

Montag 29.12.	Dienstag 30.12.	Mittwoch 31.12.	Donnerstag 01.01.	Freitag 02.01.	Samstag 03.01.	Sonntag 04.01.
		Silvester	Neujahrstag			
08:15-09:00 Ismakoglie mit Vera Nessler Veranstaltungsraum I	08:15-09:00 Ismakoglie mit Vera Nessler Veranstaltungsraum I	08:15-09:00 Ismakoglie mit Vera Nessler Veranstaltungsraum I		08:15-09:00 Ismakoglie mit Vera Nessler Veranstaltungsraum I	08:15-09:00 Ismakoglie mit Vera Nessler Veranstaltungsraum I	08:15-09:00 Ismakoglie mit Vera Nessler Veranstaltungsraum I
09:00-10:00 Workshop „Der Gestresste Rücken“ mit Gabriele Danningering im Veranstaltungsraum II	09:00-10:00 Workshop „Der Gestresste Rücken“ mit Gabriele Danningering im Veranstaltungsraum II	09:00-10:00 Workshop „Der Gestresste Rücken“ mit Gabriele Danningering im Veranstaltungsraum II	09:00-10:00 Workshop „Der Gestresste Rücken“ mit Gabriele Danningering im Veranstaltungsraum II	09:00-10:00 Workshop „Der Gestresste Rücken“ mit Gabriele Danningering im Veranstaltungsraum II	09:00-10:00 Workshop „Der Gestresste Rücken“ mit Gabriele Danningering im Veranstaltungsraum II	
10:00 Stadtführung in Opatija mit Barbara Treffpunkt: Hotelhalle	12:00-17:30 Miramar Friseur & Beauty Studio in unserem Wellnessbereich!	12:00-17:30 Miramar Friseur & Beauty Studio in unserem Wellnessbereich!	8:30-11:30 Verlängertes Frühstücksbuffet Der Wellnessbereich ist HEUTE ab 11:00 geöffnet	10:00-11:00 Workshop „5 Säulen der Gesundheit“ mit Gabriele Danningering im Veranstaltungsraum II	10:00 Stadtführung in Opatija mit Barbara Treffpunkt: Hotelhalle	
13:00-15:00 Mittags-Lunchbuffet im Restaurant	13:00-15:00 Mittags-Lunchbuffet im Restaurant	13:00-15:00 Mittags-Lunchbuffet im Restaurant	13:00-15:00 Mittags-Lunchbuffet im Restaurant	13:00-15:00 Mittags-Lunchbuffet im Restaurant	13:00-15:00 Mittags-Lunchbuffet im Restaurant	13:00-15:00 Mittags-Lunchbuffet im Restaurant
Ab 15:00 Saunaaufgüsse mit Saunameister Bernd Gritschacher	Ab 15:00 Saunaaufgüsse mit Saunameister Bernd Gritschacher	Ab 15:00 Saunaaufgüsse mit Saunameister Bernd Gritschacher	Ab 15:00 Saunaaufgüsse mit Saunameister Bernd Gritschacher	16:00-16:45 Ismakoglie mit Vera Nessler Veranstaltungsraum I		16:00-16:45 Ismakoglie mit Vera Nessler Veranstaltungsraum I
16:00-16:45 Ismakoglie mit Vera Nessler Veranstaltungsraum I	09:00 – ca. 14:00 Ausflug mit Barbara nach MOTOVUN		18:30 Direktorin Valentina Madejski lädt zum Neujahrsempfang in der Hotelhalle ein Anschl. Galadiner im Restaurant/BAR PROSIT 2026. Tombola, Roulette, Musik mit Silvio Samoni & Parapluie , Mitternachtswalzer & großes Silvesterfeuerwerk	17:30 Welcome-Empfang am Miramar-Adventmarkt auf den Terrassen am Meer - Glühwein und Punsch		15:00-18:00 Ausflug mit Barbara auf den festlich beleuchteten Tisat mit Besuch des Klosters und des Adventmarktes
	20:30 "Gatsby Party" – ist das Motto zum Bauernsilvester. Den Abend umramt "Parapluie" mit Liedern und sorgt für Stimmung und gute Laune		20:30 Neujahrskonzert in der Hotelhalle mit Opernsängern aus Rijeka	10:30-ca. 13:00 Wanderausflug entlang der Carmen-Sylvia-Promenade mit Barbara	20:30 1. Miramar-Neujahrskonzert in der Hotelhalle unter der Leitung von prof. Peter Wächter	20:30 2. Miramar-Neujahrskonzert in der Hotelhalle unter der Leitung von prof. Peter Wächter
21:00 Musik und Unterhaltung mit den Parapluie in der Habsburgbar			21:00 Musik und Unterhaltung mit den Parapluie in der Habsburgbar			



Unser Miramar-Adventmarkt auf den Meerterrassen am Meer ist täglich von 12:00–17:00 geöffnet
Am 31.12.2025 & 06.01.2026. ist unser Miramar-Adventmarkt geschlossen!



HOTEL-PROGRAMM

Liebe Gäste!

Willkommen im Hotel Miramar



Es ist mir eine große Freude, Sie wieder bei uns im Hotel Miramar begrüßen zu dürfen! Wie wir schon im letzten Jahr bei unseren Welcome Cocktails und auch in persönlichen Gesprächen angekündigt haben, können wir nun mit vollem stolz verkünden, was wir alles für unsere Gäste in sehr kurzer Zeit erneuert haben.

Wenn Sie durch unseren Garten spazieren, werden Sie den neuen, schönen Weg bemerken, der nicht nur die Atmosphäre belebt, sondern auch einen einladenden Zugang zu unseren Einrichtungen bietet. Außerdem wird Ihnen die neue Beleuchtung in den Abendstunden ins Auge fallen und eine zauberhafte Stimmung erzeugen.

Unser Meerwasserpool hat nicht nur eine technische Renovierung erfahren, sondern auch das gesamte Umfeld wurde verbessert. Der Pool sowie der Whirlpool laden Sie ein, sich in unserem neuen Ambiente zu erfrischen und die Annehmlichkeiten zu genießen.

Alle Zimmer wurden mit neuen Fernsehern ausgestattet, die nun noch mehr deutschsprachige Sender bieten. So können Sie sich nach einem erlebnisreichen Tag bequem entspannen und Ihre Lieblingssendungen schauen. Auch unser Wintergarten/Orangerie erstrahlt in neuem Glanz und lädt zum Verweilen ein.

Eines haben wir jedoch nicht umgestellt: Auf vielfachen Wunsch bleibt unser bewährtes Schlüsselsystem erhalten, denn Key Cards passen einfach nicht zum Charme des Miramar. Ich weiß, wie wichtig Ihnen diese Tradition ist.

Ein besonderes Highlight im Jahr 2025 wird unser Kultur- und Unterhaltungsprogramm sein. Das Hotel Miramar

legt großen Wert auf Kunst und Musik, weshalb wir in enger Zusammenarbeit mit unseren Gästen ein ganz besonderes Programm für Sie zusammengestellt habe. Freuen Sie sich auf unvergessliche Abende voller Inspiration und Unterhaltung.

Wir sind überzeugt, dass Sie unsere Verbesserungen bei Ihrem Aufenthalt zu schätzen wissen und wir wünschen Ihnen wunderschöne Tage bei uns im Hotel Miramar...

Ihr Miramar-Management!

Allgemeine Informationen

Öffnungszeiten MIRAMAR SPA und POOLS

Wellness-Rezeption: 09:00–18:00

Therapien und Behandlungen: 09:00–18:00

Sonntags:

Wellness-Rezeption: 10:00–18:00

Therapien und Behandlungen: 10:00–18:00

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 08:30 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 09:00 – 23:00

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 deutsche-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 Operationstechniken 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“

steht auf vier Säulen: **Detox, Antistress, Antiaging und Kosmetik.**

Frühlingsfit mit unseren Detoxbehandlungen

PHARMOS NATUR ~ ALOE VERA, DIE KÖNIGIN DER HEILPFLANZEN

Während Wasser Pflegestoffe nur oberflächlich vermitteln kann, transportiert der 100-prozentige »Aloe-Vera-BioUrsaft« in Pharmos-Natur-Produkten reparierende und regenerierende Pflanzennährstoffe tief in die Zellstruktur. Das Highlight unserer Behandlungen ist die Anwendung eines **Aloe-Vera-Frischpflanzenblattes**.

Für Körper

PHARMOS NATUR – PACKUNG »Detox«

30 min. € 55,-

Genießen Sie Bodystyling auf Basis exklusiver Kräuteröle und Bio-Aloe-Vera. Der Wirkstoffkomplex dieser Packung wird von der Haut rasch aufgenommen, aktiviert den Lymphfluss, strafft das Gewebe und mildert Cellulite. **Gepflegt, geglättet und genährt zeigt sich die Haut danach deutlich erfrischt.**

und Gesicht

PHARMOS NATUR – »Detox« – Superior

60 min. € 98,-

Aloe Vera wirkt im Zusammenspiel mit europäischen Kräutern intensiv entgiftend über die Lymphe und stärkt das Bindegewebe. Für eine klare, gut tonisierte Haut, gefestigte Konturen und gemilderte Äderchen.



Tut einfach gut ...

Wir haben MIRAMAR dem Anlass gemäß festlich geschmückt. Die MIRAMAR Weihnachts-krippe, ein Unikat der „Kreativ Werkstatt G & W“ aus Pörtlach in Kärnten, in mühevoller Kleinarbeit für uns geschaffen - handgefertigt von Robert Gritschke und Christina Weiß – darf natürlich in unserer Hotelhalle auch heuer nicht fehlen.



Danke für Ihre Bewertung!

Liebe Gäste!

Wir bedanken uns, dass Sie Ihre wertvollen Urlaubstage bei uns verbringen. Wir sind stets bemüht Ihre Erwartungen zu erfüllen und hoffen, dass wir sie dieses Mal sogar übertreffen! Wir würden uns sehr über eine Bewertung freuen! Lassen Sie uns wissen, wie gut es Ihnen bei uns gefällt und was Sie an unserem Wellness-Resort besonders lieben!

HolidayCheck



08:15-09:00 Ismakogie mit Vera Nessler

Ismakogie: Leichte Übungen und Koordinationsbewegungen halten Ihren Körper frisch und lebendig. Wir beginnen gemeinsam von den Zehenspitzen und arbeiten uns nach oben bis zum Gesicht. Das innere Gleichgewicht wird geschult, Fehlhaltungen verbessert, Verspannungen gelöst, Prävention wird zur Freude.

Treffpunkt: Veranstaltungsraum I oberhalb des Fitnessraums. Teilnahme kostenfrei.

Mittags-Lunch

13:00-15:00 Im Rahmen der **erweiterten Genießer-Halbpension** verwöhnen wir Sie mit einer kleinen Auswahl an kalten und warmen Speisen vom Buffet – Mittags-Lunchbuffet im Restaurantbereich.

Trsat Advent entdecken

15:00 - ca. 18:00 Ausflug zum festlich geschmückten Burgberg Gradina-Trsat, oberhalb von Rijeka Eine einmalige Beleuchtung am Trsat – 100.000 Lichter lassen den Burgberg oberhalb von Rijeka erstrahlen. Winter,

Weihnachts- und Neujahrstimmung mit besonderem Flair. Barbara wird Sie zu diesem Ausflug begleiten und Ihnen auch das Kloster und die Kirche am Trsat zeigen. Die Kirche und das Franziskanerkloster Trsat in Rijeka sind der Muttergottes Maria geweiht. Die Kirche stammt aus dem 14. Jahrhundert. Vor dem Heiligtum kniet eine monumentale Statue von Papst Johannes Paul II, der Trsat besuchte. Anmeldung zum Ausflug an der Rezeption bis spätestens 12:00 am Tag des Ausflugs. Rückkehr bis ca. 18:00. Treffpunkt: Hotelhalle um 15h00. Kosten: Euro 39,- pro Person für Fahrt und Reiseleitung. Mind. Anzahl der Teilnehmer: 4 Personen. ACHTUNG: Es wird nur bei trockenem Wetter gefahren. Bei zu regnerischem oder stürmischem Wetter wird der Ausflug abgesagt – leichter Regen ist nicht störend. Min. 4 Pax – schnell anmelden!

Fit & Vital**16:00-16:45 Ismakogie mit Vera Nessler**

Ismakogie: Leichte Übungen und Koordinationsbewegungen halten Ihren Körper frisch und

lebendig. Wir beginnen gemeinsam von den Zehenspitzen und arbeiten uns nach oben bis zum Gesicht. Das innere Gleichgewicht wird geschult, Fehlhaltungen verbessert, Verspannungen gelöst, Prävention wird zur Freude.

Treffpunkt: Veranstaltungsraum I oberhalb des Fitnessraums. Teilnahme kostenfrei.

Musik & Kultur**20:30 ILMIRAMAR NEUJAHRSKONZERT**

unter der Leitung von **Professor Peter Wächter** in der Miramar – Hotelhalle.



Unser Miramar-Adventmarkt auf den Meerterrassen am Meer ist täglich von 12:00–17:00 geöffnet

Am 31.12.2025. & 06.01.2026 ist unser Miramar-Adventsmarkt geschlossen!

WELLNESS & SPA

Bereits im Jahr 1889 wurde Opatija zum heilklimatischen Kurort ernannt. Weitgehend von allergenen Partikeln befreit, ist das Mikroklima hier so positiv stimulierend, dass Menschen mit Asthma, Bronchitis oder Allergien meistens eine deutliche und nachhaltige Besserung verspüren:

Wohlfühlhormone werden vermehrt produziert, das Immunsystem gestärkt, der Blutdruck reguliert, die Konzentrations- und Leistungsfähigkeit erhöht. **Das lokale Reizklima wirkt sich auch positiv auf die Haut aus und fördert gesunden Schlaf.** Alles wissenschaftlich erwiesen. Grundsätzlich tut also die bloße Anwesenheit in unserer Region gut, wobei Bewegung die Wirkung ebenso fördert, wie eine gezielte Unterstützung durch therapeutische Maßnahmen. Wir freuen uns über dieses naturgegebene Geschenk! Unser Spa-Angebot basiert auf Wellness als Lebensstil und

YOGA und mehr ...

DIE BOTSCHAFT DES KÖRPERS

5 SÄULEN DER GESUNDHEIT

Workshops und Kurse für Ihren gestressten Rücken

mit Dr. GABRIELE DANNINGER

vom 24.12. bis 03.01.2026

Der Rücken ist die Stütze unseres Körpers. Rückenschmerzen! Fast jeder kennt sie und nur wenige tun etwas dagegen. Viele Menschen spüren die Auswirkungen auf die Lebensqualität erst dann, wenn der Körper aus der Balance gerät!

In meinen Workshops und Yoga-Einheiten erlernen Sie einfache Körperübungen zur Stärkung der Rückenmuskulatur für den Alltag. Wir beschäftigen uns mit den psychosomatischen Ursachen von Krankheiten, deren Auswirkungen auf die Gesundheit und Sie erhalten wertvolle Tipps für einen „rückenfreundlichen“ Umgang für zu Hause.

- Rückentraining
- Lockerung muskulärer Blockaden
- Entspannungsübungen zur Stärkung des Wohlbefindens
- Gesundheitsbilder entwerfen
- Das innere Gleichgewicht finden

„Ismakogie – Bewegung, Schwingung, Verbindung“ „Schwungvoll in den Tag“

Wie viele Sehnen, Bänder, Muskeln und Gelenke unser Körper doch hat!

Leichte Übungen und Koordinationsbewegungen halten Ihren Körper frisch und lebendig. Wir beginnen gemeinsam von den Zehenspitzen und arbeiten uns nach oben bis zum Gesicht. Das innere Gleichgewicht wird geschult, Fehlhaltungen verbessert, Verspannungen gelöst, Prävention wird zur Freude.

- ❖ Gehen wird zur Übung
- ❖ Sitzen elegant wahrnehmen

- ❖ Stehen mit bewusster Haltung
- ❖ Atmen im Rhythmus des Lebens
- ❖ Innere Mitte als Entdeckung spüren



Jede Einheit wird individuell auf die Gruppe abgestimmt - auf Wünsche wird speziell eingegangen
Mit Wohlbefinden & Energie zum Frühstück

Das „Spüren“ und die „Achtsamkeit“ mit dem eigenen Körper ist das Wesen der Ismakogie

„WIR“ schenken dem Tag ein Lächeln

TRAINERIN: Vera Nessler ist staatlich geprüfte, zertifizierte Ismakogie-Trainerin. Sie arbeitet seit Jahren erfolgreich mit unterschiedlichen Gruppen aller Altersstufen.

„Workshop Füße“

NEU im Miramar:

Wie geht es unseren Füßen?

Welche Verantwortung haben unsere Füße?

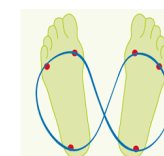
Was können wir täglich „Gutes“ tun für unsere Füße?

Mit fundiertem Wissen, einfachen Übungen und verschiedenen Hilfsmitteln widmet sich Vera gezielt der faszinierenden Landkarte unserer Füße.

Entdecken Sie mit ihr, wie gut sich unser Fundament des Körpers danach anfühlt! Vera freut sich, diese neue und bereichernde Einheit nun auch im Miramar anbieten zu dürfen.

Am Schluss des Workshops möchte Vera zusätzlich Zeit für Stresspunkte nehmen und Atem/Entspannungsübungen einfließen lassen.

Lassen Sie sich überraschen!



Sonntag, 28. Dezember 2025

Fit & Vital

08:15-09:00 Ismakogie mit Vera Nessler

Ismakogie: Leichte Übungen und Koordinationsbewegungen halten Ihren Körper frisch und lebendig. Wir beginnen gemeinsam von den Zehenspitzen und arbeiten uns nach oben bis zum Gesicht. Das innere Gleichgewicht wird geschult, Fehlhaltungen verbessert, Verspannungen gelöst, Prävention wird zur Freude.

Treffpunkt: Veranstaltungsraum I oberhalb des Fitnessraums. Teilnahme kostenfrei.

Fit & Vital

08:15-09:00 ERWACHEN MIT YOGA mit Dr. Gabriele Danninger

Ideal für Anfänger und Fortgeschrittene, die eine tiefe Entspannung und ein gesteigertes Wohlbefinden suchen. Gönnen Sie sich eine Auszeit für mehr Wohlbefinden während Ihres Aufenthalts!

Dr. Gabriele Danninger, Coach, Psychotherapeutin, ärztlich geprüfte Yogalehrerin, Trainerin.

Teilnahme kostenfrei. Leichte bequeme Kleidung.

Treffpunkt: Veranstaltungsraum II

Mittags -Lunch

13:00-15:00 Im Rahmen der **erweiterten Genießer-Halbpension** verwöhnen wir Sie mit einer kleinen Auswahl an kalten und warmen Speisen vom Buffet – Mittags-Lunchbuffet im Restaurantbereich.

Fit & Vital

Ab 15:00 Saunaaufgüsse mit Saunameister Bernd Gritschacher in der finnischen Sauna beim Meerwasserpool

15:00 Uhr Am Carmen Sylva Weg

16:00 Uhr Am Weihnachtsmarkt

17:00 Uhr Klangschalen-Meditation

Advent Paint & Fun-Kunstworkshop

15:00–17:00 Tauchen Sie in eine kreative Adventsstunde voller Wärme und Weihnachtszauber ein. Ob draußen in winterlicher Luft oder gemütlich in der Hotelhalle – wir laden Sie zu einem besonderen Malerlebnis ein.

Lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf, während Sie Ihr eigenes Adventskunstwerk gestalten.

Die Teilnehmerzahl ist auf 12 Personen begrenzt – schnell anmelden! **Anmeldung an der Rezeption bis einschl. Samstag, den 27.12. bis 18:00**

Preis pro Person € 35,-

Musik & Unterhaltung

Ab 21:00 Die Tanzband Parapluie sorgt für Stimmung und gute Laune auf der Showbühne der Habsburgbar!

Montag, 29. Dezember 2025

Fit & Vital

08:15-09:00 Ismakogie mit Vera Nessler

Treffpunkt: Veranstaltungsraum I oberhalb des Fitnessraums. Teilnahme kostenfrei.

Fit & Vital

09:00-10:00 Workshop „Die Botschaft des Körpers -

Der gestresste Rücken“ mit Dr. Gabriele Danninger

Die Psychotherapeutin, Trainerin und ärztlich geprüften Yogalehrerin Dr. Gabriele Danninger zeigt Ihnen ein effektives Rückentraining und

Entspannungsübungen zur Lockerung muskulärer Blockaden und zur Stärkung des Wohlbefindens – jeder kann mitmachen und auch zu Hause weiterüben.

Jeder kann mitmachen, leichte bequeme Kleidung.

Wo: Im Veranstaltungsraum II

Teilnahme kostenfrei.

Opatija entdecken

10:00-12:00 Stadtführung durch Opatija mit Barbara.



Treffpunkt: Hotelhalle. Teilnahme kostenfrei. **ANMELDUNG an der Rezeption erbeten. All jene, die Opatija noch nicht kennen, sollten einen Stadtspaziergang nicht ver-**

säumen!!! Sie lernen auf dem ca. 1 ½ -2 stündigen Spaziergang das historische Städtchen mit seinen versteckten Plätzen kennen. Der Ort mit seinen rund 13.000 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

ist nicht allzu schwierig – es werden ca. 6 km marschiert – rutschfestes Schuhwerk ist empfehlenswert für den Waldweg.

Mittags -Lunch

13:00-15:00 Im Rahmen der **erweiterten Genießer-Halbpension** verwöhnen wir Sie mit einer kleinen Auswahl an kalten und warmen Speisen vom Buffet – Mittags-Lunchbuffet im Restaurantbereich.

Fit & Vital

16:00-16:45 Ismakogie mit Vera Nessler

Ismakogie: Leichte Übungen und Koordinationsbewegungen halten Ihren Körper frisch und lebendig. Wir beginnen gemeinsam von den Zehenspitzen und arbeiten uns nach oben bis zum Gesicht. Das innere Gleichgewicht wird geschult, Fehlhaltungen verbessert, Verspannungen gelöst, Prävention wird zur Freude.

Treffpunkt: Veranstaltungsraum I oberhalb des Fitnessraums. Teilnahme kostenfrei.

Welcome-Glühwein

17:30 **Welcome-Glühwein** am Weihnachtsmarkt. Direktorin Valentina Madejski lädt zu einem **Welcome-Glühwein** oder alkoholfreien Punsch am Adventmarkt auf die Habsburgbar-Terrassen und heißt unsere Gäste Willkommen.

Nur bei trockenem, windstillen Wetter – ansonsten Treffpunkt in der Hotelhalle.

Samstag, 03. Januar 2026

Fit & Vital

08:15-09:00 Ismakogie mit Vera Nessler

Ismakogie: Leichte Übungen und Koordinationsbewegungen halten Ihren Körper frisch und lebendig. Wir beginnen gemeinsam von den Zehenspitzen und arbeiten uns nach oben bis zum Gesicht. Das innere Gleichgewicht wird geschult, Fehlhaltungen verbessert, Verspannungen gelöst, Prävention wird zur Freude.

Treffpunkt: Veranstaltungsraum I oberhalb des Fitnessraums. Teilnahme kostenfrei.

Fit & Vital

09:00-10:00 Workshop „Die Botschaft des Körpers -

Der gestresste Rücken“ mit Dr. Gabriele Danninger

Die Psychotherapeutin, Trainerin und ärztlich geprüften Yogalehrerin Dr. Gabriele Danninger zeigt Ihnen ein effektives Rückentraining und

Entspannungsübungen zur Lockerung muskulärer Blockaden und zur Stärkung des Wohlbefindens – jeder kann mitmachen und auch zu Hause weiterüben.

Jeder kann mitmachen, leichte bequeme Kleidung.

Wo: Im Veranstaltungsraum II

Teilnahme kostenfrei.

Opatija entdecken

10:00-12:00 Stadtführung durch Opatija mit Barbara.



Treffpunkt: Hotelhalle. Teilnahme kostenfrei. **ANMELDUNG an der Rezeption erbeten. All jene, die Opatija noch nicht kennen, sollten einen Stadtspaziergang nicht versäumen!!!**

Sie lernen auf dem ca. 1 ½ -2 stündigen Spaziergang das historische Städtchen mit seinen versteckten Plätzen kennen. Der Ort mit seinen rund 13.000 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.

Mittags -Lunch

13:00-15:00 Im Rahmen der **erweiterten Genießer-Halbpension** verwöhnen wir Sie mit einer kleinen Auswahl an kalten und warmen Speisen vom Buffet – Mittags-Lunchbuffet im Restaurantbereich.

Musik & Kultur

20:30 **LMIRAMAR NEUJAHRSKONZERT**

unter der Leitung von **Professor Peter Wächter**

in der Miramar – Hotelhalle.

Sonntag, 04. Januar 2026

Fit & Vital

Kultur & Musik

20:30 Neujahrskonzert in der Hotelhalle mit Sängern der Rijeka Oper

Lassen Sie sich entführen in die Welt der Oper und Operette – dazu einige weihnachtliche Klänge. Eintritt frei.

Musik & Unterhaltung

Ab 21:00 Die Tanzband Parapluie sorgt für Stimmung und gute Laune auf der Showbühne der Habsburgbar!

Freitag, 02. Januar 2026

Fit & Vital

08:15-09:00 Ismakogie mit Vera Nessler

Ismakogie: Leichte Übungen und Koordinationsbewegungen halten Ihren Körper frisch und lebendig. Wir beginnen gemeinsam von den Zehenspitzen und arbeiten uns nach oben bis zum Gesicht. Das innere Gleichgewicht wird geschult, Fehlhaltungen verbessert, Verspannungen gelöst, Prävention wird zur Freude.

Treffpunkt: Veranstaltungsraum I oberhalb des Fitnessraums. Teilnahme kostenfrei.

Fit & Vital

09:00-10:00 Workshop „Die Botschaft des Körpers - Der gestresste Rücken“ mit Dr. Gabriele Danninger
Die Psychotherapeutin, Trainerin und ärztlich geprüften Yogalehrerin Dr. Gabriele Danninger zeigt Ihnen ein effektives Rückentraining und Entspannungsübungen zur Lockerung muskulärer Blockaden und zur Stärkung des Wohlbefindens – jeder kann mitmachen und auch zu Hause weiterüben. Jeder kann mitmachen, leichte bequeme Kleidung.
Wo: Im Veranstaltungsraum II
Teilnahme kostenfrei.

Fit & Vital

10:30-11:30 Workshop „Die 5 Säulen der Gesundheit“ mit Dr. Gabriele Danninger
Bewegung, Entspannung, Ernährung, Umfeld und Bewusstsein sind wertvolle Pfeiler für ein gesundes glückliches und sinnerfülltes Leben. Entdecken Sie Ihre persönlichen Kraftquellen:

- Bewegung: Gesundheitstraining – Körperübungen für jeden Tag zur Steigerung der Vitalität
 - Entspannung: Die innere Mitte finden – locker lassen, Gleichgewicht zwischen Anspannung und Entspannung
 - Ernährung: Gewohnheiten und Nahrung - Esskultur mit Genuss
 - Umfeld: Spüren, was wir wirklich brauchen: Kraftquellen und Tankstellen im Alltag
 - Bewusstsein: Selbsthilfeprogramm für gesteigertes Wohlbefinden
- Teilnahme kostenfrei. Leichte bequeme Kleidung.
Treffpunkt: Veranstaltungsraum II

Umgebung entdecken

10:30-13:00 Gemütliche Wanderung über den Carmen Sylva Waldweg oberhalb von Opatija mit Barbara.



Wenn Sie durch einen von den schönsten Lorbeer - Wälder am Mediterran wandern möchten, kommen Sie mit – Barbara führt Sie und sie erzählt Ihnen die interessante und romantische Geschichte wie der Weg entstanden ist und warum er nach der ersten rumänischen Königin benannt wurde. Im Wald wird nicht nur spaziert, sondern auch erzählt, gelesen, entspannt und der Ausblick genossen. Entdecken Sie neben dem Lungomare auch diese Waldpromenade, die nicht so bekannt ist. Sie werden mit wunderschönen Ausblicken auf ihrem Spaziergang belohnt werden. Für die Gäste, die den ca. 20-30 minütigen Anstieg nicht zu Fuss gehen wollen (bei dem ca 140 m ü.M bewältigt werden), geht es mit dem Hotelbus bis zur Promenade. Der Treffpunkt ist um **10:50 in der Hotelhalle**. Sie werden bis Pobri (Einstieg auf die Carmen Sylva Promenade) gefahren, wo Barbara mit den anderen auf Sie warten wird. **Und für diejenigen, die mit Barbara zur Fuss bis zur Promenade laufen möchten, ist der Treffpunkt um 10:30 in der Hotelhalle. Anmeldung an der Rezeption erforderlich. Der Preis pro Person für Führung im Wald Euro 10,-Zahlbar direkt bei Anmeldung an der Rezeption.** Bequemes Schuhwerk und Kleidung. Nach Wunsch können Sie Nordic Walking Stöcke kostenfrei an der Rezeption ausborgen. Die Wanderung

architektonischen Flair aus der Zeit der Donaumonarchie.

Mittags -Lunch

13:00-15:00 Im Rahmen der **erweiterten Genießer-Halbpension** verwöhnen wir Sie mit einer kleinen Auswahl an kalten und warmen Speisen vom Buffet – Mittags-Lunchbuffet im Restaurantbereich.

Fit & Vital

Ab 15:00 Saunaaufgüsse mit Saunameister Bernd Gritschacher in der finnischen Sauna beim Meerwasserpool

15:00 Uhr Lavendelaufguss
16:00 Uhr Ice & Fire
17:00 Uhr Musikaufguss

Fit & Vital

16:00-16:45 Ismakogie mit Vera Nessler

Treffpunkt: Veranstaltungsraum I oberhalb des Fitnessraums. Teilnahme kostenfrei.

Musik & Unterhaltung

Ab 21:00 Die Tanzband Parapluie sorgt für Stimmung und gute Laune auf der Showbühne der Habsburgbar!

Dienstag, 30. Dezember 2025

Fit & Vital

08:15-09:00 Ismakogie mit Vera Nessler

Treffpunkt: Veranstaltungsraum I oberhalb des Fitnessraums. Teilnahme kostenfrei.

Fit & Vital

09:00-10:00 Workshop „Die Botschaft des Körpers - Der gestresste Rücken“ mit Dr. Gabriele Danninger
Die Psychotherapeutin, Trainerin und ärztlich geprüften Yogalehrerin Dr. Gabriele Danninger zeigt Ihnen ein effektives Rückentraining und Entspannungsübungen zur Lockerung muskulärer Blockaden und zur Stärkung des Wohlbefindens – jeder kann mitmachen und auch zu Hause weiterüben. Jeder kann mitmachen, leichte bequeme Kleidung.
Wo: Im Veranstaltungsraum II
Teilnahme kostenfrei.

Istrien entdecken!

09:00- ca. 14:00 Ausflug nach Motovun

Besuchen Sie mit uns Motovun, das mittelalterliche Juwel im inneren Istrien, das seit Jahrhunderten stolz auf einem 277 m hohen Hügel über das malerische Tal des Mirna Flusses wacht, umgeben von mittelalterlichen Mauern und atemberaubend schönen Landschaften. Der feuchte, dunkle Motovun-Wald an seinem Fuß enthält den verborgensten Schatz Istriens in Form von den berühmten istrischen Trüffeln, gleich nebenan gedeihen die köstlichsten Weinreben, die verkostet werden können in Form von Malvazija, Teran, Muškat, Weine die von den Weinherstellern Tomaz, Roxanich, Fakin und vielen anderen aus der Gegend hier angeboten werden. Wie eine Märchenstadt erhebt sich die Stadt Motovun inmitten dieser magischen Landschaft! Die Stadtmauern, die die Stadt und ihre Bewohner Jahrhunderte verteidigten, sind ihr ganzer Stolz und heute Teil einer einzigartigen Promenade mit endlosen Ausblicken auf die grüne Landschaft des hügeligen nördlichen Istriens und den Fluss Mirna, der unterhalb von Motovun fließt.

Entdecken Sie die beliebtesten Schätze Istriens! Interessant, lehrreich und unterhaltsam – jeder Ausflug mit Barbara ist ein ganz besonderes Erlebnis! Die Begeisterung für ihre Heimat Kroatien, für die Schönheit des Landes gibt sie mit viel Enthusiasmus an alle Gäste weiter.

Kosten: pro Pers. € 75,00 für Reiseleitung, Busfahrt, Eintritt auf der Stadtmauer von Motovun. Min 4 Personen/ max 7. Zahlbar direkt bei Anmeldung an der Rezeption. Rutschfestes Schuhwerk empfohlen.

Make up & Fönen

12:00-17:00 Unser Friseur- und Beautystudio im Wellnessbereich ist bis 17:00 geöffnet.

Zwei Friseurinnen und zwei Make up Artistinnen bieten Frisuren und Make up an.

Eine Haarwäsche vor dem Termin ist nicht notwendig.

Die Preisliste liegt auf der Wellnessrezeption auf (Die Frisur und Make-up-Buchungen sind auf Zimmer buchbar)

**Frühzeitige Terminvereinbarung
an der Wellness-Rezeption erbeten.**

Mittags -Lunch

13:00-15:00 Im Rahmen der **erweiterten Genießer-Halbpension** verwöhnen wir Sie mit einer kleinen Auswahl an kalten und warmen Speisen vom Buffet – Mittags-Lunchbuffet im Restaurantbereich.

Fit & Vital

Ab 15:00 Saunaaufgüsse mit Saunameister Bernd Gritschacher in der finnischen Sauna beim Meerwasserpool

15:00 Uhr Bergwanderung
16:00 Uhr Fernweh
17:00 Uhr Duftreise mit Musik

Musik & Unterhaltung

Ab 20:30 Gatsby Party in der Habsburgbar.

Wir freuen uns, wenn alle Gäste mit einem Gatsby-Outfit diesen Abend vor dem 31.12., den sogenannten „Bauernsilvester“ mitgestalten!

Dazu passende „Gatsbyparty“ - Musik von der Tanzband Parapluie.

Mittwoch, 31. Dezember 2025

Silvester



Silvester-Tombola für den guten Zweck!

Die große Miramar-Familie hilft auch heuer wieder. Machen Sie mit, es gibt viele kleinste, kleine, mittlere, große und sehr große und auch wertvolle Gewinne! **HAUPTPREIS: 3 Tage MIRAMAR für 2 Personen!!!**

Jede Losnummer kann 2 x gewinnen! Einen der zahlreichen Sachpreise und anlässlich der **HAUPTVERLOSUNG** um 23:15 unsere 2 **HAUPTPREISE!** Anwesenheit in der Habsburg-Bar erforderlich zu diesem Zeitpunkt – mit dem Los muss der Preis abgeholt werden! Wenn sich niemand meldet, wird die nächste Nummer gezogen!!!!!!

1 TOMBOLALOS kostet € 3,00.

Am 31.12. ab 9:00 an der Rezeption zu kaufen!

Treffpunkt: Veranstaltungsraum I oberhalb des Fitnessraums. Teilnahme kostenfrei.

Fit & Vital

09:00-10:00 Workshop „Die Botschaft des Körpers -

Der gestresste Rücken“ mit Dr. Gabriele Danninger

Die Psychotherapeutin, Trainerin und ärztlich geprüften Yogalehrerin Dr. Gabriele Danninger zeigt Ihnen **ein effektives Rückentraining und**

Entspannungsübungen zur Lockerung muskulärer Blockaden und zur Stärkung des Wohlbefindens – jeder kann mitmachen und auch zu Hause weiterüben.

Jeder kann mitmachen, leichte bequeme Kleidung.

Wo: Im Veranstaltungsraum II

Teilnahme kostenfrei.

Make up & Fönen

12:00-17:00 Unser Friseur- und Beautystudio im Wellnessbereich ist bis 17:00 geöffnet.

Zwei Friseurinnen und zwei Make up Artistinnen bieten Frisuren und Make up an.

Eine Haarwäsche

vor dem Termin ist nicht notwendig.

Die Preisliste liegt auf der Wellnessrezeption auf (Die Frisur und Make-up-Buchungen sind auf Zimmer buchbar)

**Frühzeitige Terminvereinbarung
an der Wellness-Rezeption erbeten.**

Mittags -Lunch

13:00-15:00 Im Rahmen der **erweiterten Genießer-Halbpension** verwöhnen wir Sie mit einer kleinen Auswahl an kalten und warmen Speisen vom Buffet – Mittags-Lunchbuffet im Restaurantbereich.

Fit & Vital

Ab 15:00 Saunaaufgüsse mit Saunameister Bernd Gritschacher in der finnischen Sauna beim Meerwasserpool

15:00 Uhr Opatija-Spaziergang
16:00 Uhr Literarischer Aufguss
17:00 Uhr Jahresende

Silvester am Mee



18:30 Festlicher Silvesterempfang in der Hotelhalle mit Direktorin Valentina Madejski.

19:00 Galadiner in unseren Restaurants – wir bitten alle Gäste gleich nach dem Empfang zu unserem Galadiner. Vielen Dank.

Anschließend Tanzmusik und Unterhaltung mit der Tanzband Parapluie & Silvio Samoni!

21:30 Machen Sie Ihr Spiel am Roulette!
Das **Casino in der Habsburgbar** wird eröffnet!
Versuchen Sie Ihr Glück beim **Roulette!**

23:15 Tombola – die Hauptpreise werden **gezogen** u.a. eine Woche Aufenthalt im Hotel Miramar oder 3 Tage im Hotel Miramar im Jahr 2026 zu gewinnen.

00:00 **Prosit Neujahr!** Feuerwerk, Mitternachtswalzer auf den Terrassen vor der Habsburg Bar – wir begrüßen das neue Jahr!

00:30 **Neujahrsbuffet** mit Hummer, Austern und vielen Spezialitäten anschl. weiterhin Tanz und Unterhaltung mit der Tanzband Parapluie

NEHMEN SIE AUCH EINE JACKE ODER MANTEL MIT INS RESTAURANT, DAMIT SIE AUCH AUF UNSEREN TERRASSEN DEM PROGRAMM FOLGEN KÖNNEN BZW. AUCH ÜBER DEN GARTEN IN DIE HOTELHALLE GEHEN KÖNNEN. DIE GARDEROBE BEFINDET SICH IM VORRAUM vor dem HALLENBAD – hier gibt es ausreichend Kleiderständer und Kleiderbügel.



Donnerstag, 01. Januar 2026

Neujahrstag

08:30-11:30

Verlängertes Frühstücksbuffet

Der Wellnessbereich

ist HEUTE ab 11:00 geöffnet

Ausgabe der Tombola-Sachpreise in der Bibliothek in der Gästevilla 2 zu folgenden Zeiten:

09:30-14:00

Keine Abholung am Silvesterabend.

Fit & Vital

09:00-10:00 Workshop „Die Botschaft des Körpers -

Der gestresste Rücken“ mit Dr. Gabriele Danninger

Die Psychotherapeutin, Trainerin und ärztlich geprüften Yogalehrerin Dr. Gabriele Danninger zeigt Ihnen **ein effektives Rückentraining und**

Entspannungsübungen zur Lockerung muskulärer Blockaden und zur Stärkung des Wohlbefindens – jeder kann mitmachen und auch zu Hause weiterüben.

Jeder kann mitmachen, leichte bequeme Kleidung.

Wo: Im Veranstaltungsraum II

Teilnahme kostenfrei.

Mittags -Lunch

13:00-15:00 Im Rahmen der **erweiterten Genießer-Halbpension** verwöhnen wir Sie mit einer kleinen Auswahl an kalten und warmen Speisen vom Buffet – Mittags-Lunchbuffet im Restaurantbereich.

Fit & Vital

Ab 15:00 Saunaaufgüsse mit Saunameister Bernd Gritschacher in der finnischen Sauna beim Meerwasserpool

15:00 Uhr Neujahrsaufguss
16:00 Uhr Duftreise
17:00 Uhr Klassik-Musikaufguss

Fit & Vital

16:00-16:45 Ismakogie mit Vera Nessler

Treffpunkt: Veranstaltungsraum I oberhalb des Fitnessraums. Teilnahme kostenfrei.