

Secret Season

mama thresl und PRIESTEREGG starten mit drei Spezialwochen in den Herbst - Neue Impulse zwischen Kälte, Ayurveda und Saunakultur

Wenn der Herbst in Leogang Einzug hält, beginnt im Lifestyle-Hotel mama thresl und im exklusiven PRIESTEREGG Premium ECO Resort eine besondere Zeit: Vom 25. Oktober bis 12. November 2026 laden die beiden Häuser in Leogang erstmals zu drei aufeinanderfolgenden Spezialwochen ein, die Bewegung, Regeneration und neue Erfahrungen miteinander verbinden. Den Auftakt macht vom 25. Oktober bis 1. November eine Woche rund um Kälte, Breathwork, Yoga und Pilates mit Wim Hof Instructor Daniel Ruppert. Vom 1. bis 8. November stehen Ayurveda, Achtsamkeit und ganzheitliches Wohlbefinden mit Juliane und Malaika von Spa Motion im Mittelpunkt, bevor Neuro-Mental-Trainer Patrik Holzknecht vom 8. bis 12. November bei den „Sauna Secrets“ in die Kunst des Aufgusses und verschiedene Sauna-Rituale einführt. In begleitenden Vorträgen und Workshops gibt er zudem praktisches Wissen rund ums Saunieren weiter, das die Teilnehmer auch zu Hause in der eigenen Sauna anwenden können. Unterstützt werden die jeweiligen Experten dabei vom erfahrenen PRIESTEREGG-Team. Die täglich wechselnden Programmpunkte sind für Übernachtungsgäste inklusive; lediglich Ayurveda-Massagen werden separat berechnet. Gäste des mama thresl zahlen für Saunaaufgüsse im PRIESTEREGG und die anschließende Nutzung des PRIESTEREGG BAD 60 Euro. So wird die ruhigere Jahreszeit zwischen den Saisonen zur Gelegenheit, Neues auszuprobieren, bewusst Zeit für sich zu nehmen und die Leoganger Bergwelt einmal von einer anderen Seite zu erleben. Reservierungen werden telefonisch unter +43(0) 6583 20 800 und per E-Mail an info@mama-thresl.com entgegengenommen. Weitere Informationen zu den Events finden sich unter mama-thresl.com/event/herbstspezialwochen/.

Kälte, Breathwork, Yoga & Pilates vom 25. Oktober bis 1. November 2026

Raus aus der Komfortzone und neue Energie tanken: Gemeinsam mit Wim Hof Instructor Daniel Ruppert dreht sich eine Woche lang alles um das Zusammenspiel von Atmen, Kälte und Bewegung.

.../2



Beim Eisbaden erleben Teilnehmer bewusst die Kraft der Kälte, während Breathwork und Achtsamkeitsübungen dabei helfen, den eigenen Körper intensiver wahrzunehmen und zur Ruhe zu kommen. Yoga fördert Beweglichkeit und Balance, Pilates und funktionelles Training setzen aktive Impulse. Regenerative Einheiten, Wärme und bewusste Entspannung schaffen anschließend den Gegenpol. Auch die Region wird Teil des Programms: Bewegung und besondere Naturerlebnisse verlagern einzelne Erfahrungen nach draußen und verbinden körperliche Aktivität mit mentaler Stärke.

Ayurveda - Zeit für dich vom 1. bis 8. November 2026

Eine Woche im Zeichen der jahrtausendealten indischen Gesundheitslehre: Gemeinsam mit Juliane und Malaika von Spa Motion sowie dem Therapeutinnen-Team des PRIESTEREGG entdecken Urlauber unterschiedliche Facetten des Ayurveda. Ein ayurvedisches Morgenritual stimmt auf den Tag ein, während spezielle Saunaaufgüsse, ein Gesichtsmassage-Workshop und ein Kamin-Talk Wissen und praktische Impulse für das eigene Wohlbefinden vermitteln. Auch die Ernährung spielt eine wichtige Rolle: Die Teilnehmenden erhalten Einblicke in die Grundsätze der ayurvedischen Küche und erfahren, wie sich diese auf individuelle Bedürfnisse abstimmen lässt. Body Workouts, Pilates, Yoga und Kaltwasserbaden ergänzen die ruhigeren Einheiten um Bewegung und bewusste Körpererfahrung. Ayurveda-Massagen können gegen Aufpreis hinzugebucht werden.

Sauna Secrets vom 8. bis 12. November 2026

Was macht einen guten Aufguss aus und welche Rolle spielen Düfte, Wärme und Kälte für das Saunaerlebnis? Bei den „Sauna Secrets“ gibt Patrik Holzknecht gemeinsam mit dem PRIESTEREGG-Team Einblicke in die Welt des Saunierens. Als Neuro-Mental-Trainer mit Schwerpunkt auf Kälte- und Wärmeanwendungen, mentaler Entspannung und Regeneration bildet er unter anderem professionelle Aufgussmeister aus und bringt damit fundierte Expertise rund um Sauna und bewusste Körperwahrnehmung mit. Unterschiedliche Aufgusstechniken und Sauna-Rituale finden in der original Lappland-Rauchsauna und der Zirbenholz-Sauna des PRIESTEREGG sowie in der Sauna des mama thresl statt. Dabei spielen natürliche Essenzen ebenso eine Rolle wie das Zusammenspiel von Hitze, Atmung, Abkühlung und Erholung. Ergänzend vermittelt Patrik Holzknecht Wissenswerte rund um Hitze und Regeneration und zeigt verschiedene Entspannungstechniken und Rituale, die das Saunaerlebnis bewusst unterstützen. Für Gäste des PRIESTEREGG sind die Angebote inklusive. Gäste des mama thresl zahlen für die Teilnahme an den Saunaaufgüssen in der Rauchsauna des PRIESTEREGGs und die anschließende Nutzung des PRIESTEREGG BAD 60 Euro.

Über das mama thresl

Hinter dem Lifestylehotel mama thresl in Leogang stehen Renate und Huwi Oberlader, die bereits seit 2009 erfolgreich das PRIESTEREGG Premium ECO Resort und Huwi's Alm betreiben. Seit 2014 zählt das mama thresl zu den Vorzeigeadressen der österreichischen Hotellerie, ein Hotel das bewusst auf althergebrachte Konventionen und Klischees verzichtet. Das Haus begeistert mit insgesamt 51 Zimmern in Vollholzbauweise in modern-alpinem Stil. Ein kleiner Wohlfühlbereich mit Finnischer Sauna sorgt außerdem für Ruhe und Entspannung. Herzstück des mama thresl ist die großzügige Island Bar und der offene Restaurantbereich, wo neben coolen Drinks auch Köstlichkeiten wie Flammkuchen, Burger und Steaks serviert werden. Im Winter 2015 kreierte das Hoteliers-Ehepaar an der Bergstation der Asitzbahn als dritten Streich das stylische Pendant zum Hotel auf 2.400 Metern - die HENDL FISCHEREI - MOUNTAIN CLUB.

Über das PRIESTEREGG Premium ECO Resort

Das PRIESTEREGG Premium ECO Resort befindet sich auf 1.100 Höhenmetern im Angesicht der Leoganger Steinberge im Salzburger Land. 18 individuelle Chalets und Villen garantieren exquisiten Hotelkomfort bei absoluter Privatsphäre. Neben den exklusiven Wohnräumen Villa ETANER, Wilderer Villa im Wald und die Villa WOSSA vervollständigen seit Sommer 2025 sieben Seevillen mit eigener Badebucht das Portfolio des Bergdorfs. Komplettiert wird das Wohlfühlangebot mit dem PRIESTEREGG BAD, das mit Saunen, Ruheinseln, Massageräumen und einem beeindruckenden, ganzjährig beheizten Himmelbecken - das in das Bergpanorama hineinragt - auf Erholungssuchende wartet. Zudem lädt ein Naturschwimmbecken zum Sprung ins kühle Nass ein. Maximale Erholung versprechen auch die erhöhten Yoga-Plattformen im Wald. Hier offeriert Gastgeberin Renate Oberlader regelmäßig Yogastunden. Gemütlich wird es abends in Huwi's Alm, in der kulinarische Spezialitäten, teilweise aus der eigenen Landwirtschaft, serviert werden. Seit 2014 betreiben Renate und Huwi Oberlader außerdem das Lifestylehotel mama thresl im Ortszentrum von Leogang und seit 2015 den HENDL FISCHEREI - MOUNTAIN CLUB an der Asitz-Bergstation.

München/Leogang, 14. September 2026

Für weitere Presseinformationen:
 Sophia Schmidt / Jennifer Sigmunt
 STROMBERGER PR GmbH
 Kistlerhofstraße 70, Haus 5, Gebäude 188
 81379 München, Deutschland
 T +49(0)89/189478-71
 schmidt@strombergerpr.de
 www.strombergerpr.de

Flo Köhler/ Marlene Dertnig-Seitz
 mama thresl
 Sonnberg 252
 5771 Leogang, Österreich
 T +43(0) 6583 20 800
 info@mama-thresl.com
 www.mama-thresl.com