

Allgäu®

# allgäu momente

MAGAZIN FÜR WELLNESS, RUHE & GELASSENHEIT

3

**Genusstipps:**  
Regional, Gourmet  
oder mit Bergblick

## RÜCKZUGSORTE

Garten der 6 Sinne,  
Pilgerpfade, Berg-  
wandern mit Yoga

## ACHTSAMKEIT

Eine Auszeit im  
Allgäu, die nach-  
haltig wirkt

## ALPENWELLNESS

Energie tanken  
im Einklang mit  
der Natur

Bayern®



PRIMAVERA®

# Düfte erleben

im PRIMAVERA Duft- & Naturkosmetikshop

Fr & Sa  
Firmen- &  
Garten-  
führung\*

Erleben Sie naturreine Aromatherapieprodukte, hochwertige Bio- & Naturkosmetik und ganzheitliche Wohlfühlprodukte.

Unsere Öffnungszeiten: MO – FR 9 – 18 Uhr & SA 10 – 18 Uhr

Unser Erlebnisprogramm finden Sie unter [www.primaveralife.com](http://www.primaveralife.com)

PRIMAVERA Duft- & Naturkosmetikshop • Naturparadies 1 • D-87466 Qy-Mittelberg  
Tel +49 8366 8988-880 • [erlebnis@primaveralife.com](mailto:erlebnis@primaveralife.com) • [www.primaveralife.com](http://www.primaveralife.com)

\* Firmenführung Fr 16 Uhr & Sa 13 Uhr | Gartenführung Fr 14 Uhr & Sa 11 Uhr (Juni – Sep.) | außer an bayer. Feiertagen





Liebe Leserin,  
lieber Leser!

Waldbaden!? Was ist das denn, bitte? So habe ich reagiert als ich von diesem neuen Trend las. Und begann mich zu informieren. Waldbaden beschreibt den intensiven Aufenthalt unter Bäumen. Man hört das Rascheln der Blätter, den Gesang der Vögel, spürt die Erde. Das Wechselspiel aus Licht und Schatten. Der Duft. Die Sonne ... Wissenschaftler haben sogar den Nachweis erbracht: Waldbaden fördert die Gesundheit.

Es ist verblüffend, wie gut manchmal die einfachen Dinge tun. Und noch ein weiterer Aspekt hat mich überrascht: Waldbaden wird bereits von Partnern der Achtsamkeit Allgäu angeboten.

Neue Trends, altes Wissen. Bei uns im Allgäu sind das keine Widersprüche.

Mehr dazu auf den nächsten Seiten!  
Herzlichst

*Barbara W.*

Barbara Weißinger  
Allgäu GmbH

---

## 04 **Raum, Zeit und 3000 Sterne**

Warum wir im Allgäu unsere Gäste erstmal ankommen lassen.

---

## 06 **Intuition, Inspiration, Information**

Die Orte im Allgäu empfangen Sie mit besonderen Erlebnissen

---

## 14 **Badeanzüge und Kuscheleinheiten**

Manchmal lassen wir überraschende Zahlen für uns sprechen.

---

## 16 **Dreiklang für das Wohlfühl**

Die Hotels im Allgäu präsentieren sich mit klaren Konzepten.

---

## 24 **Das Allgäu bewusst genießen**

Sie haben die Wahl:  
Küche auf Sterne-Niveau oder einfach gut.

---

## 30 **Hinkommen, ankommen, runterkommen**

So erreichen Sie uns –  
und wir freuen uns schon auf Sie.



# Achtsam im Allgäu

## Einfach. Ich. Sein.

Wenn wir im Allgäu unsere Gäste begrüßen, geben wir ihnen vor allem Zeit und Raum. Zeit, um anzukommen. Raum, sich auszuprobieren. Und die Gäste nehmen das gern an. Bei uns im Allgäu lassen sie sich nachts Wickel anlegen, waten morgens durch Kneipp-Becken, atmen ganz bewusst oder essen mit „Fremden“ an einer Tafel. Unsere Gäste gehen früh schlafen und fühlen sich am nächsten Tag – wie neu geboren ...

Im Allgäu kann man ausbrechen aus eingefahrenen Bahnen. Dafür braucht es Zeit und Raum. Aber auch Herzlichkeit und Vertrauen. Muße und Natur. Dann kommt sie wieder – die Freude an den kleinen Dingen: Man hat Lust, Neues zu entdecken, sich der Ruhe hinzugeben, das Leben zu genießen.

Das Ziel der Achtsamkeit Allgäu ist es, eine bewusstere Haltung sich selbst gegenüber zu finden. Das Allgäu hilft. Die Natur entschleunigt. Die Menschen sind ehrlich. Hier hat's Profis, die einem den Rahmen geben, mal wieder man selbst zu sein. Und wir schenken unsere Gästen – Zeit und Raum.

Das Allgäu lädt ein – zum: Einfach. Ich. Sein.  
Unsere Gastgeber erwarten Sie  
[www.achtsamkeit-allgaeu.de](http://www.achtsamkeit-allgaeu.de)



### *Achtsam das Allgäu erleben*

Dieses Symbol weist Ihnen den Weg zu Hotels und Orten in dieser Broschüre, die spezielle Achtsamkeits-Programme konzipiert haben – finden Sie Ihre innere Mitte im Allgäu.



## Sonja Endras

Multitasking ist out, Fokussierung zählt.

„Das Gleichgewicht ist das Maß aller Dinge. Sebastian Kneipp hat bereits vor 150 Jahren gemahnt: Man müsse lernen, sich zu fokussieren – etwas zu Ende zu bringen.“ Die Psychologin Sonja Endras zeigt sich immer wieder überrascht, wie visionär der Wasserdoktor war. „E-Mails und Smartphones wird er sicher nicht gekannt haben. Und doch helfen die Empfehlungen im Umgang mit unserem Alltag.“ [www.kneippianum.de](http://www.kneippianum.de)

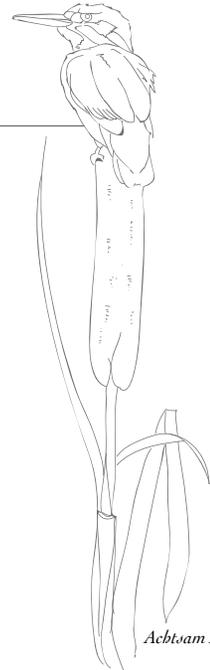
## 10 Orte



der Einkehr bietet der langsamste Wanderweg der Welt. Mindestens zwei Tage sollte man für die 20,4 Kilometer rund um Bad Hindelang einplanen.

## 20 Experten

öffnen ihren Gästen die Augen für Irrlichter, wilde Fräulein und die Mystik einer Charakter-Landschaft des Allgäus: die Moor-Erlebnisführer.



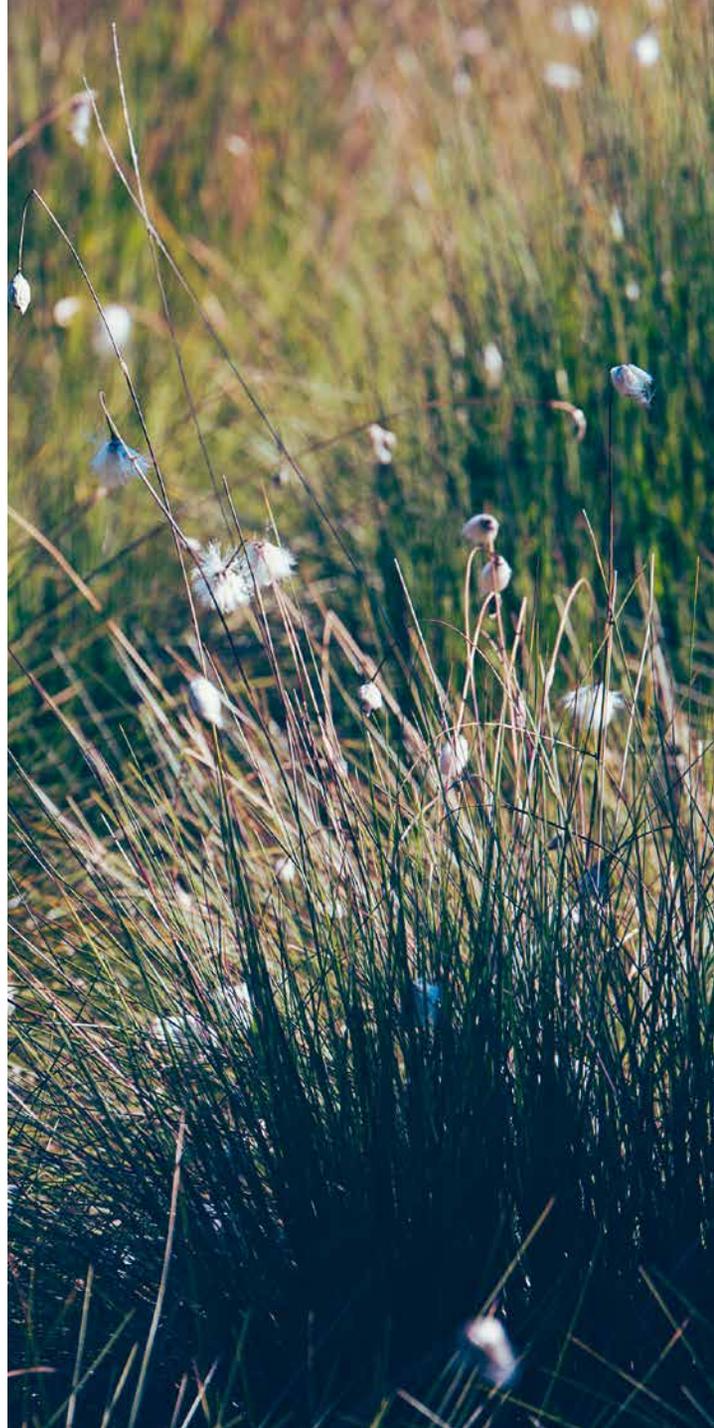
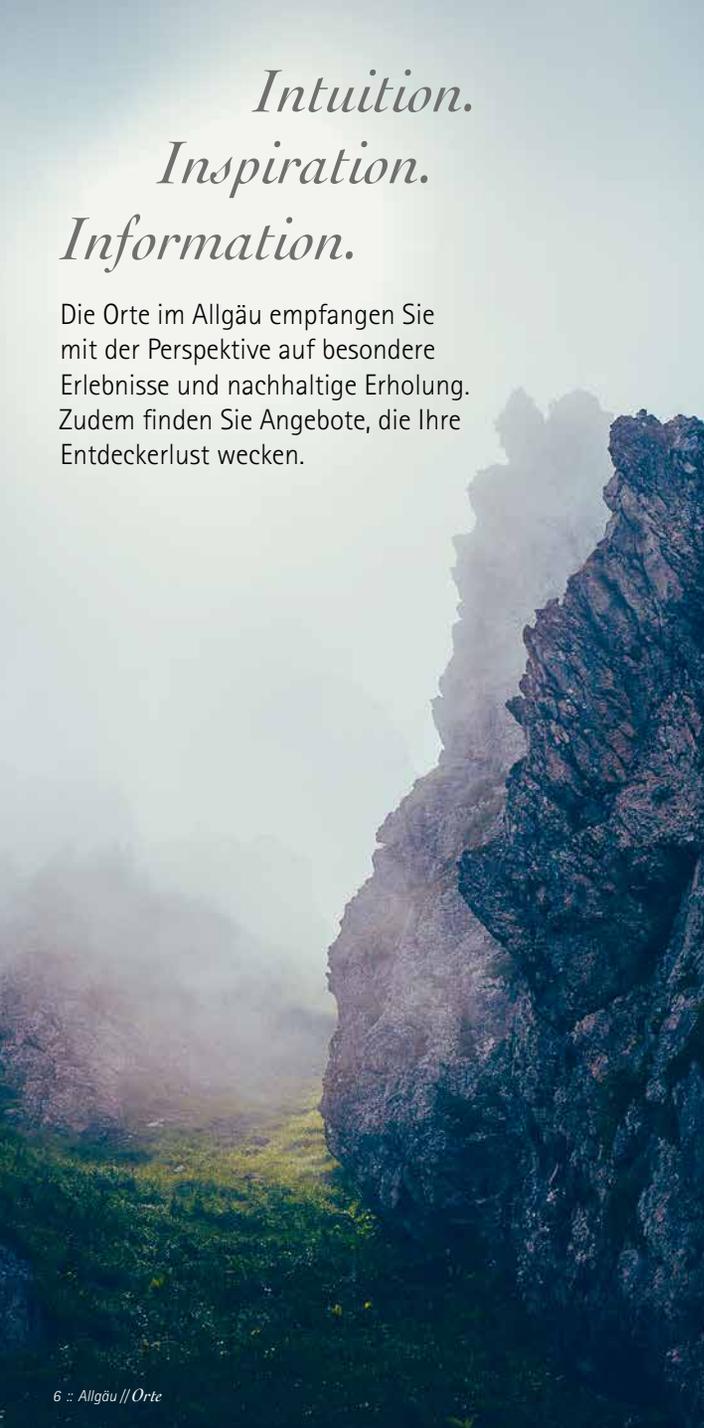
## 3000 Sterne

sind von einem festen Standpunkt aus im Nachthimmel zu sehen. Etwa doppelt so viele, wenn sie sich im Hopfensee spiegeln.



*Intuition.*  
*Inspiration.*  
*Information.*

Die Orte im Allgäu empfangen Sie mit der Perspektive auf besondere Erlebnisse und nachhaltige Erholung. Zudem finden Sie Angebote, die Ihre Entdeckerlust wecken.





**Bergwandern  
und Yoga**

*Bewusstes Gehen in der  
Allgäuer Bergwelt ist  
ein Naturerlebnis – besonders  
entspannend mit Yogaübungen.  
Anmeldung:  
Tel. +49 176 56102172*



### **BAD HINDELANG – Aufatmen für Allergiker**

Die reinste Luft Bayerns: Eingebettet in das Naturschutzgebiet der Allgäuer Hochalpen verfügt das Kneipp-Heilbad über ein reizarmes Hochgebirgsklima erster Güte. Mit über 110 zertifizierten Anbietern gilt der Heilklimatische Kurort Bad Hindelang als die allergikerfreundlichste Gemeinde der Alpen.

*Bad Hindelang Tourismus  
Unterer Buigenweg 2 // 87541 Bad Hindelang  
Tel. +49 8324 892 0 // [info@badhindelang.de](mailto:info@badhindelang.de)  
[www.badhindelang.de](http://www.badhindelang.de)*



### **BAD WURZACH – Natürlich gesund durch die Kraft des Moores**

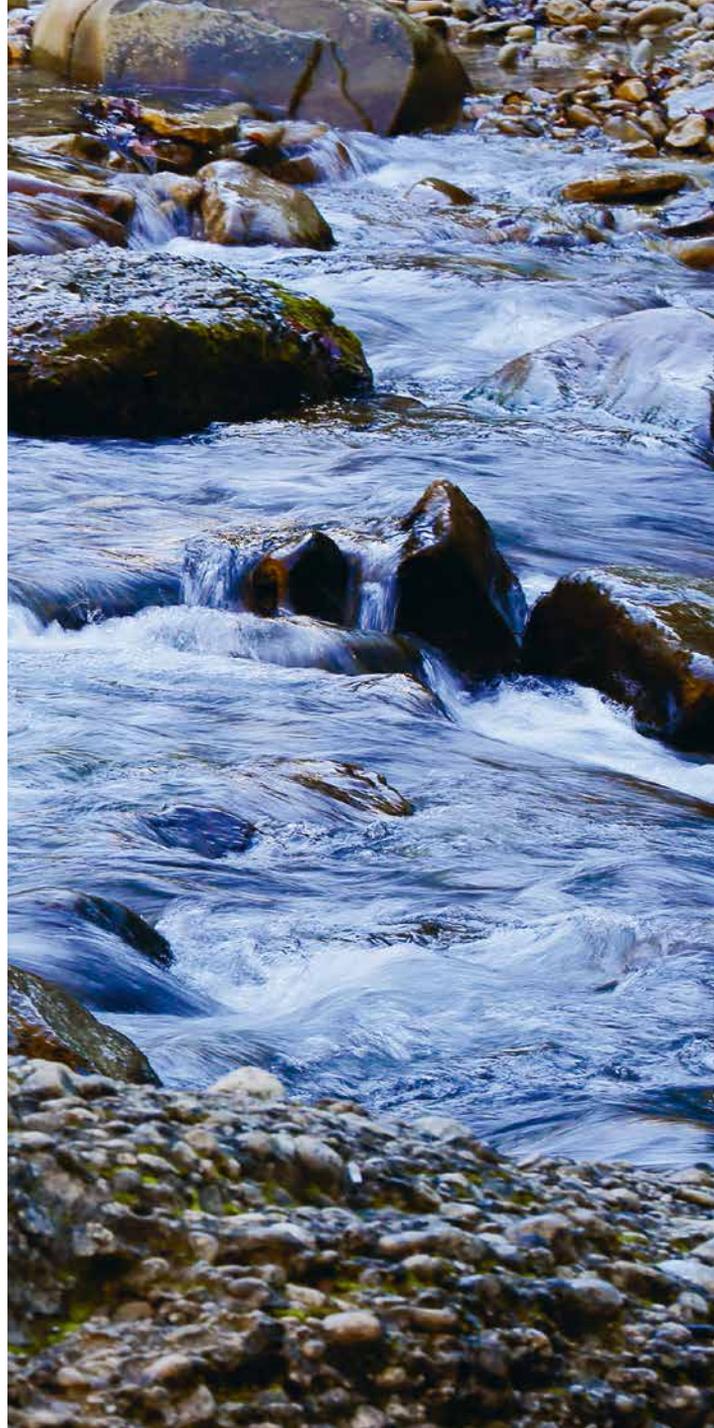
Malerisch eingebettet in die hügelige Voralpenlandschaft liegt Bad Wurzach im Allgäu, das traditionsreiche Moorheilbad mit einzigartiger Natur. Direkt vor den Toren der heimeligen Kurstadt erstreckt sich das größte intakte Hochmoor Mitteleuropas mit einer einmaligen Fauna und Flora – das Wurzacher Ried.

*Bad Wurzach Info // Rosengarten 1  
88410 Bad Wurzach // Tel. +49 7564 302 150  
[service@bad-wurzach-info.de](mailto:service@bad-wurzach-info.de) // [www.bad-wurzach.de](http://www.bad-wurzach.de)*



**Schwarzes Gold  
tut einfach gut**

*Spüren Sie die natürliche  
Wirkung unseres beilsamen  
Moores und Thermalwassers.  
Genießen Sie ab September  
2018 ein außergewöhnliches  
Moorbad in Deutschlands  
modernster Moorbadabteilung.*



## BAD WÖRISHOFEN – Die Kraft der Elemente

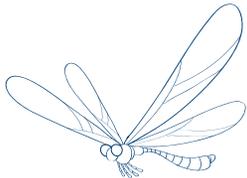
Inmitten sattgrüner Wiesen und uriger Wälder liegt der beschauliche Kurort Bad Wörishofen. Bekannt als Ursprung des ganzheitlichen Naturheilverfahrens nach Kneipp wartet die Gesundheitsstadt mit einer traumhaften Südsee Therme auf. Für einen erholsamen Urlaub in der sanften Voralpenlandschaft des Allgäus!

*Gäste-Info Bad Wörishofen*  
*Hauptstr. 16 // 86825 Bad Wörishofen*  
*Tel. +49 8247 99 55 55 // info@bad-woerishofen.de*  
*www.bad-woerishofen.de*



**Garten der  
6 Sinne**

*Seben-Fühlen-Hören-  
Schmecken-Riechen-Balancieren.  
Achtsamkeitsübungen mit  
einer Entspannungstrainerin  
auf dem Weg der Sinne  
in den Garten.*



**Achtsam sein  
mit sich selbst**

*Entdecken Sie die Ideen  
des Naturheilkundlers auf  
der Füssener Kneipp-  
Radrunde oder bei den  
wöchentlichen Kneippführungen  
am idyllischen Hopfensee.*



## FÜSSEN – Ankommen und Aufbrechen

Schon für den Neuschwanstein-Erbauer Ludwig II. war die romantische Landschaft rund um Füssen ein Sehnsuchtsort, an dem er zu sich selbst fand und zur Ruhe kommen konnte. Nachhaltige Erholung, Wege zu einer neuen Balance und einem gesünderen Lebensstil stehen auch heute bei den Gesundheitsangeboten im Fokus.

*Füssen Tourismus und Marketing*  
*Kaiser-Maximilian-Platz 1 // 87629 Füssen*  
*Tel. +49 8362 958 50 // tourismus@fuessen.de*  
*www.fuessen.de*





**Die Original  
Oberstauffer  
Schrothkur**

*Freiraum für  
den Körper, Geist und  
Seele mit der Fasten-  
kur nach Johann Schroth,  
einem ganzheitlichen  
Naturheilverfahren.  
Mehr unter [www.schrothkur.de](http://www.schrothkur.de)*



## **OBERSTAUFEN – Atempausen vom Alltag**

Manche Anblicke gehen vom Auge direkt ins Herz und lösen ein Glücksgefühl aus – etwa die Spitze eines Berges zu erreichen. Das sind Atempausen vom Alltag, in Oberstaufen nahezu ein Geschenk. Mit den Bergbahnen kommt man mühelos fast bis zum Gipfel. Ökumenische Berggottesdienste von Juni bis Anfang Oktober.

*Oberstaufen Tourismus  
Hugo-von-Königsegg-Straße 8 // 87554 Oberstaufen  
Tel. +49 8386 930 00 // [info@oberstaufen.de](mailto:info@oberstaufen.de)  
[www.oberstaufen.de](http://www.oberstaufen.de)*

## **HÖRNERDÖRFER – Paradies fürs Auge, Rhythmus für die Seele**

Von der Natur wahrlich verwöhnt sind die Allgäuer Hörnerdörfer. Paradiesisch gelegen im Naturpark Nagelfluhkette, ziehen sich vor den Hochalpen weite Panoramawege durch die ursprüngliche Landschaft. Man spürt allerorts stille Geborgenheit. Und im ruhigen Rhythmus dieser Natur finden Kopf und Seele zueinander.

*Tourismus Hörnerdörfer GmbH // Am Anger 15  
87558 Fischen i. Allgäu // Tel. +49 8326 364 60  
[info@hoernerdoerfer.de](mailto:info@hoernerdoerfer.de) // [www.hoernerdoerfer.de](http://www.hoernerdoerfer.de)*



**Berg-Klang Woche  
im Heilklima**

*Natur in sich klingen  
lassen, den eigenen  
Rhythmus wieder finden  
durch Entspannung  
auf der Klangliege und  
geführte Musiktherapie.  
Mehr unter Tel. +49 8326 36460*







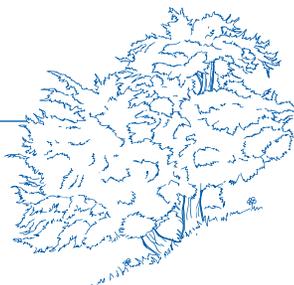
## *Mebr als ein Zahlenspiel*

Die Allgäuer sind keine Angeber, man protzt hier nicht. Und das macht zum Teil auch den Charme dieses Landstrichs aus – dass man hier sein kann, was und wer man ist. Und doch gibt es natürlich einige beeindruckende Zahlen.

# 2000

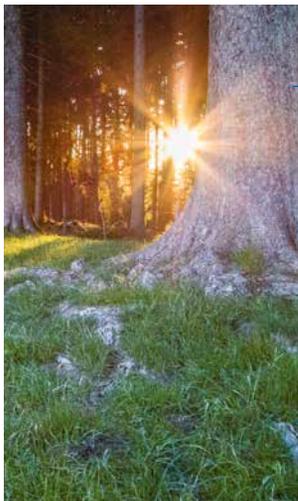
Jahre

alt ist die Eibe in Balderschwang. Mindestens. Spüren Sie die Ruhe in ihrem Schatten?



# 118

Das ist die exakte Zahl der Badeseen im Allgäu. Klar, sie eignen sich zum Schwimmen und Boot fahren. Aber auch zum Spazieren gehen, Joggen, Yoga machen, atmen, drumherum radeln ...



Etwa **34 Prozent** der Fläche im Allgäu sind von Wald bedeckt. Das sind insgesamt **64.500 Hektar**. Beim sogenannten „Waldbaden“ finden Meditations- und Work-Out-Einheiten unter sanft rauschenden Tannenwipfeln statt. Bewusst im Wald spazieren gehen und tief durchatmen hilft aber genauso!



### Kuscheleinheit – frisch aufgebrüht

#### Zutaten

2 bis 3 Teelöffel frischer oder getrockneter Frauenmantel

#### Rezept

Den Frauenmantel mit heißem Wasser übergießen und zehn Minuten ziehen lassen. Warm trinken.

#### Wirkung

Frauenmantel gehört zur Gattung der Rosen und hilft gegen Regelbeschwerden, beim Kindeswunsch genauso wie der Verhütung. Weitere Kräuter- und Teerezepte auf Pinterest: [www.pinterest.de/regionallgaeu](http://www.pinterest.de/regionallgaeu)



# 450

Kilometer führt die Radrunde Allgäu in mehreren Routen durch die Region. Welcher ist Ihr favorisierter Startort?



# 3 x 5



Schließen Sie die Augen. Atmen Sie 5 Sekunden lang ein. Halten Sie den Atem für 5 Sekunden an. Atmen Sie 5 Sekunden lang aus. Mindestens 3 Wiederholungen. Achtsamkeit to go.

# *Dreiklang für das Wohlgefühl*



---

**So wie sich jeder Urlauber auf die schönste Zeit des Jahres vorbereitet, sich für einen Ort und ein Hotel entscheidet. So haben sich Ihre Gastgeber auch auf Sie vorbereitet. Im Allgäu gibt es das passende Hotel für jeden Anspruch – wählen Sie aus drei Linien.**

*(Einige Häuser haben sich auf zwei oder gar alle drei Linien spezialisiert. Es kommt also vor, dass unter einzelnen Hotels alle drei Symbole zu finden sind.)*

---



### Alpenwellness

Wo man wohltuende Anwendungen vor großartigen Aussichten genießen kann. Die Häuser der Alpenwellness verbinden Landschaftserlebnis und Spa-Qualität mit regionalen Zutaten.



### Achtsamkeit

Digital Detox ist mehr als ein Trend. Sie sollten entscheiden, wann Ihr Smartphone Pause hat. Unsere Achtsamkeits-Häuser schenken ihren Gästen ein Stück Unabhängigkeit.



### Gesundzeit

So manche Lebenslinie verläuft in Wellen. Wenn es für Sie wichtig ist, dass ein Profi diese Linien im Blick hat, dann buchen Sie ein Gesundzeit-Hotel.

Über einen Blick in die wohltuende Landschaft verfügen viele Hotels im Allgäu. Einige bieten zudem auch Anwendungen, deren Ursprung in dieser einzigartigen Natur liegt. Dazu haben sich einige Hoteliers zusammen geschlossen unter dem Dach der Alpenwellness Allgäu mit dem Ziel, die Wohltaten der Region für ihre Gäste auch sinnlich erlebbar zu machen: Kräutermassagen, Heukraxen, Moorbäder, Honigpeeling ... Der Gast erlebt den Moment im Spa in einer besonderen Ganzheitlichkeit. Wer also qualitätsgeprüfte, nachhaltig-regionale Anwendungen genießen möchte, für den sind die Häuser der Alpenwellness Allgäu perfekt geeignet.

Immer mehr Menschen wollen dem Gefühl entrinnen, fremdgesteuert zu sein. Denn wir wissen, dass das Leben mehr zu bieten hat. Manchmal braucht es aber einen Kick, diese Erkenntnis auch zuzulassen und in Handlungen umzusetzen. Die Achtsamkeit Allgäu ist ein Ansatz, der in dieser Region entwickelt wurde. Ihm liegt die Gewissheit zugrunde, dass die Welt des Allgäus – die Menschen, Genüsse, Landschaften und diese besondere Ruhe – die wichtigste Basis sind für eine Rückbesinnung. Schon vor 150 Jahren hat Sebastian Kneipp Sätze gesagt, die prophetische Kommentare zur Gegenwart zu sein scheinen. Sie wirken nach. In den Hotels der Achtsamkeit Allgäu arbeiten zertifizierte Coaches und Therapeuten, deren Tun nur ein Ziel hat: Ihre Zufriedenheit, Kraft, Selbstbestimmtheit. Sie entscheiden, welcher Moment on-, welcher offline erlebt wird.

Man redet nicht so gern darüber: Krankheit, Gebrechen, die Schwächen des Alters – dabei handelt es sich um ganz normale Phänomene unserer Zeit. Immer mehr Menschen sind auf die Gewährleistung medizinischer Unterstützung angewiesen, wenn sie reisen. Viele möchten den Urlaub nutzen, um mit der Hilfe eines Therapeuten Fortschritte zu erzielen. Wenn die Reise ins Allgäu auch der Regeneration oder Prävention dienen soll, sind Sie in den Gesundzeit-Hotels bestens aufgehoben. Alle Häuser verfügen entweder selbst über einen Arzt oder haben eine Vereinbarung mit einem Arzt, der ins Hotel kommt. Es wird modernste Technik angeboten, oft im Verbund mit bewährten Therapien. Das Allgäu ist nicht nur schön, es gilt auch als eines der Zentren der Traditionellen Europäischen Heilkunde.



## Haubers Naturresort ★★★★★

Harmonisch gelegen am Südhang der Meerau findet sich Haubers kleines Paradies. Vom authentischen Ambiente bis zur Wellnessoase mit Natursee und beheiztem Außenpool, ist dieses 60 Hektar Naturresort Ihr idyllischer Rückzugsort inmitten der Allgäuer Alpen. Das Küchenteam zaubert mit regionalen Produkten unverwechselbare Gerichte mit immer neuen Geschmacksvarianten auf den Tisch. Im Kuhhimmel- oder Jugetbach-Themenzimmer findet sich Wohnambiente auf höchstem Niveau: Naturbelassene Materialien, warme Naturtöne und modernes Interieur. Bei Haubers gibt es immer Neues zu entdecken: Kennen Sie schon das exklusive

Bergfrühstück am Schwalbennest? Genießen Sie 3 Übernachtungen im besten Wellnesshotel im Allgäu inkl. Halbpension, Vital-Buffet, 3 Wellness-Anwendungen (Heubad, Massage und Nachtkerzencremepackung) ab **EUR 582,- pro Person**.

*Haubers Alpenresort OHG • Klaus Hauber, Sigrid Hauber*  
*Meerau 54 • 87554 Oberstaufen im Allgäu*  
*Tel. +49(0)8586 93505 • Fax +49(0)8586 935010*  
*reservierung@haubers.de • www.haubers.de*



## Panoramahotel Oberjoch ★★★★★

Willkommen im Panoramahotel Oberjoch - dem Domizil für Genießer in bester Luft auf 1.200 m Höhe. In den 114 modernen Zimmern und Suiten mit Bergblick findet garantiert jeder sein Paradies. Stress und Hektik haben Pause: Ob beim Relaxen in der 3.000 qm großen SPA-Landschaft mit Innen- und Außenpool sowie einem großen Saunabereich, einer entspannenden Massage oder bei einer der zahlreichen Möglichkeiten, sich sportlich zu betätigen. Als Liebhaber und Genießer kommen Sie auch kulinarisch voll und ganz auf Ihre Kosten. Lassen Sie sich bei einem Abendessen im Panoramarestaurant rund um verwöhnen und den Abend

an der Hotelbar ausklingen. Genießen Sie die Schnuppertage mit 2 Übernachtungen, Begrüßungscocktail, Panoramahotel-Inklusivleistungen und -Dinner, 1 Elemente-Rückenmassage (25 Min.), im Doppelzimmer ab **EUR 351,- pro Person**.

*Panoramahotel Oberjoch GmbH • Julia Lerch, Thomas Lerch*  
*Pafßstraße 41 • 87541 Oberjoch*  
*Tel. +49(0)8524 93350 • Fax +49(0)8524 9335499*  
*info@panoramahotel-oberjoch.de • www.panoramahotel-oberjoch.de*





## Hotel Oberstdorf ★★★★★

Das Allgäu buchstäblich mit allen Sinnen erleben: mit dem Duft nach frisch gebackenem Brot und Heu, mit Zirbenholz unter den Füßen, Salz und Kräutern auf der Haut und herrlichem Bergblick durch große Panoramafenster. Besondere Saunen und Bäder, das Wellness-Wohnzimmer mit knisterndem Kamin und direktem Pool-Zugang, der Raum der Stille und der Natur-Badesee zaubern eine ganz besondere Atmosphäre. Die Kombination aus traditioneller Allgäuer Bauweise mit modernen Designelementen sowie das Team mit seinem ganz besonderen Charme sorgen für unvergessliche Momente im ersten Feelgood-Hotel im Allgäu.

Feelgood-Tage: 3 Nächte inkl. Verwöhnspension, Alpen Wellness, gratis Bergbahnkarten (Mai bis Oktober), Alp-Abend, Feuerabend und vieles mehr ab **EUR 348,- pro Person.**

*Oberstdorfer Hotel Besitz und Betriebs GmbH & Co. KG*  
 Reute 20 • 87561 Oberstdorf im Allgäu  
 Tel. +49(0)8522 940770 • Fax +49(0)8522 9407770  
 info@hotel-oberstdorf.de • www.hotel-oberstdorf.de



## Parkhotel Burgmühle ★★★★★

Mitten im schönen Allgäu bietet das familiengeführte Hotel Extras in Hülle und Fülle: Zertifizierte Premium-Wellness, eine exzellente Gourmet-Küche sowie edelalpine Bergblicksuiten. Vom 2.000 qm großen Alpen-Spa über das Sonnendeck mit Relax-Lounge und Pool. „Gipfelglück“ buchbar ab 4 Tagen inkl. 5 Alpine Anwendungen ab **EUR 603,- pro Person** (Sonntag bis Donnerstag).

*Parkhotel Burgmühle • Geschäftsführer Jobann-Georg Reinheimer*  
 Auf der Insel 2-4 • 87558 Fischen i. Allgäu  
 Tel. +49(0)8526 9950 • Fax +49(0)8526 7552  
 info@parkhotel-burgmuehle.de • www.parkhotel-burgmuehle.de



## Parkhotel Frank ★★★★★

Eintauchen – Abtauchen – Auftauchen ... bei Franks in Oberstdorf! 1.800 qm WellÉtage mit Schwimmbad, Saunalandschaft, Naturpool im Garten & mehr. Hier findet jeder seinen Lieblingsplatz zum Relaxen, z. B. auf „Kuhfellbetten“, in der „Welle“ oder im „Wohnzimmer“. „Zeit zu zweit“ mit 2 Übernachtungen, 5-Gang Gourmetpension & 85 Min. Verwöhnbehandlung ab **EUR 438,- pro Person.**

*Parkhotel Frank GmbH • Familie Frank*  
 Sachsenweg 11 • 87561 Oberstdorf  
 Tel. +49(0)8522 7060 • Fax +49(0)8522 706286  
 info@parkhotel-frank.de • www.parkhotel-frank.de





## Allgäu Sonne ★★★★★

Sport und Wellness auf höchstem Niveau: Einzigartiger Panoramablick vom sonnigen Südhang oberhalb von Oberstaufen, 2.100 qm Wellnesswelt mit erstklassigen Verwöhnwendungen und innovativer Kosmetikabteilung, 235 qm Panorama-Fitnesswelt, täglich bis zu 10 verschiedene Sportkurse inkl. geführter Wanderungen (Mo-Sa). Kulinarische Highlights für echte Feinschmecker und jeden Abend Live-Musik & Tanz im Stießbergstüble.

Sonnenzeit: 2 Übernachtungen inkl. 3/4 Pension, Wellnessgutschein im Wert von EUR 50,- und Late Check-Out nach Verfügbarkeit ab **EUR 344,- pro Person.**

Manuel Levinger e. K. Kur- & Sporthotel Allgäu Sonne • Familie Levinger  
Stießberg 1 • 87534 Oberstaufen  
Tel. +49(0)8586 7020 • Fax +49(0)8586 7027826  
info@allgaeu-sonne.de • www.allgaeu-sonne.de



## Das König Ludwig Wellness & Spa Resort Allgäu ★★★★★

... die Sehnsucht leben! In absoluter Alleinlage nahe Schloss Neuschwanstein bietet das König Ludwig einen unvergesslichen Wellnessurlaub im 4.500qm großen Ludwig SPA mit 15 Bade-, Schwitz- & Relaxattraktionen und direktem Bergblick! Großer Sportbereich mit bis zu 40 Kursen pro Woche! Showküche, 5-Gang-Abendwahlenü & Vinothek verwöhnen Ihren Gaumen. Perfektes Domizil für Wanderer und Radfahrer, die mit dem kostenfreien Radverleih das Allgäu entdecken! Schnell mal weg. 4 Übernachtungen mit Halbpension, Wellnessgutschein im Wert von EUR 50,- uvm. ab **EUR 541,- pro Person** (Anreise Sonntag).

Alpina Hotel-Betriebs OHG • Familie Lingenfelder  
Kreuzweg 15 • 87645 Schwangau  
Tel. +49(0)8562 8890 • Fax +49(0)8562 889990  
info@koenig-ludwig-hotel.de • www.koenig-ludwig-hotel.de







## Hotel Sommer **\*\*\*\***

„Allgäuer Entspannungstage“ um Ihnen und Ihrem Körper Entschleunigung zu schenken und Sie wieder zu innerer Ausgeglichenheit finden. Erholung pur im ruhigen Allgäu mit Wellness, Massagen und Anwendungen genießen. Bei Anreise Sonntag oder Montag schenken wir Ihnen in der Nebensaison eine Übernachtung. 3 bzw. 4 Nächte mit Halbpension im Doppelzimmer ab **EUR 401,- pro Person**.

*Hotel Sommer GmbH • GF: Wolfgang Sommer  
Weidachstraße 74 • 87629 Füssen  
Tel. +49(0)8562 91470 • Fax +49(0)8562 914714  
info@hotel-sommer.de • www.hotel-sommer.de*



## Königshof Hotel Resort **\*\*\*\*s**

Wellness-Golf-Sport-Wandern-Spa. Urlaubsgenuss und Erholung in Oberstaufen, am Südhang gelegen mit traumhaftem Blick auf die Allgäuer Bergwelt. Einzigartige Wellnesswelt auf 2.500 qm mit Meerwasser- & Süßwasserschwimmbad, 9 Saunen sowie Wellnesslounge im Felsengewölbe. Meine Königshof Entspannungsimpulse – 3 Übernachtungen mit Halbpension, 2 Spa Anwendungen ab **EUR 370,- pro Person**.

*Henne Hotelbetriebe GmbH • Frau Sandra Henne  
Mühlenstraße 14-16 • 87534 Oberstaufen-Weißbach  
Tel. +49(0)8586 495520 • Fax +49(0)8586 495125  
reservierung@henne-privathotels.de • www.koenigshof-hotelresort.de*



## Das Rübezabl **\*\*\*\*s**

Genießen Sie romantische Wohlfühlmomente in privater Atmosphäre mit märchenhaftem Blick auf Schloss Neuschwanstein und lassen Sie sich von unserer Gourmetküche verwöhnen. Partner-Verwöhn-Arrangement mit 3 Übernachtungen inkl. Verwöhnspension, Wellnessbehandlungen für Sie und Ihn, romantische Auszeit in der Privat-Spa-Suite mit Sekt ab **EUR 605,- pro Person**.

*Hotel Rübezabl GmbH & Co KG • Familie Thurm  
Am Ebberg 51 • 87645 Schwangau  
Tel. +49(0)8562 8888 • Fax +49(0)8562 81701  
info@hotelruebezabl.de • www.hotelruebezabl.de*



## Biobotel Eggenberger **\*\*\*\***

Natürlich frisch, gesund und munter – So ist das Konzept, das sich durch das familiengeführte Haus zieht: Herrliche Panoramalage, Bio-Genießer-Küche, effiziente Physiotherapie mit Kneipp und Wellness von Kopf bis Fuß. Viel Platz für Entspannung gibt's im neuen Garten-Spa mit Saunen und Natur-Schwimm-POOL. 3 Übernachtungen mit Bio-HP und Behandlungs-Paket ab **EUR 410,- pro Person**.

*Biobotel Eggenberger **\*\*\*\*** EGGENSBERGER OHG • Familie Eggenberger  
Enzensbergstraße 5 • 87629 Füssen - Hopfen am See  
Tel. +49(0)8562 91050 • Fax +49(0)8562 9105478  
info@eggenberger.de • www.eggenberger.de*





### *Hotel Prinz-Luitpold-Bad* ★★

Hier ist es leicht abzuschalten und zur Ruhe zu kommen: Traumhafte Alleinlage mitten in der Natur mit Blick auf die Allgäuer Berge, Ruhe und gute Luft reichen mehr als aus. Hinzukommt unser großzügiger Wellness-Bereich mit Saunen, Dampfbad, Innen-, Außen- und Whirlpool uvm. sowie abwechslungsreichen und vielfältigen Anwendungen. Der krönende Abschluss ist unser besonderes Ambiente, welches geprägt ist durch die Liebe zu Antiquitäten und unser Schlemmer-Essen aus regionalen Zutaten. Entspannen & Energie tanken mit unserer „Verschnaufpause“: 4 Übernachtungen inkl. Halbpension, Aroma-Öl-Massage & Heublumenbad ab **EUR 449,- pro Person**.

*A. Gross GmbH & Co. KG Hotel Prinz-Luitpold-Bad • Familie Gross  
Andreas-Gross-Straße 7 • 87541 Bad Hindelang  
Tel. +49(0)8524 8900 • Fax +49(0)8524 890579  
info@luitpoldbad.de • www.luitpoldbad.de*



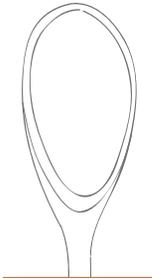
### *Wohlfühlhotel Berwanger Hof* ★★

Gönnen Sie sich Zeit für sich – in unserem kleinen Paradies am Berg! Die Kombination von Alt und Neu, von Struktur und Herzlichkeit, Gefühl fürs Detail und für die Bedürfnisse der Gäste zeichnen unser familiär geführtes Wellness-Hotel aus. Körper und Seele kommen im AlpenSpa wieder ins Gleichgewicht. Unsere Küche zaubert mit regionalen Produkten raffinierte Gerichte. Manchmal bringen wir sogar Heu auf den Teller – eine besondere Spezialität! BergGenuss: 3 Übernachtungen im DZ inkl. Halbpension, Edelweiß-Packung in der Softpack-Schwebeliege, Kräuterdampfanwendung in der Heukraxe und Zirbenmassage ab **EUR 393,- pro Person**.

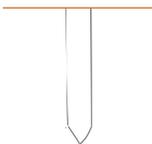
*Berwanger Hof GmbH • Familie Berwanger  
Niederdorf II • 87558 Obermaiselstein  
Tel. +49(0)8526 56550 • Fax +49(0)8526 565556  
info@berwangerhof.de • www.berwangerhof.de*



# Das Allgäu bewusst genießen



*Sterneküche ist ein großer Anspruch. Im Allgäu isst man gern deftig und viel, will man doch satt werden. Doch es tut sich etwas in den Küchen der Region. Einige Beispiele für kulinarische Momente in den Häusern der Alpenwellness Allgäu*



## Regionalität mit Anspruch

Im neuen Gourmet-Restaurant bietet das Hotel Das Rübezahl ein achtgängiges Menü. Schon der Auftakt überrascht ...

Mit einem Gruß aus der Küche beginnt der Abend in fast jedem Restaurant. Doch im Gams & Gloria wird bayerische Lebensart dekonstruiert: ein Süppchen von der Bratkartoffel mit einem Breznchip darauf, ein Hauch Weißwurst auf Blaukrautgel, dazu ein Weizenbiergranitée. Drei Elemente auf einem postmodernen Brotzeitbrett! Und schnell zeigt sich: Das ist nicht bloß ein Gruß aus der Küche. Die kleine Vorspeise enthält das Motto des Abends, es ist eine Vorschau. Überraschende Ideen, regionale Produkte, mutig kombiniert, großartig gekocht, opulent serviert und mit viel Herzblut vorgetragen. Der Gruß macht Lust auf das achtgängige Menü. Und man könnte sich gut vorstellen, dass der zweite Michelin-Stern im Allgäu bald neben der Tür des Hotels Rübezahl in Schwangau hängt.





## Brotzeit mit Gitarre



Der Alpenwellnesshof Soyer lädt seine Gäste ein zu einem ganz besonderen Genuss – selbst Norddeutsche tauen hier auf ...

Erst zucken die Städter zusammen, wenn sie von den Gastgebern zum Liederabend geladen werden. Oha, was machen wir bloß? Muss man sich schick anziehen? Oder sogar mitsingen? Wir kennen doch keine Lieder! Anfangs sitzen sie dann auch etwas steif da. Aber „Pelu“ holt die Gitarre raus und stimmt bayerisches Liedgut an. Klar, die Städter fragen, was das eine oder andere Wort bedeutet. Doch Peter-Ludwig Soyer, der Mann an der Gitarre und Gatte der Gastgeberin, spielt virtuos. Die Städter kichern verstohlen über die frechen Texte. Pelu versieht seine Lieder mit hochdeutschen „Untertiteln“, die Stimmung steigt. Gastgeberin Angelika Soyer bringt Zötler Bier aus dem Brau-Dorf Rettenberg, gießt Honig-schnaps in die Stamperl. Und es entwickelt sich ein herzlich-fröhlicher Abend, wie man ihn sonst nur aus der Fernsehwerbung kennt. Beim nächsten gemeinsamen Abendbrot ist alles anders. Und die Städter fragen vorsichtig, ob denn der Pelu noch die Gitarre raus hole.

## Frühstück mit Aussicht



Bei schönem Wetter machen die Gäste von Haubers Alpenresort etwas sehr ungewöhnliches – sie gehen frühstücken ...

Munter gurgelt der Jugetbach durch den Wald, Weißtannen und Fichten ragen in den Himmel. Es duftet nach schwarzer Erde, nach Moos und Fels. Plötzlich füllt sich die Luft mit Stimmen. Eine verblüffend große Gruppe folgt dem Pfad hügelan. Aufgekratzt Geplauder. Man wendet sich einer Kneipp-Anlage zu, man testet diverse Outdoor-Möbel, eine Liege, eine Schaukel. Und dann geht es über eine sehr steile Treppe hinauf zum „Schwalbennest“. Sowohl das Wäldchen, als auch die Gäste gehören zu Haubers Naturresort in Oberstaufen. Einmal in der Woche, wenn das Wetter schön ist, führen Sigrid und Klaus Hauber hinauf zur Wiese, die wie eine kleine Alm gelegen ist. Die Mitarbeiter des Hotels haben die Tische eingedeckt, und die Gäste genießen ein Frühstück mit Aussicht.



## Kneipp- & Gesundheitsresort Kneippianum <sup>\*\*\*\*</sup>

Eintauchen, abschalten, wohlfühlen. An diesem Kraftort spüren Sie die ganzheitliche Kneipp-Philosophie, seien es die Regenerationsinseln, im Kräutergarten, bei regionalen Kneipp-Menüs, im lichtdurchfluteten KneippSPA, bei Aromatherapie oder im Raum der Stille. Wir haben Zeit für Sie. 5 Übernachtungen Abtauchen & Entspannen ab **EUR 575,- pro Person**.

Träger: *Barmberzige Brüder KdöR*

*Alfred-Baumgarten-Straße 6 • 86825 Bad Wörishofen*

*Tel. +49(0)8247 3510 • Fax +49(0)8247 1005*

*kneippianum@barmberzige-bad-woerishofen.de • www.kneippianum.de*



## Bergkristall - mein Resort im Allgäu <sup>\*\*\*\*S</sup>

Umgeben von den sanften Hügeln der Allgäuer Voralpen, ruhigen Rückzugsorten und einer atemberaubenden Alpenkulisse. Lassen Sie sich vom frischen, neuen, einzigartigen Design inspirieren. Kuscheltage: 4 Übernachtungen inkl. Gesunder Genuss, 3 Wellnessanwendungen in unserem Spa, das Bergkristall AktivPREMIUM Programm, ab **EUR 896,- pro Person** (ab August 2018).

*Hotel Bergkristall GmbH & Co. KG • Familie Lingg*

*Willis 8 • 87554 Oberstaufen*

*Tel. +49(0)8586 9110 • Fax +49(0)8586 911150*

*wellness@bergkristall.de • www.bergkristall.de*



## Allgäuer Alpenwellnesshöfe

Rund 20 Allgäuer Alpenwellnesshöfe verbinden Urlaub auf dem Bauernhof mit zertifizierten Gesundheitsangeboten. Genießen Sie herzliche Gastfreundschaft eines ländlichen Familienbetriebs sowie den Komfort und die Entspannungsmöglichkeiten eines Wellnesshotels. 3 Übernachtungen inkl. Nutzung des hofeigenen Wohlfühlbereichs und einer Massage ab **EUR 140,- pro Person**.

*Allgäuer Alpenwellnesshöfe Mir Allgäuer - Urlaub auf dem Bauernhof e. V.*

*Adenauerring 97 • 87459 Kempten*

*Tel. +49(0)851 96066122 • Fax +49(0)8519 6066159*

*info@mir-allgaeuer.de • www.alpenwellnesshoeefe.de*



## Königshof Health & View – Gesundheitszentrum für Naturheilverfahren

Das Premium Gesundheitszentrum mit einzigartigem Bergblick, absoluter Ruhe, med. Begleitung und hochqualifizierten Therapeuten garantiert einen nachhaltigen Kurerfolg. Unsere Fachgebiete sind Fastenkuren, mentale Achtsamkeitsprogramme, Prävention, Diagnostik sowie Regulationstherapien. 7 Tage Fasten nach Schroth inkl. Detox Packungen und Massagen ab **EUR 869,- pro Person**.

*Henne Hotelbetriebe GmbH • Frau Sandra Henne*

*Weißachstraße 10 • 87554 Oberstaufen*

*Tel. +49(0)8586 495520 • Fax +49(0)8586 705150*

*reservierung@henne-privathotels.de • www.koenigshof-gesundheitszentrum.de*





## Bad Clevers Gesundheitsresort & Spa

Bad Clevers – ein Ort der Sinne und der Ruhe, inmitten belebender Natur, fernab von Hektik und Stress. Ein Haus mit leisem Luxus, positivem Lebensgefühl – wunderbar zum Erholen und Kraft tanken. Ideal um Bad Clevers und das ganzheitliche Konzept zum gesunden Wohlfühlen kennenzulernen: 3 Tage "Alpen und Natur" mit vielseitigem Spa-Programm, ab **EUR 460,- pro Person**.

*Angerer Schmidtchen Kneipp Sanatorium Bad Clevers  
Klinik für Naturbeilverfahren e.K. • Familie Angerer-Schmidtchen  
Klevers 1 • 87730 Bad Grönenbach  
Tel. +49(0)8554 609101 • Fax +49(0)8554 609191  
resort@badclevers.de • www.bad-clevers-gesundheitsresort-spa.de*



## Rosenalp Gesundheitsresort & Spa \*\*\*\*\*

So leicht. So schön. In der Rosenalp können Sie getrost loslassen. Mit feinen Ernährungsalternativen, dem Rosenalp Spa, Gesundheitszentrum und Aktivprogramm bietet die Rosenalp beste Voraussetzungen für Ihren Gesundheitsurlaub. Entschleunigen Sie Körper und Geist! „basenfasten – die wacker-methode®“ 4 Übernachtungen inkl. basischer Vollpension ab **EUR 872,- pro Person**.

*Allgäuer Rosenalp GmbH & Co.KG  
Familie Schädler  
Am Lobacker 5 • 87554 Oberstaufen  
Tel. +49(0)8586 7060 • Fax +49(0)8586 706435  
info@rosenalp.de • www.rosenalp.de*





### *Biobotel Mattlihüs* ★★★★★

Still zu werden, braucht seine Zeit und den richtigen Ort - Fernab von Straßen und Lärm, ist unser Biobotel Mattlihüs, das ideale Versteck in den Bergen. Im Sommer umgeben von saftigen Allgäuer Bergwiesen, im Winter die Schnee-Oase in Deutschlands höchstem Bergdorf. Rückzug oder raus in die Natur - in unserem Holz 100-Hotel aus Massivholz, mit baubiologischen Zimmern und Suiten, auf 1.200 m, fällt es leicht, einfach das zu tun, was der Seele gut tut. Erleben Sie vollkommene Entspannung mit Zirbenholz - 3 Übernachtungen im baubiologischen Zimmer mit Zirbenbett inkl. Zirben-Honigpeeling und Zirben-Honig-Bad, ab **EUR 348,- pro Person.**

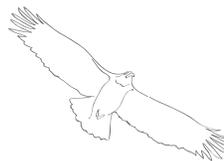
*Mattlibaus KG • Familie Geißler*  
*Iselerstraße 28 • 87541 Oberjoch*  
*Tel. +49(0)8524 980 289 • Fax +49 (0)8524 980 250*  
*info@mattlibues.bio • www.mattlibues.bio*



### *Hubertus Alpin Lodge & Spa*

Mindshift: Richtung Achtsamkeit. Die eigene Gegenwart erkennen. Mit sich selbst in Kontakt kommen. In die Stille der eigenen Mitte eintauchen. Dem Herzen lauschen. Und dabei herausfinden, was wirklich wichtig ist. Mit HolisticLife in den Allgäuer Bergen. 3 Übernachtungen inkl. FreiGeist-Massage, entspannendem Aktivprogramm mit Yoga, Kräuterwanderungen u.v.m. ab **EUR 559 pro Person.**

*Gebrüder Traubel GmbH • Familie Traubel*  
*Dorf 5 • 87558 Balderschwang*  
*Tel. +49(0)8528 9200 • Fax +49(0)8528 920100*  
*info@hotel-hubertus.de • www.hotel-hubertus.de*





# Hinkommen, ankommen, runterkommen.



## Mit dem PKW

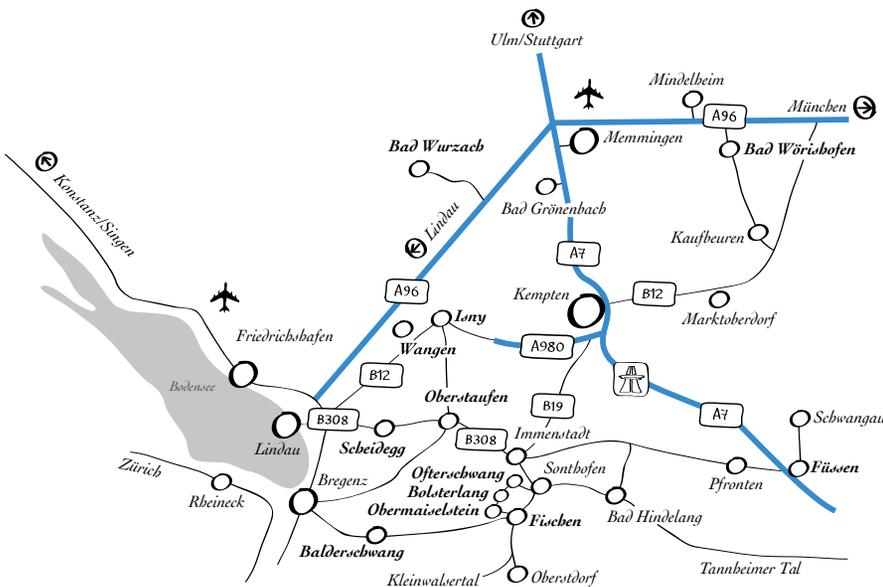
Ihr Allgäuer Wellnessziel erreichen Sie bequem über zwei Autobahnen, die durch das Allgäu führen: die A7 von Würzburg/Ulm nach Füssen und die A96 von München nach Lindau.

## Mit dem Flugzeug

Wer schon bei der Anreise schweben möchte fliegt ins Allgäu, zum Allgäu-Airport Memmingen oder wählt einen der umliegenden Flughäfen Stuttgart, München und Friedrichshafen.

## Mit der Bahn

Entspannen Sie von Beginn Ihrer Reise an – mit Zugverbindungen ins Allgäu. Schnell und komfortabel geht es zum Beispiel von München aus mit dem Allgäu Express (ALEX) nach Oberstdorf und Lindau. Innerhalb des Allgäus erreichen Sie zahlreiche Sehenswürdigkeiten mit der Bahn.



# Zötler Berglimo

## Wahre Erholung kommt von innen.



- ✓ 100 % Allgäuer Früchte
- ✓ Keinerlei Zusatzstoffe
- ✓ Ohne Zuckerzusatz

[www.berg-limo.de](http://www.berg-limo.de)

### Impressum:

Auflage: 100.000 Exemplare  
Ausgabe: 4. Ausgabe  
Erscheinungsjahr: 2018  
Herausgeber: Allgäu GmbH - Gesellschaft für Standort und Tourismus  
Allgäuer Str. 1  
87435 Kempten  
Gestaltung: Perger & Berger, München  
Texte: The Smiling Moon, Hamburg  
Fotos: Allgäu GmbH, Kempten  
Susanne Baade, Hamburg  
Klaus-Peter Kappest, Hilchenbach  
Marc Oeder, München  
Erika Spengler, Rettenberg  
Druck: Holzer Druck und Medien, Weiler-Simmerberg  
Papier: Amber Graphic FSC  
150 g/qm, 90 g/qm

Bildnachweise Orte, Regionen und Partnerbetriebe:

Haubers Alpenresort; Sabine Hauff-Grimm, ais GmbH; Bad Hindelang Tourismus; Kur- und Tourismusbetrieb Bad Wörishofen; Bad Wurzach Info; Füssen Tourismus und Marketing, Günter Standl; Landratsamt Lindau, David Knipping; Tourismus Hörnerdörfer GmbH; Oberstaufen Tourismus Marketing GmbH sowie die Partnerbetriebe der Alpenwellness Allgäu und Achtsamkeit Allgäu

Alle Daten wurden nach bestem Wissen erstellt und sorgfältig überprüft. Sie entsprechen dem Stand der Drucklegung. Dennoch sind Fehler nicht vollständig auszuschließen. Für die Richtigkeit und die Vollständigkeit der Angaben kann daher keine Haftung übernommen werden. Für die Inhalte der Pauschalarrangements in textlicher wie bildlicher Hinsicht sind die inserierenden Gastgeber selbst verantwortlich. Vertragspartner im Falle einer Buchung ist der vom Gast gewählte Vermieter. Die Allgäu GmbH als Herausgeber tritt weder als Vertragspartner noch als Reiseveranstalter oder Reisemittler auf. Der Herausgeber haftet nicht für Leistungsmängel oder nicht eingehaltene Zusagen.



Gefördert durch das Bayerische Staatsministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten und den Europäischen Landwirtschaftsfonds für die Entwicklung des ländlichen Raums (ELER)

Weitere Informationen unter  
**[www.allgaeu.de](http://www.allgaeu.de)**

Urlaubs-Hotline: +49(0)8323/8025931

Mo. bis Fr.: 8:00 - 18:00 Uhr

Sa., So., feiertags: 10:00 - 18:00 Uhr

E-Mail: [info@allgaeu.de](mailto:info@allgaeu.de)