VERANSTALTUNGEN

Live-Musik & Tanz
Täglich ab 20.00 Uhr in unserem Stießbergstüble

Modenschau der Hotelboutique von Corinna Roy
Samstag 17 Uhr in unserer Panoramahalle

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 17.30 Uhr in unserem Wintergarten

Cocktailempfang
Montag 18.30 Uhr in unserer Panoramahalle

Gin Tasting
Dienstag 19.00 Uhr in unserem Stießbergstüble
Bitte tragen Sie sich in die Liste an unserer Rezeption ein.

Wanderausflug
Mittwoch 10.30 Uhr
Bitte tragen Sie sich in die Liste in unserer Sportabteilung ein.

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 **Art of Hair** - 2. Etage - Tel. 975 - Öffnungszeiten: Dienstag bis Freitag ab 10.00 Uhr - Frau Strantz bittet um frühzeitige Terminvereinbarung

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

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

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.

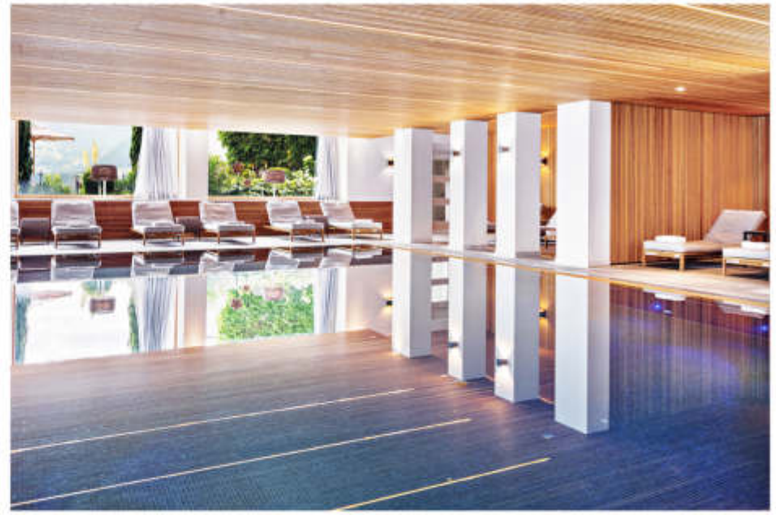
Der QR-Code dient auch als kostenfreie Fahrkarte des MOBIL PASS ALLGÄU. Dieser Pass gilt in Linienbussen und Nahverkehrszügen im Oberallgäu und Kempten, im bodo-Verkehrsgebiet (Landkreise Lindau und Ravensburg, Bodenseekreis, ausgenommen Linien des Stadtbusses Lindau) sowie für die Bus-Linien 890 und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

Unsere Empfangsmitarbeiter unterstützen Sie gerne bei der Einrichtung.

ALLGÄU-SONNE
*****

SONNENPOST

Samstag, 1. März bis Freitag, 7. März 2025



ZITAT DER WOCHE

„Das Leben ist das schönste Märchen, denn darin kommen wir selber vor."
(Hans Christian Andersen)

TIPP DER WOCHE

Ramona Buffler, Reservierungsmitarbeiterin

Mein Ausflugs-Tipp:

„Ich fahre gerne mit dem Auto nach Scheidegg und parke dort im Zentrum in der Nähe der Zollstraße. Von dieser Straße laufe ich in Richtung Österreich auf den Bergwaldweg. Dort führt ein ausgeschilderter, schöner Wanderweg durch den Wald hindurch zur Prinzregent-Luitpold-Klinik. Dann sind es nur noch ca. 300 Meter zum Naturerlebnispark Waldwelt Skywalk Allgäu. Hier können Sie auf dem 540 Meter langen Baumwipfelpfad die Aussicht über die Bäume hinaus genießen. Zurück ins Zentrum geht es von der Klinik aus nach links durch ein weiteres Waldstück zum Kurhaus. Wenn Sie am Kurhaus vorbei in Richtung Ortskern laufen, kommen Sie wieder auf die Zollstraße. Ich brauche für diese Strecke ca. 1 Stunde und 45 Minuten."

Öffnungszeiten Skywalk Allgäu: Täglich 10 - 18 Uhr

WELLNESS

ANGEBOT DES MONATS

Gültig im März von Montag bis Samstag

Schönheit & Kosmetik

Wohlfühlmoment im Frühling

Passend zum Frühlingsbeginn versorgen wir Ihre Haut mit einer entspannenden und regenerierende Gesichtsbehandlung mit Wohlfühleffekt. Die ideale Verwöhnbehandlung für Sie und Ihre Haut mit hochwertigen Anti Aging Produkten.

(Reinigung, AHA-Peeling, Collagen, Massage mit pflegender Schaummaske, Abschlusspflege)

ca. 45 Min. | 85,- €

Physiotherapie & Massage

Auf Wolken schweben

Erleben Sie ein wohltuendes Ganzkörperritual: Entspannen Sie bei einem pflegenden Ganzkörperpeeling und lassen Sie sich mit einer sanften Pinselmassage verwöhnen. Die langen Streich-Bewegungen und die sinnlichen Düfte unseres Comfort Zone Tranquillity Öls wirken entschleunigend und beruhigend.

ca. 60 Min. | 105,- €

NEUIGKEITEN

Sie möchten wissen, was in der Allgäu Sonne aktuell los ist und über Neuigkeiten informiert werden? Dann abonnieren Sie unseren Newsletter oder folgen uns auf **Facebook** „Allgäu Sonne“ und **Instagram** „allgaeu_sonne“.

Verlinken Sie uns gerne bei Instagram auf Ihren Beiträgen oder in Ihrer Story und verwenden Sie den Hashtag **#allgäusonne**

SPORTPLAN 01.03. – 07.03.2025

Uhrzeit	Samstag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08.15 – 08.50		Körperanalyse		Körperanalyse		Körperanalyse
08.30 – 08.50	Einweisung an den Fitnessgeräten		Einweisung an den Fitnessgeräten		Einweisung an den Fitnessgeräten	
09.00 – 09.45	Ausdauer & Kraft	Herzlich Willkommen Gymnastik	Body Fit	Power Pilates	Starker Oberkörper	Beine & Po mit dem Step
10.00 – 10.30	Aqua Fitness	Aqua Fitness	Aqua Fitness	Aqua Fitness	Aqua Fitness	Aqua Fitness
10.45 – 11.45	10.45 – 11.30 Uhr Yoga Flow	Sanftes Yoga	Wirbelsäulengymnastik	Faszientraining	Hüfte – Mobilisierung und Kraft	Yoga für Dein Gleichgewicht
11.55 – 12.20	11.45 – 12.15 Uhr Autogenes Training	Klangreise	Stretch & Relax	Traumreise	Klangschalen Entspannung	Tiefenentspannung
12.25 – 12.50		Einweisung an den Fitnessgeräten		Einweisung an den Fitnessgeräten		Einweisung an den Fitnessgeräten
13.30 – 16.30	12.30 Uhr Geführte Wanderung	Geführte Wanderung	Geführte Wanderung	Geführte Wanderung	Geführte Wanderung mit Glühwein-Treff	Geführte Wanderung
10.30				Wanderausflug		

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

Warum die frühen Morgenstunden für die Packung?
Weil unser Körper ab Mitternacht in der Entschlackungsphase ist.

Unsere Schrothfilme diese Woche jeweils ab 3.30 Uhr:

Montag:	Der Teufel trägt Prada | Sabrina
Dienstag:	Ziemlich beste Freunde | Die Queen
Mittwoch:	Frühstück bei Tiffany | Gran Torino
Donnerstag:	Eve und der letzte Gentleman | Die Legende von Bagger Vance
Freitag:	Wie ein einziger Tag | Club der Cäsaren
Samstag:	Good Will Hunting | Ein riskanter Plan

FASNATZIESTAG

Der Staufner Fasnatziestag ist das **älteste Brauchtumfest** in Oberstaufen und hat nichts mit dem klassischen Fasching zu tun, auch wenn der Tag immer am Faschingsdienstag stattfindet, dieses Jahr am **4. März**.

Der Staufner Fasnatziestag erinnert an das **Jahr 1635**, in dem im ehemaligen Markt Staufen die **Pest** wütete und das Leben von 700 Einwohnern auslöschte. Oberstaufen feiert an diesem Tag das Ende der Pest.

Der Umzug, der ab 10 Uhr durch Oberstaufen zieht, besteht unter anderem aus einer Fahnensektion und einem **„Butz“**, der tänzelnd den Umzug anführt und die Besucher von der Pest reinigt. Am Ende des Tages stirbt er den symbolischen Pest-Tod.

Mehr dazu lesen Sie unter: oberstaufen.de/staufner-fasnatziestag