

# VERANSTALTUNGEN

## Live-Musik & Tanz

ab 20.00 Uhr in unserem Stießbergstüble

## Eisstockschießen/Lattlschießen

von 10.00 bis 12.00 Uhr und von 15.00 bis 20.00 Uhr

Auf unserer Wintergarten-Terrasse

Das Spielmaterial sowie die Anleitung erhalten Sie an unserer Rezeption.

## Modenschau der Hotelboutique von Corinna Roy

Dienstag 17.00 Uhr in unserer Panoramahalle

## Stimmungsvolle Unterhaltung

mit Kathrin Seebacher & Martin Kerber

Mittwoch 16.00 Uhr in unserer Panoramahalle

## Gemeinsame Weihnachtsfeier

Mittwoch 17.00 Uhr in unserer Panoramahalle

## Fackelwanderung mit Elisabeth Trenkle

Mittwoch 20.30 Uhr

Bitte tragen Sie sich in die Liste an unserer Rezeption ein.

## Lyrische Wanderung um den Staufen

Donnerstag 13.30 Uhr

Bitte tragen Sie sich in die Liste in unserer Sportabteilung ein.

## Pianomusik in der Panoramahalle

Donnerstag & Freitag jeweils von 16.00 bis 17.00 Uhr

## Oldie & Bluegrass mit Roberto Sansone

Donnerstag 21.00 Uhr in unserer Panoramahalle

## Wanderung ins winterliche Kojenmoos

Freitag 12.00 Uhr

Bitte tragen Sie sich in die Liste in unserer Sportabteilung ein.

## Weihnachtliche Degustation

Freitag 18.00 Uhr in unserem Stießbergstüble

Bitte tragen Sie sich in die Liste an unserer Rezeption ein.

## Italian Night mit Roberto Sansone

Freitag 21.00 Uhr in unserer Panoramahalle



## ONLINE TERMIN-RESERVIERUNG

Massage | Kosmetik | Physio-Prävention

Ihren Behandlungstermin in unseren Spa-Abteilungen können Sie ganz bequem online buchen. Einfach QR-Code scannen und Ihre Wohlfühlzeit sichern.



<https://wellness.allgaeu-sonne.de>

# GÄSTEINFORMATION

**Happy Cocktail:** 18 - 19 Uhr in der Panoramahalle: Tages-Cocktail 5 €

**Stießbergstüble:** Täglich Live-Musik & Tanz ab 20 Uhr

Abteilung für Physiotherapie & Massage - 2. Etage - Tel. 965

Abteilung für Schönheit & Kosmetik - 2. Etage - Tel. 960

Hotelboutique Corinna Roy - 2. Etage - Tel. 918

**Friseursalon** - 2. Etage - Termine nach Vereinbarung an der Rezeption

**Arztpraxis** - Dr. Fink & Kollegen - 3. Etage - Tel. 970

**Prävention & Reha** - Sonja Hölzler - 3. Etage - Tel. 919

## ÖFFNUNGSZEITEN RESTAURANT

### Frühstück

7.00 - 10.30 Uhr

### Mittagessen (Schroth & à la carte)

12.00 - 13.30 Uhr

### Kleine Karte

12.00 - 21.30 Uhr

### Schrothkur

18.00 - 20.00 Uhr

### Gourmet-Halbpension & à la carte

18.00 - 20.30 Uhr

Damit sich alle Gäste wohlfühlen, möchten wir Sie bitten, unseren leger-eleganten Dresscode zu berücksichtigen.  
Vielen Dank für Ihr Verständnis.

## BUS-TRANSFER

nach Oberstaufen mit dem hoteleigenen Bus:

Hotel: 10.15 | 11.15 | 12.15 || 15.15 | 16.15 | 17.15 | 18.15

Bahnhof: 10.25 | 11.25 | 12.25 || 15.25 | 16.25 | 17.25 | 18.25

## Vom 23. Dezember bis 2. Januar auch zur Mittagszeit:

Hotel: 13.15 | 14.15      Bahnhof: 12.25 | 14.25

## ALLGÄU WALSER PASS

Mit dem Allgäu Walser Pass genießen Sie während Ihres Aufenthaltes im Allgäu zahlreiche Vorteile. Laden Sie sich bequem die App „Allgäu Walser App“ herunter und erhalten Sie auf Nachfrage an unserer Rezeption Ihren persönlichen QR-Code, um von den Vergünstigungen zu profitieren.

Der QR-Code dient auch als kostenfreie Fahrkarte des MOBIL PASS ALLGÄU. Dieser Pass gilt in Linienbussen und Nahverkehrszügen im Oberallgäu und Kempten, im bodo-Verkehrsgebiet (Landkreise Lindau und Ravensburg, Bodenseekreis, ausgenommen Linien des Stadtbus Lindau) sowie für die Bus-Linien 890 und 891 im Bregenzerwald.

Unsere Empfangsmitarbeiter unterstützen Sie gerne bei der Einrichtung.

**ALLGÄU SONNE**  
★★★★★

# SONNENPOST

Samstag, 20. Dezember bis Freitag, 26. Dezember 2025



## ZITAT DER WOCHE

"Man muss das Unmögliche Versuchen, um das Mögliche zu erreichen  
(Hermann Hesse)

## TIPP DER WOCHE

Martina Suhajda, Frühstückschefin

### Mein Wander-Tipp:

Im Winter wandere ich gerne auf den Mittag in Immenstadt. Dafür parke ich an der Talstation der Mittagbahn und fahre bis zur Mittelstation mit der Bahn.

Dann geht es in ca. 1 Stunde zu Fuß zur Bergstation. Der Weg ist gut ausgeschildert und auch mit Schneeschuhen kann man dort laufen. Oben angekommen kehre ich gerne ein und genieße das weitläufige Bergpanorama mit Blick auf die Oberstdorfer und Hindelanger Berge. Wenn Sie von der Talstation zur Bergstation laufen möchten, sind Sie ca. 2 Stunden unterwegs.

# FRISEUR

Unser Friseusalon mit Friseurmeisterin Erika Uhl ist an den folgenden Tagen für Sie geöffnet:

Dienstag 23. Dezember

Mittwoch 24. Dezember bis 16.00 Uhr

Donnerstag 25. Dezember geschlossen

Freitag 26. Dezember

sowie bis zum 5. Januar

Für Termine wenden Sie sich bitte an unsere Rezeption oder an Frau Uhl direkt im Salon.



## OUTDOORACTIVE PRO+

### Ihre digitale Karte für unvergessliche Wander- und Radelerlebnisse

Als Gäste der Allgäu Sonne erhalten Sie vier Wochen lang kostenfreien Zugang zu Outdooractive Pro+.

#### Ihre Vorteile auf einen Blick

- detaillierte amtliche Karten
- interaktive 3D-Vorschau Ihrer Tour
- Karten und Tourendetails offline speichern
- Zugriff auf exklusive Premiumtouren
- animierte Wetterkarte
- individualisierbare Touren mit GPS-Navigation



[www.outdooractive.com](http://www.outdooractive.com)

## KINDERPLANSCHSTUNDE

In unserem **Innenpool** täglich 12.30 - 14.00 Uhr



Während dieser Zeit können Sie mit Ihren Kindern ausgiebig toben und planschen.  
Es gibt keine Aufsicht.

Kinder sind zu jeder Zeit in unserem Innenpool willkommen, jedoch freuen sich dann sämtliche Gäste über eine ruhige, erholsame Atmosphäre im Poolbereich.

Kinder unter 12 Jahren dürfen sich nur in Begleitung von Erwachsenen im Poolbereich aufhalten.

## SPORTPLAN 20.12. - 26.12.2025

Uhrzeit	Samstag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08.15 – 08.50		Körperanalyse		Einweisung an den Fitnessgeräten		Einweisung an den Fitnessgeräten
08.30 – 8.50	Einweisung an den Fitnessgeräten		Einweisung an den Fitnessgeräten		Einweisung an den Fitnessgeräten	
09.00 – 9.45	Dance Fitness	Starte mit Flexibilität in die Woche	Workout mit dem Gymnastikball	Drums Alive meets Christmas	Step-Workout	Hantelfitness
10.00 – 10.30	Aqua Fitness	Aqua Fitness	Aqua Fitness	Aqua Fitness	Aqua Fitness	Aqua Fitness
10.45 – 11.45	Pilates	Yoga für die Wirbelsäule	Detox Yoga	Yoga „Herzöffnung“	Faszienflow	Mobilität für den ganzen Körper (45 Minuten)
11.55 – 12.25	Phantasiereise	Atemtraining	Progressive Muskelentspannung	Entspannung	Klänge zum Entspannen	
12.25 – 12.45		Einweisung an den Fitnessgeräten				
13.30 – 16.30	13.00 Uhr Geführte Wanderung	Geführte Wanderung	Geführte Wanderung	13.00 Uhr Geführte Wanderung	Geführte Wanderung mit Glühweintreff	12.00 Uhr Geführte Wanderung

Pool

Gymnastik

Fitnesswelt

Outdoor

Es können **max. 14 Gäste** an den Kursen teilnehmen. | Für alle Kurse/Wanderungen gilt: **Bitte tragen Sie sich in die Liste ein.** | Sie wird am späten Nachmittag in der Sportabteilung für den darauffolgenden Tag ausgelegt, für montags bereits am Samstag. | Reservierungen für Kurse an weiteren Tagen sind nicht möglich. | Sollten Sie doch mal nicht an einem Kurs teilnehmen können, bitten wir Sie, sich wieder von der Liste zu streichen, um anderen Gästen die Chance zu geben mitzumachen. | Bitte an festes Schuhwerk und wetterfeste Kleidung bei den Wanderungen denken. | Sollten die geführten Wanderungen witterungsbedingt ausfallen, werden Ersatzkurse in unserem Gymnastikraum angeboten. | Welche Kurse für Sie als Kurgast geeignet sind, besprechen Sie gerne mit unserer Sportbetreuung. Für Schäden, welche durch Vorsatz oder grobe Fahrlässigkeit verursacht wurden, wird nicht gehaftet. | Änderungen vorbehalten! | Der aktuelle Tagesplan liegt in der Sportbetreuung aus.

## GLÜHWEINHÜTTE

Wir laden Sie herzlich auf einen heißen Glühwein oder Punsch an unserer Hütte auf der Wintergarten-Terrasse ein.



Genießen Sie die Weihnachtsmarkt-Atmosphäre bei stimmungsvoller Musik an der frischen, winterlichen Luft.

Unsere Glühweinhütte ist am 23.12.2025 bis 02.01.2026 täglich **von 16.00 bis 17.30 Uhr** geöffnet.

An Heiligabend und Silvester ist unsere Hütte geschlossen.

## EISSTOCKBAHN

Auf unserer Wintergarten-Terrasse können Sie bereits jetzt täglich von 10.00 bis 12.00 Uhr und von 15.00 bis 20.00 Uhr in Eigenverantwortung eine spannende Partie auf unserer Eisstockbahn spielen.



Das Spielmaterial sowie den Punktezettel und die Anleitung erhalten Sie von unseren Rezeptionsmitarbeitenden. Egal, ob Eisstockschießen oder Lattschießen, Sie haben die Wahl.