

# 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 17.30 Uhr in unserer Panoramahalle

## Cocktailempfang

Montag 18.30 Uhr in unserer Panoramahalle

## 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.

## Grillabend

Mittwoch ab 18.00 Uhr auf unserer Sonnenterrasse

## Wanderausflug

Donnerstag 10.00 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.



# 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**.

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, 09. August bis Freitag, 15. August 2025



Außenpool

## ZITAT DER WOCHE

„Was du liebst, lass frei. Kommt es zurück, gehört es dir - für immer.“

(Konfuzius)

## TIPP DER WOCHE

Markus Schlippe, Einkaufsleiter

### Mein 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 August jeweils von Montag bis Samstag

### Schönheit & Kosmetik

#### Strahlender Augenblick

Genießen Sie den Augenblick bei einer wohltuenden und hochwirksamen Anti-Aging-Gesichtsbehandlung von Cellcosmet. Das absolute Highlight der Behandlung ist die Kollagen-Augenmaske. Sie sorgt für eine frische und strahlend schöne Augenpartie.  
(Reinigung, Peeling, Kollagen-Augenmaske, Serum, Massage, Abschlusspflege, Augenpflege)

ca. 45 Min. | 110 €

### Physiotherapie & Massage

#### Granatapfel-Vital

Schenken Sie sich und Ihrem Körper eine Auszeit und lassen Sie sich bei unserer Seidenhandschuh-Massage mit anschließender pflegender Granatapfel-Körperpackung verwöhnen. Diese angenehme Anwendung regt den Stoffwechsel an und sorgt für eine gute Durchblutung. Sie bewahrt die Hautelastizität, wirkt konturfestigend und intensiv durchfeuchtend.

ca. 45 Min. | 80 €



# SPORTPLAN 09.08. – 15.08.2025

Uhrzeit	Samstag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08.00 – 08.30		Körperanalyse		Körperanalyse		Körperanalyse
08.30 – 08.50	Einweisung an den Fitnessgeräten		Einweisung an den Fitnessgeräten		Einweisung an den Fitnessgeräten	
09.00 – 09.45	„Step by Step“ Kraft & Ausdauer	Herzlich Willkommen Gymnastik	Body Fit	Drums Alive	Bewegt in den Tag	TABATA
10.00 – 10.30	Aqua Fitness	Aqua Fitness	Aqua Fitness	Aqua Fitness	Aqua Fitness	Aqua Fitness
10.45 – 11.45	Yoga „Yin & Yang“	Yoga für den Rücken	Hatha Yoga	Pilates Sanft	Power Yoga	Yogilates
11.55 – 12.25	Klangentspannung	Entspannungsgymnastik	Autogenes Training - Körperreise -	Stretch & Relax	Klangreise	Bewusste Atemführung
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				E-Bike-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: Das Haus am Meer | America's Sweethearts
- Dienstag: La vie en Rose | So spielt das Leben
- Mittwoch: Coach Carter | Am Rand der grünen Welt
- Donnerstag: Hitch der Date Doctor | Lieber verliebt
- Freitag: Der Ghostwriter | Kochen ist Chefsache
- Samstag: Der Duft der Frauen | The Big Short

# AUSFLUGSTIPP

### Erlebnisfahrten am Hochgrat

#### Fahrt zum Sonnenaufgang

Beginnen Sie den Tag mit einem unvergesslichen Sonnenaufgang auf über 1.800 Metern Höhe. Der Bahnbetrieb beginnt am 10.08. zwischen 4.30 Uhr und 5.00 Uhr.

#### Fahrt zum Sonnenuntergang

Beobachten Sie, wie das Abendrot die Berge in ein glühendes Licht taucht und die Sonne im Bodensee versinkt. Der Bahnbetrieb endet am 08.08., 12.08. und 15.08. um 22.00 Uhr.



## 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.

