



POST  
AM  
SEE

# Festive Season 2025

## GUEST EXPERIENCES.

Mountains. Deep Blue Lake. Ein Ort, der inspiriert – das ganze Jahr. In der Post am See warten Guest Experiences, die deinen Aufenthalt besonders machen. Art, Food, Nature, Culture – always with a twist.

But wait – there's more! Auch die anderen Häuser der Gröller Hospitality bringen neue Perspektiven. Unser X-Mas-Programm vereint die Highlights aus allen Hotels – für Gäste beider Häuser.

Good to know: Deine Teilnahme an den Experiences kannst du schon bei der Reservierung sichern. First come, first serve.

*familie Gröller*

und das gesamte Team

## Freitag, 19. Dezember

- Pilates – All Levels Post am See | Yoga Room | 8:30-9:30 Uhr
- Saunaaufguss „Holiday Harmony“ Das Traunsee | SeeSPA | 14:15-14:45 Uhr
- Culinary Workshop Kitchen Counter Belétage oder Das Traunsee | 15:00-16:00 Uhr
- Sound Healing mit Klangschalen Post am See | Yoga Room | 17:00-18:00 Uhr

## Samstag, 20. Dezember

- Pilates– All Levels Post am See | Yoga Room | 8:30-9:30 Uhr
- Saunaaufguss „Holiday Harmony“ Post am See | BergSPA | 14:15-14:45 Uhr
- Culinary Workshop Kitchen Counter Belétage oder Das Traunsee | 15:00-16:00 Uhr
- “How to Negroni – Holiday Edition” – Cocktail Workshop Bar Belétage | 16:00-17:00 Uhr | € 15,00
- Führung Wunderkammer Kloster Traunkirchen | 17:00-18:00 Uhr

## Sonntag, 21. Dezember

- Yoga – All Levels Post am See | Yoga Room | 8:30-9:30 Uhr
- Inside Traunkirchen mit Wolfgang Gröller Hotel Post am See | Rezeption | 10:00-11:00 Uhr
- Breathwork Session – „Eine Einführung in die Kunst der Atmung“ Post am See | Yoga Room | 14:00-15:00 Uhr
- Saunaaufguss „Holiday Harmony“ Das Traunsee | SeeSPA | 14:15-14:45 Uhr
- Culinary Workshop Kitchen Counter Belétage oder Das Traunsee | 15:00-16:00 Uhr
- Schnaps Stories der Schnapsbrennerei Sammerhof Post am See | Social Wine Bar | 20:00-21:00 Uhr

## Montag, 22. Dezember

- Yoga – All Levels Post am See | Yoga Room | 8:30-9:30 Uhr
- Saunaaufguss „Holiday Harmony“ Post am See | BergSPA | 14:15-14:45 Uhr
- Culinary Workshop „Der Fischer & der Koch“ Open Kitchen | Das Traunsee | 15:00-16:00 Uhr
- Kakao Zeremonie „Momente der Stille“ Post am See | Yoga Room | 17:00-18:00 Uhr | € 25,00

## Dienstag, 23. Dezember

- Yoga – All Levels Post am See | Yoga Room | 8:30-9:30 Uhr
- Gmundner Keramik Manufakturführung 10:30-11:30 Uhr | € 9,50 | Eigene Anreise
- Saunaaufguss „Holiday Harmony“ Das Traunsee | SeeSPA | 14:15-14:45 Uhr
- Culinary Workshop Kitchen Counter Belétage oder Das Traunsee | 15:00-16:00 Uhr
- Wine Experience - "Die Rebsorten Österreichs" Poesie Zimmer Belétage | 16:00-17:00 Uhr | € 25,00
- Geführte Fackelwanderung mit Schnaps Das Traunsee | 17:00-18:00 Uhr

## Mittwoch, 24. Dezember

- Eisbaden Halbinsel Traunkirchen | Treffpunkt Poststube Post am See | 8:00-9:00 Uhr
- Pilates – All Levels Post am See | Yoga Room | 8:30-9:30 Uhr
- Saunaaufguss „Holiday Harmony“ Post am See | BergSPA | 14:15-14:45 Uhr
- Weihnachtsfeier mit Salzkammergut Musik für Gäste beider Hotels Post am See | 14:30-16:00 Uhr
- Kindermette Pfarre Traunkirchen | 16:00 Uhr
- Christmas Dinner & gemeinsamer Apertif Belétage | 18:30 Uhr | Gegen Aufpreis
- Christmette mit Bläsern der Ortsmusik Pfarre Traunkirchen | 23:00 Uhr

## Donnerstag, 25. Dezember

- **Yoga – All Levels** Post am See | Yoga Room | 8:30–9:30 Uhr
- **Saunaaufguss „Holiday Harmony“** Das Traunsee | SeeSPA | 14:15–14:45 Uhr
- **Culinary Workshop** Kitchen Counter Belétage oder Das Traunsee | 15:00–16:00 Uhr

## Freitag, 26. Dezember

- **Yoga – All Levels** Post am See | Yoga Room | 8:30–9:30 Uhr
- **Saunaaufguss „Holiday Harmony“** Post am See | BergSPA | 14:15–14:45 Uhr
- **Culinary Workshop** Punschhütte Post am See | 15:00–16:00 Uhr
- **Waisen unterm Tannenbaum mit Punsch, Keksen und Krabampferl** Post am See | ab 16:30 Uhr
- **Eisstockschießen** Punschhütte Post am See | 17:00–18:00 Uhr
- **Sound Healing mit Klangschalen** Post am See | Yoga Room | 17:00–18:00 Uhr

## Samstag, 27. Dezember

- **Eisbaden** Halbinsel Traunkirchen | Treffpunkt Poststube Post am See | 8:00–9:00 Uhr
- **Pilates – All Levels** Post am See | Yoga Room | 8:30–9:30 Uhr
- **Besuch der Sternsinger** Das Traunsee 09:00 Uhr | Post am See 09:30 Uhr
- **Saunaaufguss „Holiday Harmony“** Das Traunsee | SeeSPA | 14:15–14:45 Uhr
- **Culinary Workshop** Kitchen Counter Belétage oder Das Traunsee | 15:00–16:00 Uhr
- **„How to Negroni – Holiday Edition“ – Cocktail Workshop** Bar Belétage | 16:00–17:00 Uhr | € 15,00

## Sonntag, 28. Dezember

- **Yoga – All Levels** Post am See | Yoga Room | 8:30–9:30 Uhr
- **Inside Traunkirchen mit Hotelchef Wolfgang Gröller** Hotel Post am See | Rezeption | 10:00–11:00 Uhr
- **Saunaaufguss „Holiday Harmony“** Post am See | BergSPA | 14:15–14:45 Uhr
- **Culinary Workshop** Kitchen Counter Belétage oder Das Traunsee | 15:00–16:00 Uhr

## Montag, 29. Dezember

- **Yoga – All Levels** Post am See | Yoga Room | 8:30–9:30 Uhr
- **Saunaaufguss „Holiday Harmony“** Das Traunsee | SeeSPA | 14:15–14:45 Uhr
- **Breathwork Session – „Atemreise zum Jahresausklang“** Post am See | Yoga Room | 15:00–16:00 Uhr
- **„Der Fischer & der Koch“ – Culinary Workshop** Open Kitchen | Das Traunsee | 15:00–16:00 Uhr
- **Kripplerloas in Traunkirchen mit Wolfgang Gröller** Post am See | 17:00–18:00 Uhr

## Dienstag, 30. Dezember

- **Yoga – All Levels** Post am See | Yoga Room | 8:30–9:30 Uhr
- **Kakao Zeremonie „Dankbarkeit zum Jahresende“** Post am See | Yoga Room | 10:00–11:30 Uhr | € 25,00
- **Saunaaufguss „Holiday Harmony“** Post am See | BergSPA | 14:15–14:45 Uhr
- **Kleinsilvester mit Würsteln und Musik von den Dampfplauderern** Poststube 1327 | Ab 14:30 Uhr

## Mittwoch, 31. Dezember

- **Pilates– All Levels** Post am See | Yoga Room | 8:30–9:30 Uhr
- **Saunaaufguss „Holiday Harmony“** Das Traunsee | SeeSPA | 14:15–14:45 Uhr
- **Altjahrsandacht** Pfarre Traunkirchen | 16:00 Uhr
- **Silvester Dinner Club in der Belétage** Ab 19:00 Uhr | gegen Aufpreis
- **Silvester à la carte in der Poststube 1327** Ganztags

## Donnerstag, 1. Jänner

- Neujahrsfrühstück
- Neujahrs-Anbaden im Traunsee Halbinsel Traunkirchen, Treffpunkt Poststube Post am See | 11:00-12:30 Uhr
- Saunaaufguss „Welcome 2026“ Post am See | BergSPA | 14:15-14:45 Uhr
- Culinary Workshop “Sauschädelessen & Wachsgießen” Kitchen Counter Belétage | 15:00-16:00 Uhr
- Neujahrs-Ansingen Während des Abendessens

## Freitag, 2. Jänner

- Pilates– All Levels Post am See | Yoga Room | 8:30-9:30 Uhr
- Saunaaufguss „Welcome 2026“ Das Traunsee | SeeSPA | 14:15-14:45 Uhr
- Schifffahrt am Traunsee mit Geißwandmusi Treffpunkt Rezeption Das Traunsee | 14:45 – 16:00 Uhr
- Culinary Workshop Kitchen Counter Belétage oder Das Traunsee | 15:00-16:00 Uhr
- Wine Experience - "Die Rebsorten Österreich's" Seestube Das Traunsee | 16:00-17:00 Uhr | € 25,00
- Sound Healing mit Klangschalen Post am See | Yoga Room | 17:00-18:00 Uhr

## Samstag, 3. Jänner

- Pilates– All Levels Post am See | Yoga Room | 8:30-9:30 Uhr
- Saunaaufguss „Welcome 2026“ Post am See | BergSPA | 14:15-14:45 Uhr
- Breathwork Session – „Visionen fürs Neue Jahr“ Post am See | Yoga Room | 15:00-16:00 Uhr
- Culinary Workshop Kitchen Counter Belétage oder Das Traunsee | 15:00-16:00 Uhr
- „How to Negroni – Holiday Edition“ – Cocktail Workshop Bar Belétage | 16:00-17:00 Uhr | € 15,00
- Eisstockschießen Punschhütte Post am See | 17:00-18:00 Uhr

## Sonntag, 4. Jänner

- Eisbaden Halbinsel Traunkirchen | Treffpunkt Poststube Post am See | 8:00-9:00 Uhr
- Yoga – All Levels Post am See | Yoga Room | 8:30-9:30 Uhr
- Inside Traunkirchen mit Hotelchef Wolfgang Gröller Hotel Post am See | Rezeption | 10:00-11:00 Uhr
- Kripplerloas in der Region mit Wolfgang Gröller Hotel Post am See | 14:00-17:00 Uhr
- Saunaaufguss „Welcome 2026“ Das Traunsee | SeeSPA | 14:15-14:45 Uhr
- Culinary Workshop Kitchen Counter Belétage oder Das Traunsee | 15:00-16:00 Uhr
- Schnapps Stories der Schnapsbrennerei Sammerhof Post am See | Social Wine Bar | 20:00-21:00 Uhr

## Montag, 5. Jänner

- Yoga – All Levels Post am See | Yoga Room | 8:30-9:45 Uhr
- Führung Wunderkammer Kloster Traunkirchen | 10:00-11:00 Uhr
- Kakao Zeremonie „Visionen für das neue Jahr“ Post am See | Yoga Room | 14:00-15:00 Uhr | € 25,00
- Saunaaufguss „Welcome 2026“ Post am See | 14:15-14:45 Uhr
- „Der Fischer & der Koch“ – Culinary Workshop Open Kitchen | Das Traunsee | 15:00-16:00 Uhr
- Glöcklerlauf Ebensee um 16:00 Uhr | Klosterplatz Traunkirchen um 18:00 Uhr | Waldcampus um 22:00 Uhr

## Dienstag, 6. Jänner

- Yoga – All Levels Post am See | Yoga Room | 8:30-9:45 Uhr
- Gmundner Keramik Manufakturführung 10:30-11:30 Uhr | € 9,50 | Eigene Anreise

# Wellbeing Experiences

## Yoga – All Levels

Balance und innere Ruhe finden – in einer wohltuenden Yoga-Stunde, die für alle Erfahrungsstufen geeignet ist. Sanfte Bewegungen, fließende Atemübungen und entspannende Dehnungen bringen Körper und Geist in Einklang. Eine Auszeit, in der Leichtigkeit und neue Energie entstehen.

21.12. | 22.12. | 23.12. | 25.12. | 26.12. | 28.12. | 29.12. | 30.12. | 04.01. | 05.01. | 06.01.



## Face Yoga

Gezielte Übungen aktivieren die Gesichtsmuskulatur, straffen die Haut und mindern feine Linien – ganz ohne Eingriffe. Face Yoga stärkt die Gesichtszüge, schenkt frische Ausstrahlung und wohltuende Entspannung im Alltag. Natürliches Lifting, das von innen wirkt und ein Lächeln entstehen lässt.

Termine werden noch bekannt gegeben.

## Pilates

Sanfte, kraftvolle Bewegungen verbinden Körper und Geist und schenken Stabilität. Bewusste Übungen für Körpermitte und Haltung fördern Balance, Energie und innere Ruhe. Eine wohltuende Stunde, die Spannungen löst, Rücken stärkt und Leichtigkeit schenkt – ideal, zentriert und gestärkt ins neue Jahr zu starten.

19.12. | 20.12. | 24.12. | 27.12. | 31.12. | 02.01. | 03.01.



## Eisbaden im Traunsee

Den Tag mit einem echten Energie-Kick beginnen! Eisbaden stärkt das Immunsystem, schenkt Klarheit und ein belebendes Gefühl für den ganzen Tag. Im kristallklaren Wasser des Traunsees die wohltuende Kälte in der beeindruckenden Kulisse – ein Erlebnis, das herausfordert und die Sinne weckt.

24.12 | 27.12. | 01.01. | 04.01.

## Saunaaufguss

Festliche Saunaufgüsse schenken Entspannung, neue Energie und Wohlbefinden in der kalten Jahreszeit. Wohltuende Düfte beleben Körper und Geist. Ein Erlebnis, das Harmonie, Erholung und einen klaren Neubeginn verbindet.

Daily.



# Wellbeing Experiences

## Breathwork – „Atemreise zum Jahresausklang“

Eine besondere Atemreise schließt das vergangene Jahr bewusst ab, reflektiert das Erlebte und lässt Altes los. Gleichzeitig entsteht Raum für Neues, getragen von Ruhe, Dankbarkeit und innerer Balance. So beginnt das neue Jahr mit Leichtigkeit und Zuversicht.

21.12. | 29.12.



## Breathwork – „Visionen fürs Neue Jahr“

Das neue Jahr mit Klarheit und Fokus beginnen und Visionen für 2026 bewusst manifestieren. Gezielte Atemtechniken eröffnen neue Perspektiven und verbinden mit der inneren Kraft. Eine transformative Reise, die Wünsche und Ziele klar werden lässt und voller Energie ins neue Jahr führt.

03.01.

## Kakao-Zeremonie „Dankbarkeit zum Jahresende“

Das Jahr in Dankbarkeit abschließen und das neue voller Möglichkeiten willkommen heißen. Bei einer Tasse wärmendem Ritualkakao das vergangene Revue passieren lassen, Erfolge feiern und Altes verabschieden. Eine achtsame Zeremonie, die Wärme, Verbundenheit und Klarheit für das neue Jahr schenkt.

22.12. | 30.12.



## Kakao-Zeremonie „Visionen fürs Neue Jahr“

Mit einer Tasse zeremoniellen Kakaos beginnt das neue Jahr in Wärme und Inspiration. Die Zeremonie öffnet Raum, um Visionen und Herzenswünsche zu verankern und neue Energie zu begrüßen. Ein sanfter Auftakt, der dazu einlädt, Träume zu festigen und mit Zuversicht ins Jahr zu starten.

05.01.

## Sound Healing

Ein ganzheitliches Klangerlebnis, das Körper, Geist und Seele in Einklang bringt. Sanfte Schwingungen hochwertiger Kristallklangschalen führen in einen tief entspannten, meditativen Zustand. Klang und Vibration wirken wie eine feine Massage auf Zellebene und schaffen Raum für Ruhe, Regeneration und Balance.

19.12 | 26.12. | 02.01.



# Culinary Experiences

## „How to Negroni – Holiday Edition“

Exklusiver Cocktail-Workshop:  
Marcus Volsa, Barchef der Belétage, zeigt, wie der perfekte Negroni mit festlichem Twist entsteht. So wird der Holiday Negroni zum besonderen Highlight jeder Feier.

20.12. | 27.12. | 03.01.



## Wine Experience – „Die Rebsorten Österreichs“

In die Welt der österreichischen Weine eintauchen: Katharina Gnigler, Gault Millau „Sommelier des Jahres 2025“, zeigt einzigartige Rebsorten und ihre Aromen. Regionale Besonderheiten und die Geschichten hinter den Tropfen entdecken. Ein Erlebnis, das Genuss und Wissen perfekt verbindet.

23.12. | 02.01.

## Schnaps Stories

Feine regionale Schnäpse mit Schnapsbrenner Christian Brunner vom Sammerhof verkosten und Geschichten rund um die Schnapstradition im Salzkammergut erleben. Ein Abend voller Genuss und Unterhaltung, der die Kultur der Region charmant vermittelt. Alle Schnäpse sind im Anschluss erhältlich.

21.12. | 04.01



## „Der Fischer & der Koch“ – Culinary Workshop

Die kulinarische Welt des Traunsees erleben: Küchenchefs unter Leitung von Lukas Nagl und ein erfahrener Fischer vermitteln Wissen über heimische Fischkultur, Filetier- und Zubereitungs-tips und runden das Erlebnis mit der Verkostung des Tagesfangs ab.

22.12. | 29.12. | 05.01.

## Weitere Culinary Workshops mit Lukas Nagl & Team

Unter der Leitung von Lukas Nagl entstehen kulinarische Erlebnisse voller Wissen, Genuss und Inspiration. Workshops bieten Einblicke in kreative Alltagsideen und raffinierte Spezialitäten. Im Mittelpunkt stehen regionale Produkte, hand-werkliches Können und gemeinsames Entdecken.

19.12. | 20.12. | 21.12. | 23.12. | 25.12. | 26.12. | 27.12. | 28.12. | 01.01. | 02.01. | 03.01. | 04.01.



# Cultural Experiences

## Geführte Fackelwanderung mit Schnaps

Die Magie einer abendlichen Wanderung im Fackelschein erleben und die winterliche Natur im sanften Licht entdecken. Unterwegs sorgt ein traditioneller Schnaps für Wärme und Wohlbefinden. Ein Erlebnis, das Gemeinschaft und winterlichen Zauber perfekt verbindet.

23.12.



## “Inside Traunkirchen” mit Wolfgang Gröller

Das malerische Traunkirchen entdecken und auf eine einzigartige Tour durch die charmante Ortschaft begleiten. Die Schönheit des Traunsees und die besondere Atmosphäre genießen. Eine unvergessliche Gelegenheit, Traunkirchen neu kennenzulernen.

21.12. | 28.12. | 04.01.

## Wunderkammer im Kloster Traunkirchen

Ein Raum voller Kostbarkeiten und Kuriositäten eröffnet neue Perspektiven auf die Welt. In der von Markus Wennerhold, gemeinsam mit Wolfgang Gröller gestalteten „Wunderkammer“ begegnen besondere Fundstücke – von japanischer Riesenkrabbe bis faszinierenden Natur- und Kulturobjekten.

20.12. | 05.01.



## Krambammerl-Brennen mit Wolfgang Gröller

Ein uriges Ritual aus dem Salzkammergut, bei dem feuriger Kornbrand in geselliger Runde entzündet wird. Hotelchef Wolfgang Gröller erzählt Geschichten zum alten Brauchtum. Ein Erlebnis voller Wärme, Geschichte und Gemeinschaft – ideal für die kalte Jahreszeit.

26.12.

## Kripperloas in Traunkirchen, Ebensee & Altmünster

Die Tradition der Kripperloas im Salzkammergut erleben: Gastgeber Wolfgang Gröller führt zu den schönsten Krippen. Kunstvoll gestaltete Szenen verzaubern und schaffen besinnliche Atmosphäre. Eine Wanderung, die Herz und Seele wärmt und Brauchtum näherbringt.

29.12. | 04.01.



A woman with long blonde hair, wearing a silver headband and a dark jacket, is smiling and holding a glass of red wine. She is seated at a table with several drinks, including a cocktail with an orange slice and a glass of green juice. There are wrapped gifts and a decorative glass ball on the table. The background is dark with warm lighting.

POST  
AM  
SEE

## Deine Festtage YOUR WAY

Egal ob allein, mit Partner, Familie oder Friends – die Feiertage sind zum Genießen da. Unser Programm verschönert die Zeit hier: kleine Highlights, besondere Momente und ein Hauch von See- und Bergluft aus dem Salzkammergut, die deinen Aufenthalt unique machen.

Sichere dir jetzt deinen Platz und celebrate die Festtage genau so, wie du sie haben willst.

Join and celebrate with us! **BOOK NOW**

Post am See  
Ortstplatz 5, 4801 Traunkirchen  
+43 7617 2307  
[reservierung@groellerhospitality.com](mailto:reservierung@groellerhospitality.com)