VULKANLAND
HOTEL ★★★★
LEGEN
STEIN

KÖRPER & GEIST

aufwärmen

- MAGAZIN 2023 -

Julia, Ernst, Andrea & Laura Legenstein (v. l. n. r.)

*IMPRESSUM Medieninhaber und Herausgeber: Vulkanlandhotel**** Legenstein Ges.m.b.H., Andrea Legenstein, Bairisch Kölldorf 14, 8344 Bad Gleichenberg | Irrtümer und Druckfehler vorbehalten. Wir übernehmen keine rechtliche Gewähr für fehlerhafte Angaben. | Fotorechte: Vulkanlandhotel Legenstein / Katrin Meitz, Laura Legenstein | Vulcano Schinkenmanufaktur | Zotter Schokoladenmanufaktur*

Vorwort

Familie Legenstein im Gespräch

Ihr habt 2023 den gesamten Jänner geöffnet?
Andrea Legenstein: Ja, genau. Wir hatten früher immer zwei bis drei Wochen geschlossen, um unserem Team eine Auszeit nach den ereignisreichen Weihnachts- und Silvesterwochen zu ermöglichen. In den letzten Jahren haben wir aber gemerkt, dass seitens der Gäste der Wunsch nach einer Auszeit zu Jahresbeginn immer größer wurde. Deswegen haben wir gemeinsam mit dem Team ein Konzept entwickelt, mit dem wir unseren Gästen Erholung und Urlaub anbieten und unsere Herzstücke dennoch ihre Auszeit genießen können. Unsere Hotelgäste erleben sogar ein noch umfangreicheres Rahmenprogramm in den ersten beiden Monaten des Jahres.

Im Winter reduziert ihr eure maximale Gästeanzahl. Warum?
Ja, das haben wir auch schon letztes Jahr gemacht. Das positive Feedback war überwältigend und Sicherheit ist vor allem in den Wintermonaten ein Kernthema. Wir übernehmen Verantwortung und bieten unseren Gästen den bestmöglichen Schutz ihrer Gesundheit.

Welche weiteren Veränderungen warten 2023 auf eure Gäste?
Keine Veränderungen, sondern Beständigkeit. Es verändert sich so viel auf der Welt. Wir garantieren unseren Gästen, dass sie die gleich gute Qualität finden werden. Bei uns genießen sie eine professionelle Dienstleistung zu einem fairen Preis – und das wird auch in den nächsten Jahren so bleiben.

Ihr beschäftigt euch viel mit den Themen Nachhaltigkeit und Umweltbewusstsein.
Das haben wir schon immer getan, nicht erst seit sie zum Trend geworden sind. Die Warmwasseraufbereitung im Hotel erfolgt zum Beispiel schon seit Jahrzehnten mit Solar bzw. Wärmerückgewinnung. Auch mit den vielen regionalen Lebensmitteln, die es im Hotel gibt und den damit verbundenen kurzen Lieferwegen zahlen wir in den Umweltschutz ein. Wir haben das Magazin als Anlass genommen, um einen kleinen Einblick in unser Tun in Bezug auf Nachhaltigkeit und Umweltbewusstsein zu geben.

Worauf dürfen sich eure Gäste noch freuen?
Ach auf so vieles. *sie lacht*
Im Hotel auf einen erholsamen Urlaub (Überraschung!) und auf viele tolle Angebote und Veranstaltungen im Laufe des Jahres.

In diesem Magazin auf viele spannende Themen, wie zum Beispiel eine Vorzeige-Karriere im Tourismus, wie Sie tatsächlich abschalten und zur Ruhe kommen können und auf ein Thema, zu dem es sehr unterschiedliche Meinungen gibt: Weihnachten im Hotel.

Ein Schlusswort?
Wenn ich darf, einen Abschlusswunsch: Wenn Sie, liebe Leserin und lieber Leser, dieses Jahr über Ihre Urlaube nachdenken, würden wir uns unendlich freuen, wenn das Legenstein darin vorkommt. Wir sind nämlich sicher: Man muss nicht weit reisen…

Ich muss nicht weit reisen…

Herzstück Katrin schreibt

#katrinschreibt, bekannt als Co-Autorin von #lauraschreibt aus den sozialen Medien des Hotels, war zu Gast im Legenstein. Dieses Mal aber (fast) nicht beruflich. Wohl eher privat. Oder zum Testen, wie es sich im Legenstein isst und schläft. Wenn Sie, liebe Leserinnen und Leser nun glauben, dieser Kurzurlaub könnte nicht gleich kritisch betrachtet werden, wie ein Urlaub anderswo, dann wissen sie (noch) nicht, dass Gastronomen und all jene, die in der Gastronomie beschäftigt sind, die größten Kritiker im Urlaub sind. Egal wann. Egal wo. Und im Umkreis des eigenen Arbeitsfeldes sowieso.

Zugegeben: Eigenartig war's schon, dort zu urlauben wo ich normalerweise vorm Computer sitze. Und dennoch: Es fühlte sich an wie Urlaub anderswo.

Videos & mehr Bilder gibt's auf Facebook & Instagram.

Weg vom Alltag.
Tapetenwechsel. Einfach mal abschalten, sich Zeit lassen, die Welt vergessen und glücklich sein - getreu dem Motto aus der tagesaktuellen „Legenstein Zeit"– Broschüre. Übrigens: den Urlaub genoss ich mit meinem Mann.

Frühstück, Wellness, Massage & Mittagessen schon am Anreisetag

Die kurze Anreise erlaubte es uns, bereits um 8 Uhr morgens mit dem Frühstück zu starten. Wir genossen neben den Klassikern am Frühstücksbuffet gebackenen Lachs, gratiniertes Wurzelbrot und Weingartenpfirsiche - ohhh, wie ich sie liebe und selten gibt es sie zu genießen, diese kleinen runden Früchte, die mich an meine Kindheit erinnern.

Schmunzeln musste ich, als ich auch die Gäste am Nachbarstisch erstaunt miteinander tuscheln hörte: „Haben's die Weißwürste probiert? - Und einen Topfenschmarren gibt's auch!" Genuss im wahrsten Sinne des Wortes, den man nicht nur schmeckt, sondern auch (- hahaha -) hört!

Ungezwungen, leicht und gesellig fühlte sich der Morgen an. - Ja, das

muss man mögen - speziell am Morgen. Doch wer's mag, ist hier richtig. Und wenn das weich gekochte Ei am Buffet auch noch weich ist, wenn man's isst, spricht man ohnehin von einem Frühstücksbuffet der Superlative.

Gut gesättigt nahmen wir nach dem Frühstück die Badetasche an der Rezeption entgegen und schlenderten in Richtung Garten.

Vom legeren Dresscode ins Badeoutfit. Vom Sitzen ins Liegen.
Vom aktiven Genuss hin zum Nichtstun.

So sonnten wir uns in Sonnenliegen dahin dösend im Garten und erfreuten uns an Sommer-Gartenklängen: Das Rauschen des Windes im hohen (Sichtschutz-)Gras, der Ausklang noch heiterer Vogelkonzerte & das Brummen der Bienen im Lavendelstrauch. Nachdem uns ein Buntspecht mit seinem Klopfen sanft erwachen ließ, genossen wir eine Hydromassage auf der Whirlbank im Außenpool, nahmen ein Saunabad und schlenderten weiter in Richtung Kosmetik- und Masssageinstitut.

Achtsamkeit und Leben im Jetzt - wer's bis jetzt noch nicht zuließ, wird spätestens im Kosmetik- und Massageinstitut liebevoll dazu angeregt.

Das Handauflegen des Therapeuten alleine reichte aus, um uns in wenigen Sekunden in eine Art Trancezustand zu versetzen. Die heißen und kalten Steine meiner Hot Stone Massage taten ihr Übriges.

Erholt beinahe noch in meditativem Zustand ging's wieder in Richtung Restaurant. Kurz vor unserem Zimmer-Check-In genossen wir noch Suppe und Salate vom Buffet.

Nach ausgiebigem Frühstück am Morgen, Wellness & Massage vor Mittag, Suppe und Salate zu Mittag wurde es Zeit für das Check-In.

Gesättigt und entspannt nahmen wir unseren Zimmerschlüssel entgegen und spazierten in unsere Suite Steinriegl. Dort angekommen wurden wir mit einem mit Rosenblättern geschmückten Bett überrascht. Die Decke liebevoll zu einem Herz geformt. „Weil ich dich lieb hab'", heißt das Arrangement und kann von jederfrau und jedermann gebucht werden.

Vom Zimmer ging's an die Hotelbar und auch schon weiter mit Kuchen am Nachmittag.

Der Biss in den flaumig, saftigen Sacherwürfel war zu köstlich, weshalb wir einem zweiten Stück nicht wiederstehen konnten. Und nun? Vom Sitzen ins Liegen, vom aktiven Genuss hin zum Nichtstun. Baden, saunieren, flanieren.

Am Ende des Tages hätte ich schwören können, dass ich zu gesättigt sei um auch nur annähernd einen Gusto aufs Abendessen zu bekommen.

Doch schon an der Schwelle zum Restaurant musste ich mich geschlagen geben und der süß-herbe Duft nach Curry, Weißkraut, rotem Wels & Entrecote ließ mich eines besseren belehren. Am romantisch gedeckten „Weil ich dich lieb hab' – Tisch" genossen wir unser Abendessen, bevor wir den Abend bei einem Vulkanland-Drink an der Hotelbar ausklingen ließen und zu Bett gingen.

Am nächsten Morgen erwachten wir mit dem Gefühl: „Ich muss nicht weit reisen, um wahrhaftig zu genießen."

Wir aßen hervorragend, schliefen wie auf Wolken und genossen, als gäbe es kein Morgen. Egal, ob im Restaurant, an der Hotelbar, im Zimmer, im Garten, im Ruheraum, in der Sauna oder am Pool.

… und es ist schön, in einem Hotel wie diesem arbeiten zu dürfen, wo es auch erlaubt ist, sich als Mitarbeiter:in wie im Urlaub zu fühlen.

Steckbrief ♥ Katrin

- *Team Marketing*
- *seit 2006 im Legenstein*
- *reist und fotografiert gerne und ist viel zu Fuß unterwegs*

Weihnachten im Hotel?

Wenn die Kinder aus dem Haus sind und sie mit der eigenen Familie feiern, kann aus „Stiller Nacht, Heiliger Nacht“ schon einmal „Stille Nacht, Einsame Nacht“ werden. Viele verzichten dann häufig aus Umweltbewusstsein oder Bequemlichkeit auf das gesamte Weihnachtsprogramm: kein Weihnachtsbaum, kein Festessen, keine Geschenke - auch wenn sie Weihnachten gerne feiern würden. Das muss nicht sein, finden wir.

Weihnachten im Hotel verbringen? Das können sich viele Menschen gar nicht vorstellen. Laut einer Umfrage auf Instagram und Facebook sogar 47% unserer über 5000 Follower nicht. Wobei wir mehr als einmal die Nachricht bekommen haben: „Grundsätzlich kann ich mir das nicht vorstellen, aber bei euch vielleicht schon“.

Stimmungsvoll und miteinander: Das Weihnachtsfest im Hotel

In der Weihnachtswoche erleben Sie stille Augenblicke, um zu entschleunigen und zur Ruhe zu kommen sowie Momente der Freude, Gemeinschaft und Besinnlichkeit. Es gibt ein Lagerfeuer mit Geschichten, die zum Nachdenken anregen und Livemusik sowie hausgemachten Lebkuchen und Glühwein. Zusätzlich stellt ein österreichischer Schriftsteller seinen neuesten Wiener-Speckgürtel-Krimi vor. Am Heiligen Abend genießen Sie eine Weihnachtsfeier, die von Familie Legenstein sehr persönlich gestaltet wird. Sie erleben besinnliche Geschichten, stimmungsvolle Lieder und originelle Weihnachtsgeschenke. Exzellente Galamenüs am Heiligen Abend und Christtag sind kulinarische Höhepunkte. Als Abschluss der Galamenüs genießen Sie selbstgebackene Weihnachtskekse von Herzstück Karl. Jedes Jahr freut er sich auf die Weihnachtszeit und backt über 40 verschiedene Keksorten.

Bedeutung für Familie Legenstein und Gastgeberteam

„Für mich war es eine große Umstellung, Weihnachten nicht mehr privat mit meiner Familie zu feiern, als ich meinen Mann Ernst geheiratet habe und ins Hotel gezogen bin“, verrät Andrea Legenstein. „Weihnachten war in meiner Kindheit eines meiner Lieblingsfeste. Es gab die besten kalten Brötchen, wir trugen unsere schönsten Kleider und haben gemeinsam musiziert und gesungen. Ich wollte ein paar meiner Traditionen weiterführen und das Weihnachtsfest für unsere Gäste, für unser Team und für uns als Familie zu etwas Besonderem machen. So wie es das für mich als Kind eben auch war“, erzählt Andrea Legenstein.

Arbeiten an Feiertagen ist im Tourismus die Norm. „Natürlich freut es einen nicht immer, aber das ist Teil unseres Jobs. Außerdem verbringen wir die Feiertage hier ja bei unserer zweiten Familie“, erzählt Herzstück Gabi, Team Housekeeping, mit einem Schmunzeln im Gesicht.

Exzellente Galamenüs erwarten Sie am Heiligen Abend und Christtag

Das Gefühl von Besinnlichkeit sei auch in der Arbeit spürbar. Das ist wohl der Grund, warum viele Gäste bereits seit Jahren das Weihnachtsfest im Legenstein verbringen. „Wir wissen, dass viele Gäste besonders zu diesen Festtagen dankbar sind, zu uns kommen zu können“, erzählt Andrea Legenstein. Zu den Weihnachtsfeiertagen herrsche eine ganz besondere Stimmung im Hotel. „Wir fühlen uns noch mehr miteinander verbunden. Diese Zeit ist deutlich langsamer und leiser“, so Herzstück Gabi.

Gäste genießen zu Weihnachten einen Urlaub für sich und fühlen sich trotzdem nicht allein, sondern gut umsorgt und als Teil einer Gemeinschaft.

Ein Moment der Stille und Besinnlichkeit: Lagerfeuer mit Geschichten, Livemusik, Glühwein & Lebkuchen

Preise und mehr Infos unter: QR-Code scannen

Adventkranzbinden

Deko-Expertin und Floristin Sieglinde Prassl verrät Ihnen einmal jährlich in einem Workshop, wie Sie im Nu selbst einen Adventkranz binden.

Bei Laternenschein in gemütlicher Atmosphäre riechen Sie den Duft von verschiedenem Grün. Ein wärmendes Getränk steht auf der Terrasse für Sie bereit. Gemeinsam mit Sieglinde binden Sie einen bezaubernden Adventkranz ganz nach Ihren persönlichen Vorlieben.

Preis, Datum und Anmeldung unter: QR-Code scannen

REZEPT

Karls Lieblingsgebäck: KOKOSWÜRFEL

Steckbrief ♥ Karl

- *Souschef*
- *seit 2014 im Legenstein*
- *backt über 40 Keksorten zu Weihnachten*
- *isst immer zwei Desserts*
- *baut seine Kalorien beim Laufen ab*

Zutaten

130g Butter
110g Staubzucker
6 Dotter
1 Pkg. Vanillezucker
130g dunkle Schokolade
6 Eiklar
110g Kristallzucker
130g Mehl
1 Pkg. Backpulver

Zubereitung

Butter, Staubzucker, Vanillezucker schaumig rühren. Nach und nach die Dotter dazugeben, dann die erwärmte Schokolade unterrühren. Eiklar mit Zucker zu steifem Schnee schlagen und mit Mehl und Backpulver unter die Masse heben.

Bei ca. 170°C 30-35 Minuten backen.

Ausgekühlt in Würfel schneiden, in Schokolade tauchen und in Kokosflocken wälzen.

„Butter & Obers zur Schokoglasur geben! - Dann wird's nicht so fest.“

Karls TIPP

TRANSFER WIEN - HOTEL - WIEN inkl. Hausabholung möglich

Silvesterurlaub

mehr als eine spektakuläre Nacht

Zu Silvester erleben Sie eine Woche voller goldener Momente und schöner Erlebnisse, die Sie noch lange nach Ihrem Urlaub in Erinnerung behalten werden.

Die Silvesterwoche steht jedes Jahr unter einem besonderen Motto. Für den ***Jahreswechsel 2022/23*** lautet es:

„CASINO ROYAL – wir setzen auf Legenstein“

Am 27.12.2022 erleben Sie eine verblüffende Zaubershow mit Zauberer Christoph Kulmer, einem gebürtigen Steirer, der mittlerweile bis weit über die Grenzen Österreichs bekannt ist.

Der Silvesterabend startet mit einem genüsslichen Sektempfang mit Zotter-Pralinen.

Silvestercocktail „Lady Vulcania“

Des Weiteren sorgt ein Casinoabend mit echten Spieltischen, Croupiers und amüsanter Preisverleihung bereits vor dem Jahreswechsel für bleibende Eindrücke.

Bezaubernd spektakulär: die Silvesternacht
Der Jahreswechsel ist der Höhepunkt der Woche und startet mit einem genüsslichen Sektempfang mit Zotter-Pralinen. Es folgt ein extravagantes 7-Gänge-Galamenü mit exzellenten Gerichten, die eindrucksvoll serviert werden.

Hektik gibt es an diesem Abend nicht. Sie können sich mit dem Menü Zeit lassen und es wahrhaftig genießen.

In der Zwischenzeit gibt es einiges zu entdecken: Sie können sich durch vier verschiedene Silvestercocktails kosten, die genauso spektakulär und eindrucksvoll serviert werden wie das Menü. Beispielsweise durch Rauch, der aus dem Cocktail sprudelt. Zusätzlich lädt Livemusik zum Quickstepp, Foxtrott oder gemütlichen Tanz zwischen den Gängen ein und Sie haben die Möglichkeit, tolle Preise zu gewinnen.

Der Jahreswechsel ist auch ein Anlass zurückzublicken, dankbar zu sein und Altlasten loszulassen. Im Hotelgarten erwartet Sie ein Lagerfeuer, wo Sie ganz private Momente genießen und eine Anleitung für ein Feuerritual finden. Es befreit und schenkt inneren Frieden und Dankbarkeit.

Wenn die Glocke Mitternacht schlägt
Alle gemeinsam zählen von 10 herunter, die Lichter werden gedimmt und die Pummerin erklingt. Wir begrüßen das neue Jahr! Die besten Wünsche werden ausgetauscht, es wird gelacht und getanzt. Als kulinarischen Abschluss genießen Sie ein Mitternachtsbuffet mit Spezialitäten wie Schweinskopf, Gulaschsuppe und Weißwürstel.

Am Neujahrstag können Sie lange schlafen und das Neue Jahr feiern
Frühstück und Mittagstisch werden kombiniert als Frühshoppen angeboten. Feierlustige kommen somit auch am Neujahrstag auf ihre Kosten und Entspannungssuchende genießen ein genüssliches Langschläferfrühstück.

Preise und mehr Infos unter: QR-Code scannen

Motto 2023/24

KARNEVAL IM LEGENSTEIN stilvoll, lustig, regional

- Legensteins -

Saustarke Schokoliebe

Aufenthalt im Legenstein buchen, Gutscheine aktivieren & Vorteile bei Zotter Schokolade und Vulcano Schinken sichern. Genuss pur von Jänner bis März. Nur als Legenstein-Gast!

ZOTTER SCHOKOLADENTHEATER

Josef Zotter zählt laut internationalem Schokoladentest zu den besten Chocolatiers der Welt, seine Schokofabrik gilt als eines der nachhaltigsten Unternehmen Österreichs und die Erlebniswelt zählt zu den beliebtesten Ausflugszielen der Steiermark. Zotter produziert alle Schokoladen von der Bohne bis zur Tafel selbst, Bean-to-Bar, in reiner Bio- und Fair-Qualität. Derzeit gibt es über 500 verschiedene Produkte im Sortiment.
Von 01.01. bis 01.02.2023 eingeschränktes Angebot am „Running Chocolate“: Verkostung von ca. 50 Sorten zum Sonderpreis von € 4,50 möglich

SCHINKENMANUFAKTUR VULCANO

Schauen, staunen, schmausen – das ist Programm bei Vulcano Ursprung, der Schinkenerlebniswelt in Auersbach bei Feldbach. Wer hier eintritt, öffnet automatisch Augen, Ohren und Mund für den Genuss und begibt sich auf eine Reise in die Welt des reinsten Geschmacks. Familie Habel und das gesamte Vulcano-Team achten und schätzen die Tiere sehr. Sie werden liebevoll gehalten und haben ausreichend Platz.
**Die Kulinarium-Tour beinhaltet eine Führung mit einem Schinkenexperten, eine Vulcano Mahlzeit mit großem Jausenteller und ein Getränk.*

Stempel & Unterschrift des Hotels

zotter SCHOKOLADE

GUTSCHEIN

für eine Schoko-Genusstour zum Vorteilspreis von

€ 15,90 pro Person

(statt € 18,90)

(gültig von 02.02. bis 31.03.2023; nicht in bar ablösbar)

Stempel & Unterschrift des Hotels

VULCANO

GUTSCHEIN

für eine Kulinarium-Tour zum Vorteilspreis von*

€ 15,90 pro Person

(statt € 20,00)

(gültig von 01.01. bis 31.03.2023; nicht in bar ablösbar)

Wir lassen Sie mit Ihren Vorsätzen nicht allein!

Im Jänner & Februar genießen Sie ein noch umfangreicheres Hotelangebot. Diese zusätzlichen Leistungen warten auf Sie:

Jeden Montag!

KLANGSCHALEN-MEDITATION

Starten Sie stressfrei und ausgeglichen in die neue Woche. Jeden Montag können Sie an einer Klangschalen-Meditation teilnehmen. Die Kombination aus Klang, Worten und Stille führt Sie in einen intensiven meditativen Zustand und unterstützt Sie dabei, ganz bei sich anzukommen.

Jeden Donnerstag!

SHOWCOOKING

Jeden Donnerstag sehen Sie den Herzstücken der Küche beim Zubereiten der Speisen zu. Die WOK-Hauptgerichte werden am Buffet gekocht. Die Zutaten wählen Sie selbst.

HOLLER VULKAN

zur freien Entnahme im Fühl dich wohl

Das Fruchtsaftgetränk dient als Energielieferant während und nach stressigen Lebensphasen, zur Unterstützung einer geregelten Verdauung und zur Unterstützung des Immunsystems zu Grippezeiten.

Jeden Montag!

BROT BACKEN & SERVIETTEN FALTEN

Jeden Montagnachmittag blicken Sie abwechselnd im Restaurant bzw. in der Küche hinter die Kulissen. In der Küche erfahren Sie, wie Sie das heißbegehrte Nussbrot á la Oma Legenstein backen. Im Restaurant Feuergott erlernen Sie, wie Sie eindrucksvolle Serviettenformen falten.

ARONIABEEREN & KÜRBISKERNE

zur freien Entnahme in der Tee- und Saftbar

Aroniabeeren reinigen den Körper und stärken das Immunsystem. Kürbiskerne sind wahre Nährstoff-Kraftpakete und die enthaltene Linolsäure kann den Cholesterinspiegel senken und den Blutdruck regulieren

GEREINIGT INS NEUE JAHR STARTEN

Sie genießen eine ganz spezielle Spa-Behandlung: ein wohltuendes Detox-Fußbad, das den Zellstoffwechsel anregt und den Körper entschlackt, entsäuert und entgiftet. Die anschließende Teilkörpermassage mit Schröpfgefäßen wirkt entspannend und befreit Sie zeitgleich von schädlichen und krankmachenden Stoffen.

50 Min.
€ 99,00

Fußbad & Teilkörpermassage

ZOTTER TRINKSCHOKOLADE

Kakao war gestern! Bei uns trinken Sie cremige Trinkschokoladen von Zotter. Sie können wählen zwischen Mandelnougat, Weiße mit Vanille & Honig-Zimt.

Jeden Mittwoch!

GEFÜHRTE WANDERUNGEN

Jeden Mittwoch können Sie gemeinsam mit Herzstück Katrin oder Erwin durch das Vulkanland wandern. Sie verraten Ihnen ihre persönlichen Lieblingswanderwege. Dauer: ca. 1-1,5 Stunden

Verringerte Gästeanzahl im Winter

Weniger Gäste = mehr Sicherheit

Das heißt für Sie:

- Sie haben **noch mehr Platz** um sich wohlzufühlen, zu entspannen und sich zu erholen.
- Sie finden **ausreichend freie Liegen** im Wellnessbereich.
- Sie können **mehr Behandlungen** im Kosmetik- und Massageinstitut genießen.
- Sie treffen auf **noch weniger Gäste** während Ihres Urlaubes.
- Sie sollten **rasch buchen**. - Die ohnehin stark nachgefragten Zimmer sind jetzt noch begehrter.

Gültig von 09.01.2023 bis 28.02.2023. Bereits getätigte Buchungen in diesem Zeitraum bleiben natürlich aufrecht. Ihr bereits gebuchtes Zimmer ist nach wie vor für Sie reserviert.

Wussten Sie, dass…

… die Warmwasseraufbereitung im Hotel mit Solarenergie und Wärmerückgewinnung erfolgt?

… die Seife im Hotel wiederauffüllbar ist und wir dadurch weniger Plastikmüll produzieren?

… aus trockenem Brot Croutons und Paniermehl gemacht wird?

… die verderblichen Lebensmittel vom Buffet rasch weiterverarbeitet werden, z. B. zu Salaten?

… alle Reinigungstücher wiederverwendbar, also waschbar, sind?

… wir nur volle Waschmaschinen einschalten und Vollwaschmittel mit EU-Ecolabel-Zertifizierung verwenden?

…wir Verpackungen der Anlieferungen und bereits bedrucktes Papier wiederverwenden, z. B. um Päckchen zu versenden, Shopartikel zu verpacken und als „Schmierpapier“ für interne Kommunikation?

… der Geschirrspüler, die Klimaanlage und das Licht im Restaurant nur zu den Stoßzeiten eingeschaltet sind?

… die Druckerei, die alle unsere Produkte produziert, ÖKO-zertifiziert ist und das Umweltzeichen trägt?

… wir großen Wert auf Mülltrennung legen und unsere Haustechniker diese täglich kontrollieren?

SHINRIN-YOKU

- auf steirisch -

Die heilsame Wirkung des Waldbadens

Dass ein Aufenthalt in der Natur Erholung vom hektischen Alltag bietet, ist mittlerweile kein Geheimnis mehr. Shinrin-yoku oder auf Deutsch „Baden in der Waldluft“ wird in Japan mittlerweile wie Medizin verschrieben. Damit ist das Aufsaugen der heilsamen Atmosphäre des Waldes gemeint.

Die genaue Bedeutung von Shinrin-yoku und wie es funktioniert
Shinrin-yoku bedeutet nicht einfach, Zeit im Wald zu verbringen. Waldbaden heißt, die Natur intensiv und bewusst wahrzunehmen und mit allen Sinnen zu erleben. Professionelle „Waldbotschafter“ empfehlen, sich zu Beginn auf die Füße zu konzentrieren, jeden Schritt bewusst zu gehen und zu spüren, was sich unter Ihren Schuhen befindet: Blätter, ein Ast, Unebenheiten, … Mit dieser Methode landen Sie quasi automatisch im Hier und Jetzt und können Ihr Gedankenkarussell hinter sich lassen.

Als nächstes berühren Sie Moos, Bäume, Blätter und Äste, lassen Ihrem Entdeckergeist freien Lauf und nehmen den erdig holzigen Duft des Waldes wahr. Diese Vorgehensweise erinnert ein klein wenig an Kindheitstage, als Sie stets neugierig waren und sich stundenlang mit den kleinsten Dingen beschäftigen konnten.

Anschließend setzen Sie sich zehn Minuten ruhig hin, atmen bewusst ein und aus und lauschen der „Stille“ der Natur. Sie werden bemerken: So still ist es gar nicht. Sie hören, wie der Wind sanft durch die Blätter rauscht und wie es rund um Sie raschelt und knistert. Spätestens jetzt spüren Sie, wie in Ihrem Körper und Geist Ruhe einkehrt. Erfahrene „Waldbader:innen“ nehmen für diesen Zweck Decken mit. Auf den Wanderwegen im Thermen- und Vulkanland gibt es alternativ auch etliche Bänke und Baumstümpfe, die als Sitzmöglichkeiten dienen.

Abenteuerlustige können als Königsdisziplin den Wald auch „schmecken“. Das hört sich vielleicht skurril an, aber nehmen Sie ein Stück Rinde in den Mund und achten Sie bewusst auf den Geschmack. Sie werden überrascht sein, wie viele weitere Aromen als holzig Sie wahrnehmen.

Auswirkungen auf Körper und Geist
Ein Aufenthalt im Wald reduziert Stress und wirkt stimmungsaufhellend. Verantwortlich hierfür sind die sogenannten Terpene. Diese sind chemische Verbindungen, die Pflanzen ausschütten.

Weiters haben Terpene einen positiven Einfluss auf die natürlichen Killerzellen (NK-Zellen). Diese Zellen setzen Proteine zur Bekämpfung von Krebszellen frei, weshalb das regelmäßige Waldbaden der Krebsbildung präventiv entgegenwirken könnte.

Die höchste Konzentration erreichen Terpene in den Sommermonaten sowie bei Nebel und Regen. Bei uns im Vulkanland also das ganze Jahr über!

Wandern direkt vom Hotel weg inklusive Waldbadegenuss

RUNDWANDERWEG BAIRISCH KÖLLDORF NR. 2
9,3 km | Gehzeit: ca. 2 Stunden

WALDLEHRPFAD BAD GLEICHENBERG
3 km | Gehzeit: ca. 3,5 Stunden

3-KOGEL-WEG
Kapfenstein | Stradner Kogel
Gleichenberger Kogel
26,9 km | Gehzeit: ca. 8 Stunden

Teamgeflüster

MIT 40 JAHREN NEU STARTEN: VOM LEHRLING ZUR RESTAURANTLEITUNG

Herzstück Marcela schreibt

Hallo, liebe Leserin und lieber Leser! Mein Name ist Marcela und ich arbeite seit März 2015 im Vulkanlandhotel Legenstein. Wir kennen uns bestimmt, wenn Sie schon einmal im Legenstein zu Gast waren. In den folgenden Zeilen lesen Sie mehr über mich und meinen Werdegang im Hotel – auf den ich, offen gesagt, sehr stolz bin.

Ich bin mit meiner Familie im Frühling 2014 von der Obersteiermark ins Vulkanland gezogen. Als gelernte Elektromechanikerin für Maschinen und Anlagenbau und Dachdeckerin/Spenglerin habe ich keine typischen Frauenberufe gelernt. Aufgrund dessen tat ich mir bei der Arbeitssuche schwer und habe mich schlussendlich nach anderen Optionen umgeschaut, wobei ich auf das Vulkanlandhotel Legenstein gestoßen bin. Zu diesem Zeitpunkt wusste ich noch nicht, welch großen Wandel dieser neue Weg für mich bereit halten würde.

Ich habe mich beworben und eine Woche im Restaurant Feuergott geschnuppert. Die Arbeit als Restaurantfachfrau hat mir sehr gut gefallen und so ist es dann auch zu einem persönlichen Bewerbungsgespräch mit Frau Legenstein gekommen. Sie hat mir eine Lehrstelle angeboten und obwohl ich wusste, dass es mit meinen zwei Kindern nicht leicht werden wird, habe ich mich für die Lehre als Restaurantfachfrau entschieden.

Da ich bereits gastronomische Erfahrungen im Eissalon, in einer Cocktailbar und im Kaffeehaus sammeln konnte, wurden mir diese angerechnet und ich durfte nach einer Aufnahmeprüfung direkt ins zweite Lehrjahr einsteigen.

Der Arbeitsalltag war nichts Neues für mich, die Berufsschule jedoch schon: Es war nicht einfach, jeden Tag von 07.30 Uhr bis 17.00 Uhr in der Schule zu sein, dann einkaufen zu gehen, nach Hause zu fahren, kochen, waschen, putzen, Kinder versorgen und von ca. 22.00 Uhr bis Mitternacht zu lernen. Und doch war es für mich wie eine Reise in die Vergangenheit. Ich hatte sehr viel Spaß und habe wunderbare Freundschaften geschlossen. Mein Ehrgeiz und meine Motivation haben mich nie verlassen und schneller als ich mich versah, hatte ich meine Lehre zur Restaurantfachfrau auch schon erfolgreich abgeschlossen. Im Laufe der Zeit habe ich auch das Hotel, die Familie Legenstein und das Team gut kennengelernt. Ich habe mich jeden Tag für mehr und mehr interessiert und konnte mich immer weiterentwickeln.

So darf ich mich heute sogar Restaurantleiterin des Restaurants Feuergott nennen! Ich schätze den Zusammenhalt und die Chancen zur Weiter- und Fortbildung sehr. Bis heute arbeite ich sehr gerne hier. Ob ich Hotelgäste bediene, etwas organisiere, plane und gestalte, am Computer arbeite oder gerade Hintergrund- und Reinigungsarbeiten durchführe - mit unseren Gästen und meinen Kolleginnen und Kollegen macht es immer Spaß.

Ich freue mich, Sie wieder bei uns im Hotel und vor Ort zu sehen!

Bis bald,
Ihr Herzstück Marcela

Ausgezeichneter Lehrbetrieb

JOB MIT AUSSICHT
Ausgezeichneter Tourismusbetrieb für Lehrlinge

Das Vulkanlandhotel Legenstein ist ein engagierter Lehrbetrieb und verfolgt die Vision, das beste Umfeld für touristische Lehrausbildungen in Österreich zu sein. Dafür hat das 4-Sterne-Hotel im Sommer eine Auszeichnung erhalten.

„Wir möchten einen Unterschied machen“, verrät Andrea Legenstein.

„Die Tourismusbranche ist eine der schönsten Branchen der Welt und hat zahlreiche Vorteile, wie Jobchancen auf der gesamten Welt, flexible Arbeitszeiten und überdurchschnittliche hohe Karrierechancen. Ich sehe es als unsere Pflicht, diese Überzeugung auch an die nächsten Generationen weiterzugeben und Verantwortung als vertrauenswürdiger Arbeitgeber zu übernehmen.“ Das Vulkanlandhotel Legenstein ist ein Leitbetrieb der Region Thermen- und Vulkanland Steiermark und bildet seit jeher Lehrlinge aus. Vier verschiedene Lehrstellen werden angeboten. Andrea Legenstein erzählt: „Wir bieten immer offene Lehrstellen an. Es soll jederzeit Platz für jemanden sein, den unsere Branche begeistert.“

In einem ausgezeichneten Tourismusbetrieb erwartet Lehrlinge ein umfangreiches Vorteilsangebot. So gibt es zum Beispiel eine Akademie für Lehrlinge mit zusätzlichen Seminaren für die fachliche und persönliche Weiterentwicklung, einen Lehrlingsaustausch unter allen ausgezeichneten Lehrbetrieben, die Möglichkeit auf eine Lehre mit Matura und vieles mehr.

Ausgezeichnete Lehrbetriebe verpflichten sich dazu, Lehrlingen den Einstieg ins Berufsleben so einfach wie möglich zu machen und die beste Basis für eine erfolgreiche Karriere im Tourismus zu bieten. „Wir müssen das Arbeitsumfeld in unserer Branche endlich so gestalten, dass wir die Menschen zum Bleiben animieren“, so Andrea Legenstein.

NEU

LEGENSTEIN-JOBPORTAL

Die neue Website rund um alle Herzstücke und die, die es noch werden möchten:

jobs.legenstein.at

Mehr Infos unter: QR-Code scannen

Rezept vom Küchenchef

RÜCKEN VOM WEIDERIND

Werners TIPP

„Wir servierten dazu Spitzkohl & Cognacsauce."

Für das ganze Rezept QR-Code scannen.

Zutaten für 4 Personen

1 kg Rinderrücken
8 Scheiben Speck
2 Schalotten
1 Knoblauchzehe
1 Bund Salbei
1 Rosmarinzweig
2 EL Butterschmalz
Salz & Pfeffer

fürs Gratin

700 g Kartoffeln
20 g Trüffel schwarz
2 Knoblauchzehen
150 g Créme fraiche
200 ml Schlagobers
50 g Bergkäse
2 EL Trüffelöl
Salz, Pfeffer & Muskatnuss

Steckbrief ♥ Werner

- *Küchenmeister & Küchenchef*
- *Seit 2016 im Legenstein*
- *hegt & pflegt zahlreiche Kräuter*
- *fährt gerne Mountainbike & Ski*

Zubereitung Weiderind

Für das Fleisch den Ofen auf 120°C vorheizen. Schalotten halbieren, Knoblauchzehe leicht andrücken. Den Rinderrücken mit Salbeiblättern und Speck umwickeln und mit Küchengarn binden. Das Fleisch in einer Pfanne mit heißem Butterschmalz von allen Seiten scharf anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Rosmarin, Schalotten und Knoblauch zugeben und alles kurz weiterbraten. Anschließend alles auf ein mit Alufolie ausgelegtes Blech geben und im Ofen auf mittlerer Schiene ca. 30 Minuten garen.

Zubereitung Gratin

Knoblauchzehen klein schneiden und mit Trüffelöl in eine feuerfeste Auflaufform geben. Kartoffeln waschen, schälen und in dünne Scheiben schneiden, in die Form schlichten und dabei jede Lage mit Salz, Pfeffer und Muskat bestreuen. Schlagobers mit Créme Fraiche verquirlen, über die Kartoffeln gießen und mit geriebenem Bergkäse bestreuen. Bei 170°C etwa 40 Minuten backen. Anschließen mit frischem Trüffel bestreuen.

Stefans TIPP

Wein zum Rind

KAPFENSTEINER MERLOT

Weingut Winkler-Hermaden

kräftiger Rotwein, runder Körper & weiches Tannin

Familie Winkler-Hermaden setzt sich mit biologisch-dynamischem Weinbau auseinander. Sie sehen ihren Hof in seiner Gesamtheit, schließen Nährstoffkreisläufe und versuchen, so autark wie möglich zu werden.

Steckbrief ♥ Stefan

- *Stv. Restaurantleiter*
- *seit 2020 im Legenstein*
- *ist von morgens bis abends immer super gut gelaunt*
- *sagt zu Bier nie nein*
- *ist ein guter Zuhörer*