



O B E R S T A U F E N



VERANSTALTUNGS- KALENDER

November 2025



[OBERSTAUFEN.DE/VERANSTALTUNGEN](https://oberstaufen.de/veranstaltungen) →

VERANSTALTUNGEN

MITTWOCH, 29.10.

HISTORISCHER RUNDGANG

14:00 Uhr | Heimatmuseum Beim Strumpfar

Historischer Rundgang durch Oberstaufer.
Anschließend besteht die Möglichkeit das Heimatmuseum zu besichtigen.
Die Teilnahme ist kostenfrei.
Anmeldung erforderlich unter Tel. 0160 4278405

DONNERSTAG, 30.10.

FIT DURCH MITOCHONDRIEN-MEDIZIN | VITALWOCHE

16:00 Uhr | Hochgratstube in der Nagelfluhlounge

Was chronische Erschöpfung, Energiehaushalt, Hormone und ein langes gesundes Leben mit unseren Mitochondrien zu tun haben, und wie man die Funktion der Kraftwerke der Zellen messen und therapieren kann.
Anmeldung erforderlich.

FREITAG, 31.10.

WOCHE- UND BAUERNMARKT

8:00 Uhr | Kirchplatz

Frisches Gemüse, Obst, Blumen und Delikatessen aus der Region.

FAMILIEN-ERLEBNISTOUR AM STAUFEN

14:00 Uhr | Tourist-Information im Haus des Gastes

Gemeinsam mit Bergwanderführerin Lena erkundet Ihr versteckte Waldschätze, entdeckt faszinierende Kleintiere und erlebt interaktive Natur-Stationen voller Überraschungen.
Dauer: ca. 3 Stunden, Anmeldung erforderlich.

FREITAG, 31.10.

ENTSPANNT UND GESTÄRKT IN DEN HERBST | VITALWOCHE

16:00 Uhr | Hochgratstube im Kurhaus

Workshop für innere Ruhe und neue Stärke. Gönn Dir bewußt 90 Minuten nur für Dich, Deinen Körper und Geist in eine wohltuende Balance und innere Stabilität zu bringen. Dabei helfen u.a. sanfte Entspannungsbungen, die Du jederzeit in Deinen Alltag einbauen kannst. Anmeldung erforderlich.



VERANSTALTUNGEN

MONTAG, 03.11.

EINMAL DURCH OBERSTAUFEN - INSIDER-TIPPS FÜR DEINEN URLAUB

10:30 Uhr | Haus des Gastes

Staufnerin Heidi ist Dein persönlicher Oberstaufen-Insider und zeigt Dir, wo's langgeht zu den coolsten Ecken und versteckten Plätzen.

Anmeldung erforderlich.

„AUF EINE TASSE TEE“ MIT SCHROTH-PACKERIN DANIELA | SCHROTHWOCHE

17:30 Uhr | Hotel Allgäu Sonne, Stießberg

Gemütlich auf eine Tasse Tee mit Schroth-Packerin Daniela. Sie berichtet über ihren Arbeitsalltag und erzählt, wie die frühmorgendlichen Packungen ablaufen. Sie erklärt die Wirkung der Packungen und beantwortet Deine Fragen, um mehr über die Original Oberstaufener Schrothkur zu erfahren.

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Keine Anmeldung erforderlich

DIENSTAG, 04.11.

GÄSTEBEGRÜSSUNG

10:30 Uhr | Nagelfluhlounge am Kurhaus

Insidertips und Infos für den perfekten Aufenthalt.

ERLEBE DEN WALD MIT ALLEN SINNEN

13:15 Uhr | DB-Ticketautomat am Bahnhof

Tauche mit Wald-Gesundheitstrainerin Beate Kratzer ein in das grüne Meer aus Bäumen, entdecke die Besonderheiten des Allgäuer Waldes und die Kraft der Sinneswahrnehmung. Anmeldung erforderlich.

DIENSTAG, 04.11.

SCHROTHLER-STAMMTISCH MIT SABINE BROSIG, KURÄRZTIN | SCHROTHWOCHE

16:00 Uhr | Vinothek Schönherr, Oberstaufen

Beim Schrothler-Stammtisch erfährst Du von Sabine Brosig und Schrothgästen aus erster Hand alles rund um die Original Oberstaufener Schrothkur.

Ein informativer und gemütlicher Austausch in geselliger Runde mit spannenden Einblicken zur Wirkung und den Besonderheiten des Naturheilverfahrens nach Johann Schroth. Zudem bekommst Du hier Antworten auf Deine offenen Fragen und lernst Gleichgesinnte kennen.

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Keine Anmeldung erforderlich.

MITTWOCH, 05.11.

WILDKRÄUTER-SPAZIERGANG WINTER

10:00 Uhr | Haus des Gastes

Entdecke die stille Natur der kalten Jahreszeit und die faszinierende Welt der Wildkräuter bei einem geführten Spaziergang (ca. 2 Std.) mit Wildkräuter-expertin Sofie.

Erkunde winterliche Sträucher, Bäume oder Kräuter, lerne essbare und heilkräftige Pflanzen kennen und erfahre Spannendes über ihre Verwendung in der Küche und Naturheilkunde.

Bei schlechtem Wetter (z.B. Starkregen, Gewitter) gibt es alternativ einen Kräuterworkshop, welcher im Trockenen stattfindet.

Anmeldung erforderlich.

HISTORISCHER RUNDGANG

14:00 Uhr | Heimatmuseum Beim Strumpfär

Historischer Rundgang durch Oberstaufen.

Anschließend besteht die Möglichkeit das Heimatmuseum zu besichtigen.

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Anmeldung erforderlich unter Tel. 0160 4278405



VERANSTALTUNGEN

DONNERSTAG, 06.11.

BUCHVORSTELLUNG & LESUNG MIT DR. SUSANNE NEUY | SCHROTHWOCHE

16:00 Uhr | Nagelfluhlounge, Kurhaus Oberstaufen

Erleben Sie die Schrothkur aus einer neuen Perspektive! Dr. Susanne Neuy, langjährige Schrothkur-Ärztin in Oberstaufen, stellt ihr Buch „Multitalent Schrothkur: Fasten und Detox nach Johann Schroth“ vor.

Neben der regenerierenden Kraft der Kur erwarten Dich wertvolle Gesundheitstipps, Impulse für einen bewussten Lebensstil und alltagstaugliche Low-Carb-Rezepte, die Genuss und Leichtigkeit verbinden.

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Keine Anmeldung erforderlich.

FREITAG, 07.11.

WOCHEN- UND BAUERNMARKT

8:00 Uhr | Kirchplatz

Frisches Gemüse, Obst, Blumen und Delikatessen aus der Region.

VORTRAG: „FASTEN & BEWEGUNG“ | SCHROTHWOCHE

10:30 Uhr | Nagelfluhlounge im Kurhaus

Wie wirken sich Fasten und Bewegung gegenseitig aus – und welche Rolle spielen sie in der Original Oberstaufener Schrothkur?

Der Vortrag von Sporttrainer Christian Vilsmeier beleuchtet das Zusammenspiel von Fasten und Aktivität, insbesondere in Verbindung mit den beiden zentralen Schrothkur-Säulen: den Trink- & Trockentagen sowie dem Wechsel aus Ruhe & Bewegung.

Erfahren Sie, wie bewusste Bewegung während der Kur Ihre Regeneration unterstützt, den Stoffwechsel ankurbelt und das Wohlbefinden nachhaltig steigert.

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Keine Anmeldung erforderlich.

FREITAG, 07.11.

FAMILIEN-ERLEBNISTOUR AM STAUFEN

14:00 Uhr | Tourist-Information im Haus des Gastes

Gemeinsam mit Bergwanderführerin Lena erkundet Ihr versteckte Waldschätze, entdeckt faszinierende Kleintiere und erlebt interaktive Natur-Stationen voller Überraschungen.

Dauer: ca. 3 Stunden, Anmeldung erforderlich.

SAMSTAG, 08.11.

THALER HERBSTDONZ

19:30 Uhr | Thaler Festsaal, Thalkirchdorf

Die Thaler Plattler laden zum Thaler Herbstdonz im Festsaal Thalkirchdorf ein.

Mit Live-Musik von Bierspurig und Alpkraimer Trio, Barbetrieb.

Einlass ab 19:30 Uhr (ab 16 Jahren).

HEIMATABEND STEIBIS

20:15 Uhr | Festhalle Steibis

Die Steibinger Vereine laden zu einem abwechslungsreichen Tanz- und Musikprogramm ein. Mitwirkende Gruppen: Alphornbläser Steibis, Kinderplattler Steibis, Jodler und Live-Musik zum Tanzen.

Eintritt frei.



VERANSTALTUNGEN

MONTAG, 10.11.

EINMAL DURCH OBERSTAUFEN - INSIDER-TIPPS FÜR DEINEN URLAUB

10:30 Uhr | Haus des Gastes

Staufnerin Heidi ist Dein persönlicher Oberstaufen-Insider und zeigt Dir, wo's langgeht zu den coolsten Ecken und versteckten Plätzen.

Anmeldung erforderlich.

„AUF EINE TASSE TEE“ MIT SCHROTH-PACKERIN DANIELA | SCHROTHWOCHEN

17:30 Uhr | Hotel Allgäu Sonne, Stießberg

Gemütlich auf eine Tasse Tee mit Schroth-Packerin Daniela. Sie berichtet über ihren Arbeitsalltag und erzählt, wie die frühmorgendlichen Packungen ablaufen. Sie erklärt die Wirkung der Packungen und beantwortet Deine Fragen, um mehr über die Original Oberstaufener Schrothkur zu erfahren.

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Keine Anmeldung erforderlich.

DIENSTAG, 11.11.

GÄSTEBEGRÜSSUNG

10:30 Uhr | Nagelfluhlounge am Kurhaus

Insidertipps und Infos für den perfekten Aufenthalt.

ERLEBE DEN WALD MIT ALLEN SINNEN

13:15 Uhr | DB-Ticketautomat am Bahnhof

Tauche mit Wald-Gesundheitstrainerin Beate Kratzer ein in das grüne Meer aus Bäumen, entdecke die Besonderheiten des Allgäuer Waldes und die Kraft der Sinneswahrnehmung. Anmeldung erforderlich.

DIENSTAG, 11.11.

SCHROTHLER-STAMMTISCH MIT SABINE BROSIG, KURÄRZTIN | SCHROTHWOCHEN

16:00 Uhr | Vinothek Schönherr, Oberstaufen

Beim Schrothler-Stammtisch erfährst Du von Sabine Brosig und Schrothgästen aus erster Hand alles rund um die Original Oberstaufener Schrothkur.

Ein informativer und gemütlicher Austausch in geselliger Runde mit spannenden Einblicken zur Wirkung und den Besonderheiten des Naturheilverfahrens nach Johann Schroth. Zudem bekommst Du hier Antworten auf Deine offenen Fragen und lernst Gleichgesinnte kennen.

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Keine Anmeldung erforderlich.

MITTWOCH, 12.11.

HISTORISCHER RUNDGANG

14:00 Uhr | Heimatmuseum Beim Strumpfpar

Historischer Rundgang durch Oberstaufen.

Anschließend besteht die Möglichkeit das Heimatmuseum zu besichtigen.

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Anmeldung erforderlich unter Tel. 0160 4278405



VERANSTALTUNGEN

DONNERSTAG, 13.11.

BUCHVORSTELLUNG & LESUNG MIT DR. SUSANNE NEUY | SCHROTHWOCHE

16:00 Uhr | Nagelfluhlounge, Kurhaus Oberstaufen

Erleben Sie die Schrothkur aus einer neuen Perspektive! Dr. Susanne Neuy, langjährige Schrothkur-Ärztin in Oberstaufen, stellt ihr Buch „Multitalent Schrothkur: Fasten und Detox nach Johann Schroth“ vor.

Neben der regenerierenden Kraft der Kur erwarten Dich wertvolle Gesundheitstipps, Impulse für einen bewussten Lebensstil und alltagstaugliche Low-Carb-Rezepte, die Genuss und Leichtigkeit verbinden.

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Keine Anmeldung erforderlich.

FREITAG, 14.11.

WOCHEN- UND BAUERNMARKT

8:00 Uhr | Kirchplatz

Frisches Gemüse, Obst, Blumen und Delikatessen aus der Region.

VORTRAG: „FASTEN & BEWEGUNG“ | SCHROTHWOCHE

10:30 Uhr | Nagelfluhlounge im Kurhaus

Wie wirken sich Fasten und Bewegung gegenseitig aus – und welche Rolle spielen sie in der Original Oberstaufener Schrothkur?

Der Vortrag von Sporttrainer Christian Vilsmeier beleuchtet das Zusammenspiel von Fasten und Aktivität, insbesondere in Verbindung mit den beiden zentralen Schrothkur-Säulen: den Trink- & Trockentagen sowie dem Wechsel aus Ruhe & Bewegung.

Erfahren Sie, wie bewusste Bewegung während der Kur Ihre Regeneration unterstützt, den Stoffwechsel ankurbelt und das Wohlbefinden nachhaltig steigert.

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Keine Anmeldung erforderlich.

MONTAG, 17.11.

EINMAL DURCH OBERSTAUFEN - INSIDER-TIPPS FÜR DEINEN URLAUB

10:30 Uhr | Haus des Gastes

Staufnerin Heidi ist Dein persönlicher Oberstaufen-Insider und zeigt Dir, wo's langgeht zu den coolsten Ecken und versteckten Plätzen.

Anmeldung erforderlich.

DIENSTAG, 18.11.

GÄSTEBEGRÜSSUNG

10:30 Uhr | Nagelfluhlounge am Kurhaus

Insidertipps und Infos für den perfekten Aufenthalt.

ERLEBE DEN WALD MIT ALLEN SINNEN

13:15 Uhr | DB-Ticketautomat am Bahnhof

Tauche mit Wald-Gesundheitstrainerin Beate Kratzer ein in das grüne Meer aus Bäumen, entdecke die Besonderheiten des Allgäuer Waldes und die Kraft der Sinneswahrnehmung. Anmeldung erforderlich.

MITTWOCH, 19.11.

WILDKRÄUTER-SPAZIERGANG WINTER

10:00 Uhr | Haus des Gastes

Entdecke die stille Natur der kalten Jahreszeit und die faszinierende Welt der Wildkräuter bei einem geführten Spaziergang (ca. 2 Std.) mit Wildkräuterexpertin Sofie.

Erkunde winterliche Sträucher, Bäume oder Kräuter, lerne essbare und heilkräftige Pflanzen kennen und erfahre Spannendes über ihre Verwendung in der Küche und Naturheilkunde.

Bei schlechtem Wetter (z.B. Starkregen, Gewitter) gibt es alternativ einen Kräuterworkshop, welcher im Trockenen stattfindet.

Anmeldung erforderlich.



VERANSTALTUNGEN

DONNERSTAG, 20.11.

THEATERSTÜCK „KARDINALFEHLER“

20:00 Uhr | Kurhaus Oberstaufen

Eine Kirchenkomödie in zwei Akten.

Wenn sich zwei ausgebuffte Spezialisten wie Alistair Beaton und Dietmar Jacobs für ein Auftragswerk zusammmentun, kann das Ergebnis nur ein durch geschliffene Pointen bestechender, humorvolle Unterhaltung mit ausgeklügelter Gesellschaftskritik kombinierender Theaterknüller werden.

Ticketverkauf im Haus des Gastes.

FREITAG, 21.11.

WOCHEN- UND BAUERNMARKT

8:00 Uhr | Kirchplatz

Frisches Gemüse, Obst, Blumen und Delikatessen aus der Region.

DIENSTAG, 25.11.

GÄSTEBEGRÜSSUNG

10:30 Uhr | Nagelfluhlounge am Kurhaus

Insidertipps und Infos für den perfekten Aufenthalt.

ERLEBE DEN WALD MIT ALLEN SINNEN

13:15 Uhr | DB-Ticketautomat am Bahnhof

Tauche mit Wald-Gesundheitstrainerin Beate Kratzer ein in das grüne Meer aus Bäumen, entdecke die Besonderheiten des Allgäuer Waldes und die Kraft der Sinneswahrnehmung. Anmeldung erforderlich.

FREITAG, 28.11.

WOCHEN- UND BAUERNMARKT

8:00 Uhr | Kirchplatz

Frisches Gemüse, Obst, Blumen und Delikatessen aus der Region.

SAMSTAG, 29.11.

ADVENT IM ALPENLAND

20:00 Uhr | Alpe Vögelesberg „Beim Strumpfar“

Bereits zum sechsten Mal lädt der Heimatdienst Oberstaufen e.V. zu einem vorweihnachtlichen Konzertabend mit alpenländischer Musik, Lesungen und Geschichten aus dem Allgäu ein.

Durch das Programm führt BR-Moderator Georg Ried. Für musikalische Gestaltung sorgen unter anderem das Gesangsduo Christine und Flori Fink, die Familienmusik Weiler, die Staufner Weisenbläser sowie die Harfenistin Catharina Stehle-Natterer.

Kartenvorverkauf ab 3. November im Haus des Gastes.

