, sorgt die frische Zitrusnote der Bergamotte für neue Energie, Lavendel bringt Ruhe und Ausgeglichenheit, und Geranie verleiht eine sanfte, florale Frühlingsfrische. Eine wohltuende Auszeit, die das Erwachen der Natur spürbar macht.

### **Yoga – All Levels**

Eine wohltuende Yoga-Stunde, die Balance und innere Ruhe fördert und für alle Erfahrungsstufen geeignet ist. Sanfte Bewegungen, fließende Atemübungen und entspannende Dehnungen bringen Körper und Geist in Einklang. Die Praxis schafft Raum für Leichtigkeit und neue Energie – eine wertvolle Auszeit im Rhythmus des Frühlings.

### **Breathwork Session – „Frühlingserwachen“**

Eine geführte Atemreise, die neue Energie bringt und den Übergang in die lebendige Jahreszeit unterstützt. Der Atem wird genutzt, um die Schwere des Winters hinter sich zu lassen, innere Klarheit zu schaffen und frische Lebenskraft zu wecken. Sanfte Techniken fördern Leichtigkeit und Offenheit, während der Rhythmus des Frühlings spürbar wird. Eine Einladung, sich mit neuer Zuversicht und frischer Inspiration dem Wandel der Natur anzupassen.

### **Kakao-Zeremonie „Neubeginn zu Ostern“**

Ostern symbolisiert Erneuerung, Hoffnung und den Beginn eines neuen Zyklus. Diese besondere Kakao Zeremonie lädt dazu ein, innezuhalten und die frische Energie des Frühlings bewusst zu empfangen. Während der wärmende Ritualkakao das Herz öffnet, entsteht Raum für Reflexion, Loslassen und Neuausrichtung. Eine Zeremonie, die die Symbolik von Ostern aufgreift und mit Leichtigkeit, Dankbarkeit und innerer Klarheit in eine neue Phase begleitet.

## Cultural experiences

### **Inside Traunkirchen**

Eine besondere Tour durch das malerische Traunkirchen, die die Schönheit des Traunsees und die einzigartige Atmosphäre der Ortschaft erlebbar macht. Historische Gassen, beeindruckende Ausblicke und verborgene Geschichten machen diesen Rundgang zu einem besonderen Erlebnis – eine Gelegenheit, Traunkirchen aus einer neuen Perspektive zu entdecken.

### **Plättenfahrt mit Wolfgang Gröller**

Eine entspannte Bootsfahrt am Traunsee auf einer traditionellen Traunsee-Plette – einem flachen Holzboot, das seit Jahrhunderten für Fahrten auf dem See genutzt wird. Begleitet von Geschichten aus der Region eröffnet sich eine neue Perspektive auf die beeindruckende Landschaft. Ein ausgewähltes Getränk an Bord rundet das Erlebnis ab. Die Durchführung erfolgt wetterabhängig.

### **Ostermessen in Traunkirchen**

Die feierlichen Ostermessen in der Pfarrkirche Maria Krönung sind ein besonderer Bestandteil der Osterzeit. Umgeben von der historischen Kulisse und der berühmten Fischerkanzel wird die österliche Botschaft in stimmungsvollen Gottesdiensten zelebriert. Feierliche Musik und regionales Brauchtum verleihen den Messen eine eindrucksvolle Atmosphäre. Detaillierte Informationen zu den Messzeiten sind an der Rezeption und in der Morgenpost erhältlich.

## Culinary experiences

### **„How to Negroni – Cocktail Workshop**

Ein exklusiver Cocktail-Workshop mit Barchef Marcus Volsa aus der Belétage Bar, die im Falstaff Barguide 2025 als „Eröffnung des Jahres“ ausgezeichnet wurde. Schritt für Schritt und mit viel Raffinesse wird die Kunst der perfekten Negroni-Zubereitung vermittelt. Von der Auswahl hochwertiger Zutaten bis zur perfekten Balance der Aromen – ein einzigartiges Erlebnis für alle, die klassische Cocktails neu entdecken möchten.

### **Schnaps Stories**

Feine regionale Schnäpse treffen auf spannende und humorvolle Geschichten rund um die Schnapstradition im Salzkammergut. Hotelchef Wolfgang Gröller gibt Einblicke in die Kunst des Brennens und die Besonderheiten der regionalen Destillate. Ein Abend voller Genuss und Unterhaltung, der die Kultur der Region auf charmante Weise erlebbar macht. Die köstlichen Schnäpse sind vor Ort erhältlich.

### **Wine Experience - "Die Rebsorten Österreich's"**

Eine Reise durch die facettenreiche Welt der österreichischen Weine, begleitet von Katharina Gnigler, ausgezeichnet von Gault Millau als „Sommelier des Jahres 2025“ und ihrem Team. Mit fachkundiger Expertise werden die einzigartigen Rebsorten Österreichs vorgestellt, ihre Aromenvielfalt erkundet und die Geschichten hinter den edlen Tropfen erlebbar gemacht. Eine perfekte Verbindung von Wissen und Genuss – für Weinliebhaber und jene, die es noch werden möchten.

### **„Der Fischer & der Koch“ - Culinary Workshop**

Ein kulinarischer Einblick in die Fischkultur des Traunsees, begleitet von Küchenchef Lukas Nagl und seinem Team sowie einem erfahrenen Fischer aus der Region. Wertvolle Tipps zur Kunst des Filetierens und zur Zubereitung von fangfrischem Fisch machen die heimische Kulinarik auf besondere Weise erlebbar. Als Highlight rundet eine Verkostung des Tagesfangs das Geschmackserlebnis ab – direkt aus den Tiefen des Traunsees.

### **Kartoffel-Sauerteig-Brot Backen – Culinary Workshop**

Ein Einblick in das traditionelle Brotbackhandwerk mit Kartoffel-Sauerteig, der dem Brot seine besondere Konsistenz und sein einzigartiges Aroma verleiht. Nach dem Backen wird das frische Brot mit klassischem Erdäpfelkas, traditionellem Osterschinken und gekochten Eiern gemeinsam verkostet – eine kulinarische Hommage an die Osterzeit.

### **Osterlicher Eierpecken-Wettbewerb**

Ein traditionelles Ostervergnügen für Hotelgäste beider Häuser: Beim Eierpecken treten die Teilnehmer in Duellen gegeneinander an. Zwei Eier werden an den Spitzen zusammengeschlagen – das unversehrte Ei kommt eine Runde weiter. So geht es weiter, bis das stärkste Ei feststeht. Eine gesellige Runde mit herzhaften Osterköstlichkeiten sorgt für den passenden Rahmen. Als Preis für das Gewinner-Ei winkt ein „Sunday Quickie“ für zwei Personen im Hotel Post.

### **„Fisch räuchern“ – Culinary Workshop**

Ein Einblick in die traditionelle Kunst des Fischräucherns, begleitet von regionalem Fachwissen und handwerklichem Geschick. Schritt für Schritt wird gezeigt, wie fangfrischer Fisch durch die richtige Technik und Auswahl der Räucherzutaten sein unverwechselbares Aroma erhält. Zum Abschluss lädt eine Verkostung des frisch geräucherten Fisches dazu ein, die intensiven Geschmacksnuancen zu genießen.