

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

Cocktailempfang

Montag 18.30 Uhr in unserer Panoramahalle

Vortrag von Dr. Thomas Wißmeyer

Wenn die Schulter schmerzt: Was steckt dahinter und wie kann geholfen werden?

Dienstag 17.00 - 18.00 Uhr in unserem Restaurant

Gin-Tasting

Dienstag 19.00 Uhr in unserem Stießbergstüble

Wanderausflug

Mittwoch & Donnerstag 10.00 Uhr in

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

E-Bike Tour

Mittwoch 10.00 Uhr in

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

Privatsprechstunde mit Dr. Thomas Wißmeyer

Donnerstag nach Vereinbarung

Terminvereinbarung direkt im Anschluss an den Vortrag am Dienstag



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

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.

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.



SONNENPOST

Samstag, 21. Juni bis Freitag, 27. Juni 2025



Außenpool

ZITAT DER WOCHE

„Alle Hindernisse und Schwierigkeiten sind Stufen, auf denen wir in die Höhe steigen.“
(Friedrich Nietzsche)

TIPP DER WOCHE

Melanie, Sportbetreuerin

Mein Wander-Vorschlag:

Eine schöne, leichte Wanderung ist der Weg zur Juget-Alpe. Dabei starten Sie auf dem Parkplatz Schlettermoos, der sich zwischen Immenstadt und Missen befindet. Von dort aus geht es in Richtung Siedelalpe, die Sie nach ca. 35 Minuten erreichen. Nach einer kleinen Einkehrpause laufen Sie in ca. 10 Minuten weiter zur Juget-Alpe. Von der Südseite der Alpe hat man einen traumhaften Blick in Richtung Grünten und über den großen Alpsee. Der Weg ist gut ausgeschildert und auch für den Kinderwagen geeignet.

Öffnungszeiten:

Siedelalpe: 10.30 - 19 Uhr, mittwochs Ruhetag | Jugetalpe: 10 - 19 Uhr

WELLNESS



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>



E-BIKE-VERLEIH

Sport Hauber hat eine große Auswahl an unterschiedlichen E-Bikes, die Sie mit der Allgäu Walser Card ab 35,- € pro Tag leihen können.

Denken Sie daran, unsere Empfangsmitarbeiter nach der Gästekarte zu fragen.

SPORTPLAN 21.06. – 27.06.2025

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	Bauch Beine Po	Herzlich Willkommen Gymnastik	Ganzkörpertraining	Drums Alive	Body Fit	Kraft- & Ausdauer
10.00 – 10.30	Aqua Fitness	Aqua Fitness	Aqua Fitness	Aqua Fitness	Aqua Fitness	Aqua Fitness
10.45 – 11.45	Yoga für die Hüfte	Yoga Starke Wirbelsäule	Detox Yoga	Pilates	Yin Yoga - somatisch	Yoga sanft
11.55 – 12.15	Progressive Muskelentspannung	Tiefenentspannung	Traumreise mit sanften Klängen	Faszientraining mit Rolle und Ball	Entspannt durch bewusste Atemführung	Autogenes Training
12.30 – 12.45		Einweisung an den Fitnessgeräten		Einweisung an den Fitnessgeräten		Einweisung an den Fitnessgeräten
13.30 – 16.30	13.00 Uhr Geführte Wanderung	Geführte Wanderung	Geführte Wanderung	Geführte Wanderung	Geführte Wanderung	Geführte Wanderung
10.00			Wanderausflug	E-Mountainbike-Tour (35 € Leihgebühr)	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: Für immer Liebe | Stadt der Engel
- Dienstag: The Champ | Das Bankentrio
- Mittwoch: Brücken am Fluss | Die Bienehüterin
- Donnerstag: Kate und Leopold | Jenseits von Afrika
- Freitag: Dampfnudelblues | About Schmidt
- Samstag: Notting Hill | Last Vegas

HOTELBOUTIQUE

In unserer Boutique verrät Ihnen Corinna Roy Tipps und Tricks zum Kombinieren von Stoffmaterialien, besonderen Schnitten und harmonischen Farben.



Mit Ihnen gemeinsam findet sie das passende Outfit (Gr. 34-50), um das Optimum Ihres Typs hervorzuheben.