

ST.MARTINS



Presseinformation

Frauenkirchen, 27. Februar 2026

Der früheste Frühling Österreichs: Wenn rund um die St. Martins Therme & Lodge Natur, besondere Wohlfühlmomente und Glücksgefühle erwachen

Während anderswo noch winterliche Zurückhaltung spürbar ist, beginnt rund um die St. Martins Therme & Lodge – einem Resort der VAMED Vitality World – bereits der früheste Frühling des Landes. In der einzigartigen Steppenlandschaft ganz im Osten verändert sich aktuell täglich die Natur, was gleichermaßen berührt wie belebt. Den Gast erwartet ein hoch professionelles Zusammenspiel aus Artenvielfalt draußen und Wellness-Vielfalt drinnen, spürbar wohltuend und naturwissenschaftlich begleitet. Biolog:innen & Therapeut:innen begegnen gemeinsam aber auf unterschiedliche Art und Weise dem facettenreichen Frühling im Seewinkel und sorgen dafür, dass das, was auf der Safari begeistert auch in Form einer entspannenden Behandlung tief im Inneren entfaltet werden kann.

„Die Natur hat einfach unglaublich viel zu erzählen und das beginnt tatsächlich direkt vor unserem Haus“ erklärt Martin Adelwöhrer, Geschäftsführer der St. Martins Therme & Lodge. „Wir erleben jedes Jahr aufs Neue, wie früh sich hier das Leben regt. Das ist kein leiser Übergang, sondern tatsächlich ein regelrechtes Erwachen. Wenn „unsere“ Waldohreulen (*Asio otus*) am St. Martins Gelände in der Dämmerung balzen, die ersten Kiebitze (*Vanellus vanellus*) auf den Naturschutzflächen der hauseigenen Landwirtschaft zurückkehren und Feldlerchen (*Alauda arvensis*) den Himmel wieder mit ihrem Gesang erfüllen, dann spürt man förmlich, dass ein neuer Zyklus beginnt“, schildert Elke Schmelzer, Biologin, Gesundheits- und Resident Managerin, St. Martins Therme & Lodge, begeistert.

Tatsächlich bietet die Region rund um die Lodge ganzjährig u.a. eine beeindruckende ornithologische Vielfalt – rund um die St. Martins Therme & Lodge konnten bereits unglaubliche 225 Vogelarten nachgewiesen werden. Im gesamten Raum Neusiedler See sind es rund 360 Arten.

Im Vorfrühling gibt es eine spannende Mischung: Bei den Graugänsen (*Anser anser*) hat bereits die Paarbildung eingesetzt – ein sicheres Zeichen für den nahenden Brutbeginn. Gleichzeitig verweilen Blässgänse (*Anser albifrons*) noch bis etwa Mitte März im Gebiet. Diese besondere Phase, in der frühe Rückkehrer auf noch rastende Wintergäste treffen, schafft eine außergewöhnliche und vielfältige Vogelwelt. „Jeder Tag ist es irgendwie anders und diese Übergangszeit ist biologisch besonders spannend“, sagt Schmelzer. „Wir beobachten eine bunte Mischung aus Aufbruch und Verweilen – genau das macht den frühesten Frühling hier so einzigartig.“ Auch botanisch beginnt die Landschaft neu zu leben. Die Sal-Weide (*Salix caprea*) umgangssprachlich „Palmkätzchen“ genannt, stellt einen der wichtigsten ersten

Die Lodge der:



ST.MARTINS



Nahrungsquellen für Insekten wie die Honigbiene (*Apis mellifera*) dar, während das unscheinbare Hungerblümchen (*Draba verna*) am Trockenrasen den Vorfrühling für sich nutzt und nur für kurze Zeit zu entdecken ist.

„Frühe Blüher sind ökologisch von enormer Bedeutung“, betont Schmelzer. „Sie bilden die Basis für viele Insektenarten – und damit für das gesamte Nahrungsnetz. Wenn wir im Frühling diese Vielfalt sehen, erleben wir Biodiversität nicht abstrakt, sondern unmittelbar.“

Biodiversität als Schlüssel zur Gesundheit

„Der Mensch ist ein biologischer Teil der Natur. Wir brauchen komplexe, lebendige Umgebungen, um uns wohlfühlen“, erklärt Schmelzer. „Studien belegen, dass Aufenthalte in artenreichen Landschaften Stresshormone reduzieren, das Immunsystem stärken und die Stimmung nachhaltig verbessern.“ Gerade im Frühling, wenn sich auch im menschlichen Körper hormonell vieles verändert, spielt die Natur eine besondere Rolle. Nach den lichtarmen Wintermonaten steigt mit zunehmender Tageslänge die Produktion von Serotonin – jenem Neurotransmitter, der maßgeblich zu Glücksgefühlen beiträgt. Gleichzeitig werden durch Bewegung im Freien Endorphine freigesetzt, die Energie und Motivation steigern.

„Wir waren im Winter viel in geschlossenen Räumen. Der Organismus sehnt sich förmlich nach Licht, frischer Luft und natürlichen Reizen“, so Schmelzer. „Der Frühling schenkt uns genau das – und hier bei uns im Seewinkel beginnt er besonders früh.“

Ganzheitliche Regeneration im Rhythmus der Natur: Das Übernachtungs-Package: „Der früheste Frühling Österreichs“

„In Kombination mit dem mineralstoffreichen Thermalwasser, hochwertigen Spa-Angeboten, professionell geführten Saunaaufgüssen, regionaler Kulinarik und mitten in der erwachenden Kultur- und Naturlandschaft entsteht ein ganzheitliches Erholungserlebnis“, schildert Martin Adelwöhrer. „Gäste tauchen nicht nur ins herrlich warme Wasser ein, sondern ebenso in eine lebendige, vielfältige Naturkulisse, die nachweislich zur Regeneration beiträgt.“

„Unser Anspruch ist es, Naturerlebnis und Gesundheitskompetenz miteinander zu verbinden. Wir bieten unseren Gästen daher gezielt ein spezielles Package für diese Zeit an“, betont Schmelzer. „Wer hier durch die erwachende Landschaft spaziert, begleitet von unseren hoch professionellen Ranger:innen den Gesang der Vogelwelt lauscht und anschließend in der Therme entspannt, erlebt Erholung auf allen Ebenen – körperlich, mental und emotional“.

Weitere Infos zur St. Martins Therme & Lodge: www.stmartins.at

ST.MARTINS



Rückfragen bei:

Zenker & Co Public Relations
PhDr. Andreas Lachner-Zenker, MSc, MBA
Tel.: 0664/ 244 32 42
Mail: info@zenkerundco.at

Über die St. Martins Therme & Lodge

Die St. Martins Therme & Lodge ist Teil der VAMED Vitality World, Österreichs führendem Betreiber von Thermen- und Gesundheitsresorts. Die Gruppe umfasst aktuell sechs der renommiertesten Resorts in Österreich – neben der St. Martins Therme & Lodge den AQUA DOME – Tirol Therme Längenfeld, das Spa Resort Geinberg, die Therme Laa | Hotel | Silent Spa | Villas, die Therme Wien und das TAUERN SPA Zell am See – Kaprun. Gemeinsam empfangen die Resorts jährlich rund 2,6 Millionen Gäste und beschäftigen rund 1.700 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

Die St. Martins Therme & Lodge wurde 2009 im burgenländischen Seewinkel eröffnet und seitdem laufend erweitert. Sie ist als erste Lodge Mitteleuropas ein 4* Superior Refugium mitten in unberührter Natur, wo Thermen-Erlebnisse, Luxus-Auszeit & Seewinkel Safaris eins sind. Heute empfängt die St. Martins Therme & Lodge jährlich rund 300.000 Gäste, beschäftigt 320 Mitarbeiter:innen und trägt mit einer regionalen Wertschöpfung von über 50 Mio. Euro wesentlich zur Wirtschaftskraft des Burgenlandes bei.