

VERANSTALTUNGEN

Live-Musik & Tanz

Täglich ab 20.00 Uhr in unserem Stießbergstüble

Themenbuffet

Samstag ab 18.00 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

Wanderausflug

Dienstag & Donnerstag 10.00 Uhr
Bitte tragen Sie sich in die Liste in unserer Sportabteilung ein.

Edelspirituosen-Degustation

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

E-Bike Tour

Mittwoch 10.00 Uhr
Bitte tragen Sie sich in die Liste in unserer Sportabteilung ein.



Unsere Mehrtagesangebote - nur direkt bei uns buchbar!

WANDERFREU(N)DE

3 Nächte inkl. Gourmet-Halbpension, Wanderkarte & Leihwanderstöcke, Massage „Wanderer-Waden“, Spätabreise nach Verfügbarkeit
ab 643,- € p. P.

Weitere Angebote finden Sie auf unserer Homepage!

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, 05. Juli bis Freitag, 11. Juli 2025



Außenansicht

ZITAT DER WOCHE

„Fantasie ist wichtiger als Wissen. Wissen ist begrenzt, Fantasie aber umfasst die Welt.“
(Albert Einstein)

TIPP DER WOCHE

Markus Schlippe, Einkaufsleiter

Meine Wander-Vorschlag:

Ich wandere gerne den Alperlebnispfad, der über das Hochplateau auf dem Imberg führt. Von der Bergstation der Imbergbahn geht es zuerst durch ein kleines Waldstück. Nach dem Wald beginnt der Rundwanderweg und man folgt der Beschilderung des Pfades. Entlang der befestigten Wege befinden sich insgesamt 47 Stationen, die über die Region und die Alpwirtschaft informieren.

Während des Rundweges haben Sie tolle Aussichten über die Gipfel der Nagelfluhkette. Für die 6 Kilometer benötigt man ca. 3 Stunden, je nachdem wie lange man sich an den Stationen aufhält.

WELLNESS

ANGEBOT DES MONATS

Gültig im Juli jeweils von Montag bis Samstag

Schönheit & Kosmetik

Craith Times für die Haut

Bei dieser sommerlichen Behandlung von Craith genießen Sie den absoluten Frischekick. Ihre Haut erfährt hierbei eine kühle Abwechslung an den heißen Sommertagen mit Anti-Aging und Glow-Effekt.

(Reinigung, Enzyme Peeling, Algenmaske, Hydro Collagen Maske mit Sauerstoff, Abschlusspflege, Augenpflege)

ca. 45 Min. | 85,- €

Physiotherapie & Massage

Wohlfühlpause für Ihre Beine

Schenken Sie Ihren Füßen eine wohltuende Auszeit. Erleben Sie das Gefühl federleichter Beine nach einem kühlenden Beinwickel und einer anschließenden revitalisierenden Beinmassage. Am Abend tanzen Sie leichtfüßig durch unser Stießbergstüble.

ca. 45 Min. | 75,- €



SPORTPLAN 05.07. – 11.07.2025

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	Bewegt in den Morgen	„Herzlich Willkommen“ Gymnastik	HIIT-Training für den Oberkörper	Drums Alive	Body Fit	Bauch Beine Po
10.00 – 10.30	Aqua Fitness	Aqua Fitness	Aqua Fitness	Aqua Fitness	Aqua Fitness	Aqua Fitness
10.45 – 11.45	Yoga - Starke Haltung	Yoga für die Hüfte	Beckenbodentraining	Pilates	Faszien Yoga	Yoga Detox
11.55 – 12.15	Atem & Bewegung im Einklang	Tiefenentspannung mit Klang	Körperreise	Stretch & Relax	Klangentspannung	Progressive Muskelentspannung
12.30 – 12.45		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: Sehnsüchtig | Bridge of Spies
- Dienstag: Invictus | Vincent will Meer
- Mittwoch: Was Frauen wollen | Geheimnis der Vergangenheit
- Donnerstag: Legendary | Darf ich bitten
- Freitag: Catch me if you can | Red Dog - Ein Held auf vier Pfoten
- Samstag: Winterkartoffelknödel | Der Auftragslover

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 auf Ihren Beiträgen oder in Ihrer Story und verwenden Sie den Hashtag **#allgäusonne**
Aktuelle Instagram-Beiträge finden Sie auch auf unserer Homepage unter **Urlaubsinspiration.**



SPORTWOCHEN 2025

Unsere themenbasierten Sportwochen rücken je nach Saison verschiedene Sportarten in den Fokus.

Alle, die in der Zeit bei uns wohnen, können mitmachen!

- 14.07. - 19.07.25: Berg & Tal Spezial
- 22.09. - 27.09.25: Wanderwoche
- 13.10. - 18.10.25: Klangwoche
- 10.11. - 15.11.25: Auszeit mit Yoga & Ayurveda

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Homepage.