

# VERANSTALTUNGEN

## Live-Musik & Tanz

Täglich ab 20.00 Uhr in unserem Stießbergstüble

## Themenbuffet

Samstag ab 18.00 Uhr in unserem Restaurant

## Galamenü

Sonntag ab 18.00 Uhr in unserem Restaurant

## Schroth-Einführung

Für Schrothgäste und interessierte Hotelgäste  
Montag, 11.00 Uhr in unserer Panoramahalle

## Sektempfang

Montag, 18.30 Uhr in unserer Panoramahalle

## Ayurveda Tag

Mittwoch

mit Sonja Hilsenbek - Diplom Ayurveda-Spezialistin

## Vortrag, 11.00 Uhr im Tagungsraum:

Gelassen durch den Sommer

## Ayurveda Elemente-Baden, 13.30 Uhr:

Elemente-Baden & besser schlafen - Zur Ruhe kommen, tief regenerieren

## Pulsdiagnose & Konstitutionsanalyse, Termine lt. Auslage

Bitte tragen Sie sich in die Listen in unserer Sportabteilung ein

# 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

**Friseur** - Erika Uhl - 2. Etage - Tel. 0170 771 71 78

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

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

## ÖFFNUNGSZEITEN RESTAURANT

### Frühstück

7.00 - 10.30 Uhr

### Poolkarte

10.00 - 17.00 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

Für unsere Gäste mit Gourmet-Halbpension und unsere Kurgäste sind die Plätze bereits eingeplant – alle anderen Gäste bitten wir um frühzeitige Tischreservierung.

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

## 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 Stadtbusses Lindau) sowie für die Bus-Linien 890 und 891 im Bregenzerwald.

Unsere Empfangsmitarbeiter unterstützen Sie gerne bei der Einrichtung.



ALLGÄU-SONNE

★★★★★

# SONNENPOST

Samstag, 27. Juni bis Freitag, 3. Juli 2026



## ZITAT DER WOCHE

„Das Glück deines Lebens hängt von der Beschaffenheit deiner Gedanken ab.“

(Marcus Aurelius)

## TIPP DER WOCHE

Martina Suhajda, Frühstückschefin

### Mein Lieblings-Ausflug:

„Ich gehe wahnsinnig gerne auf den Hochgrat. Ein ganz besonderes Erlebnis ist es bei Sonnenaufgang oder -untergang und Vollmond. Der wunderschöne Ausblick lohnt sich! Bei Vollmond ist es besonders schön. Da schaue ich mir erst den Sonnenuntergang an und kann dann beobachten, wie der Mond auftaucht. Die Berge erstrahlen in wunderschönem Licht und der Blick ist fantastisch. Das muss man einmal gesehen haben. Es gibt an manchen Tagen sogar Erlebnisfahrten mit der Bergbahn.“

## Livemusik & Tanz im Stießbergstüble

täglich ab 20.00 Uhr

Lassen Sie den Tag in stimmungsvoller Atmosphäre ausklingen.

Täglich ab 20.00 Uhr erwartet Sie in unserem Stießbergstüble abwechslungsreiche Live-Musik – von beliebten Klassikern bis hin zu modernen Hits.

Genießen Sie einen Cocktail oder ein Glas Wein, schwingen Sie das Tanzbein oder lehnen Sie sich entspannt zurück und erleben Sie unvergessliche Abende mit bester Unterhaltung.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



# WELLNESS

## ANGEBOT DES MONATS

Gültig im Juli jeweils von Montag bis Samstag

### Schönheit & Kosmetik

#### Cooling Mint Massage

Erleben Sie eine wohltuende Kombination aus entspannender Massage und belebender Frische. Das erfrischende Pfefferminzöl entfaltet dabei seine angenehm kühlende Wirkung auf der Haut und sorgt für ein Gefühl von Leichtigkeit und neuer Energie.

ca. 45 Min. | 85 €

### Physiotherapie & Massage

#### Summer Fresh Facial

Gönnen Sie Ihrer Haut an warmen Sommertagen eine erfrischende Auszeit. Diese Kosmetikbehandlung kombiniert eine intensiv durchfeuchtende Vliesmaske mit einer wohltuenden Gesichtsmassage durch gekühlte Ice Sticks. Die Haut wird mit wertvoller Feuchtigkeit versorgt und erhält einen neuen vitalen, strahlenden Teint.

ca. 45 Min. | 85 €

# WM 2026



Erleben Sie die WM live bei uns im Hotel!

Verfolgen Sie die spannendsten Spiele in entspannter Atmosphäre auf Großbildschirm und fiebern Sie gemeinsam mit anderen Fußballfans mit.

Atmosphäre auf Großbildschirm und fiebern Sie gemeinsam mit anderen Fußballfans mit.

## 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 vom 27.06.26-03.07.26

Uhrzeit	Samstag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08.15 – 08.50		Körperanalyse		Körperanalyse		Körperanalyse
08.30 – 08.55			Einweisung an den Fitnessgeräten		Einweisung an den Fitnessgeräten	
09.00 – 9.45	Drums Alive	Energiearbeit	Bauch Beine Po	Body Fit	Training mit dem Thera Band	Power Yoga
10.00 – 10.30	Aqua Fitness	Aqua Fitness	Aqua Fitness	Aqua Fitness	Aqua Flow	Aqua Fitness
10.45 – 11.45	Sanftes Rückentraining	Hatha Yoga	Mobility	Faszientraining	Detox Yoga	Wirbelsäulengymnastik
11.55 – 12.20	Entspannungsreise	Bewegte Meditation nach Osho	Autogenes Training „Körperreise“	Klangentspannung	„Atempause“	Stretch & Relax
12.25	Einweisung an den Fitnessgeräten	Einweisung an den Fitnessgeräten		Einweisung an den Fitnessgeräten		Einweisung an den Fitnessgeräten
13.30 – 16.30	Geführte Wanderung	Geführte Wanderung	Geführte Wanderung	Elemente-Baden	Geführte Wanderung	Geführte Wanderung
10.00					10.00 Uhr E-Bike Tour	Sauna

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.

# SCHROTHKUR

Die Schroth'sche Packung hat eine schmerzlindernde, krampflösende und beruhigende Wirkung auf Ihre inneren Organe.

**Unsere Schrothfilme diese Woche jeweils ab 3.30 Uhr:**

- Montag: Blind Side - Die große Chance | Hachiko
- Dienstag: Australia | Ein ungleiches Paar
- Mittwoch: Rain Man | Sex and the City
- Donnerstag: Mad Money | Honig im Kopf
- Freitag: About a Boy | Liebe braucht keine Ferien
- Samstag: Begnadete Hände | Message in a Bottle

# MARKTFEST OBERSTAUFEN

**Freitag, 26. Juni - Sonntag, 28. Juni**  
**Marienplatz Oberstauften**



Freuen Sie sich auf edle kulinarische Köstlichkeiten ebenso wie auf deftige Brotzeiten sowie Drinks, Cocktails und vieles mehr. Volksmusik und traditionelle Blasmusik sorgen dabei für ein abwechslungsreiches Programm.