



O B E R S T A U F E N



VERANSTALTUNGS- KALENDER

November 2026



[OBERSTAUFEN.DE/EVENTS](https://oberstaufen.de/events) →

VERANSTALTUNGEN

MITTWOCH, 28.10.

MOUNTAINBIKE-FAHRTECHNIKKURS

10:00 Uhr | Imbergbahn Talstation, Hauber, Steibis

Sicher auf dem Bike! Kursinhalte: Bremstechniken, Balanceübungen, sicheres Befahren von Hindernissen und Geländeformen. Anmeldung erforderlich.

ATEMMEDITATION & LEBERWICKEL | VITALWOCHEN

10:30 Uhr | Aquaria Erlebnisbad (Ruheraum)

Christoph Wiech, zertifizierter Wim Hof Instructor, verbindet die bewährte Wirkung des Leberwickels mit der Kraft der Atemmeditation.

VORTRAG:

EINFACH GESUND SCHLAFEN | VITALWOCHEN

15:00 Uhr | WohnRaumWerkstatt, Oberstaufen

Guter Schlaf bedeutet mehr als nur Ruhe. Er ist die Grundlage für Regeneration, Energie und Wohlbefinden. Erfahre, welchen Unterschied das richtige Schlafsystem und eine natürliche Schlafumgebung leisten kann. Anmeldung erforderlich.

LONGEVITY – FASTEN UND DETOX NACH JOHANN SCHROTH | VITALWOCHEN

16:00 Uhr | Hochgratstube in der Nagelfluhlounge

Longevity, die Frage nach gesundem Altern – der Vortrag von Dr. Susanne Neuy zeigt auf, was die Wissenschaft zu Fasten und Detox sagt, und warum die Schrothkur schon seit Jahren als "Jungbrunnen" bezeichnet wird. Anmeldung erforderlich.

DONNERSTAG, 29.10.

GEFÜHRTE E-BIKETOUR | VITALWOCHEN

10:00 Uhr | Hauber E-Bike Shop, Kalzhofer Str. 22

Abwechslungsreiche Biketour rund um Oberstaufen mit ausgebildeten E-Bike-Guides (ca. 3 Stunden). Anmeldung erforderlich.

JÄGERIN & JÄGER IM GESPRÄCH – ZWISCHEN WALD, WILD UND VERANTWORTUNG | GENUSSWOCHEN

14:00 Uhr | Hotel Bad Rain, Hinterstaufen

Veronika & Michael Kirchmann geben Einblicke welche Aufgaben Jäger heute übernehmen und warum die Jagd eng mit Natur- und Waldschutz in Verbindung steht. Hier trifft echtes Wissen auf charmantes Jägerlatein. Anmeldung erforderlich.

HORMONE IN BALANCE FÜR FRAUEN & MÄNNER | VITALWOCHEN

16:00 Uhr | Hochgratstube in der Nagelfluhlounge

Was hat Cortisol mit Progesteron und Testosteron zu tun, wo werden Hormone produziert und was machen sie in unserem Körper? Vortrag über die faszinierenden Zusammenhänge und Aufgaben der verschiedenen Hormone von Heilpraktikerin Hannah Sailer. Anmeldung erforderlich.



VERANSTALTUNGEN

FREITAG, 30.10.

WOCHEN- UND BAUERNMARKT | GENUSSWOCHEN

8:00 Uhr | Marienplatz

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

WALDFÜHRUNG MIT LUKAS FINK | GENUSSWOCHEN

9:30 Uhr | Tourist-Information Steibis

Im Herbst hat der Wald ganz eigene Herausforderungen. Wie er sich immer wieder optimiert und dem Klimawandel anpasst, weiß Lukas (Zimmermann & Forstwirtschaftsmeister). Anmeldung erforderlich.

SCHROTHKUR ZUM PROBIEREN | VITALWOCHEN

10:00 Uhr | Vorplatz am Haus des Gastes

Köstliche und alltagstaugliche Schrothkur-Spezialitäten zum Probieren. Lass Dich überraschen, wie genussvoll die Original Oberstausfener Schrothkur sein kann. Und wer mehr über die Schrothkur wissen möchte, hat hier die Möglichkeit.

FAMILIEN-ERLEBNISTOUR AM STAUFEN

14:00 Uhr | Haus des Gastes, Oberstausfen

Mit Bergwanderführerin Lena erkundet ihr versteckte Waldschätze, faszinierende Kleintiere und erlebt interaktive Natur-Stationen voller Überraschungen. Dauer ca. 3 Stunden. Anmeldung erforderlich.

BRENNEREIFÜHRUNG & VERKOSTUNG

17:00 Uhr | Gähwindehof, Sinswang

Einblicke in die Handwerkskunst des Brennens; mit Verkostung. Anmeldung erforderlich.

FREITAG, 30.10.

SCHNUPPER-BIATHLON

18:00 Uhr | Treffpunkt wird bei der Anmeldung bekannt gegeben

Auf der 20 m-Laser-Biathlonanlage mit Klappzielscheiben, Soundeffekt, im Liegend- und Stehendanschlag – jeder kann bei Kerstin Biathlonluft schnuppern. Anmeldung erforderlich.

FREITAGSKINO

19:30 Uhr | Dietrich-Bonhoeffer-Gemeindehaus

Kinofilm für Jugendliche und Erwachsene ab 12 Jahren. Eintritt frei, Spenden erbeten.

Anmeldung im evangelischen Pfarramt ist unbedingt notwendig unter 08386 355.

SAMSTAG, 31.10.

BIATHLON ZUM MITMACHEN

10:00 Uhr | Treffpunkt wird bei der Anmeldung bekannt gegeben

Nach Einführung in die Schießtechniken (liegend und stehend) kommt der Puls in einem Bewegungsparcours auf Trab. Beim Wechsel zwischen Laufen und Schießen könnt Ihr Eure Treffsicherheit unter Beweis stellen. Für jeden der Lust hat, ab 8 Jahren. Anmeldung erforderlich.

D'STAUFNER JODLER LADET I

20:00 Uhr | Kurhaus Oberstausfen

Die Staufner Jodler gestalten zusammen mit verschiedenen Gastgruppen einen unterhaltsamen Abend. Tickets sind im Haus des Gastes erhältlich, Restkarten an der Abendkasse.



VERANSTALTUNGEN

MONTAG, 02.11.

BAUERNHOFFÜHRUNG

10:00 Uhr | Schädlerhof, Buflings

Einblicke in die Landwirtschaft – Führung auf dem Bio-Bauernhof für Familien und Kinder ab 6 Jahren. Dauer ca. 1 Std. Anmeldung per E-Mail erforderlich.

ATEMMEDITATION & LEBERWICKEL | VITALWOCHEN

19:00 Uhr | Aquaria Erlebnisbad (Ruheraum)

Christoph Wiech, zertifizierter Wim Hof Instructor, verbindet die bewährte Wirkung des Leberwickels mit der Kraft der Atemmeditation.

DIENSTAG, 03.11.

GEFÜHRTE E-BIKETOUR

10:00 Uhr | Hauber E-Bike Shop, Kalzhofer Str. 22

Abwechslungsreiche Biketour rund um Oberstaufen mit ausgebildeten E-Bike-Guides (ca. 3 Stunden). Anmeldung erforderlich.

ERLEBE DEN WALD MIT ALLEN SINNEN GENUSSWOCHEN

13:15 Uhr | DB-Ticketautomat am Bahnhof

Spüre die positive Wirkung des Allgäuer Waldes begleitet von Wald-Gesundheitstrainerin Beate. Anmeldung erforderlich.

VORTRAG: FASTEN & BEWEGUNG | VITALWOCHEN

16:00 Uhr | Hochgratstube in der Nagelfluhlounge

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

MITTWOCH, 04.11.

MOUNTAINBIKE-FAHRTECHNIKKURS

10:00 Uhr | Imbergbahn Talstation, Hauber, Steibis

Sicher auf dem Bike! Kursinhalte: Bremstechniken, Balanceübungen, sicheres Befahren von Hindernissen und Geländeformen. Anmeldung erforderlich.

ATEMMEDITATION & LEBERWICKEL | VITALWOCHEN

10:30 Uhr | Aquaria Erlebnisbad (Ruheraum)

Christoph Wiech, zertifizierter Wim Hof Instructor, verbindet die bewährte Wirkung des Leberwickels mit der Kraft der Atemmeditation.

WORKSHOP: NATÜRLICHE HEILKRAFT DER WICKEL & UMSCHLÄGE | VITALWOCHEN

16:00 Uhr | Hochgratstube in der Nagelfluhlounge

In der Erkältungszeit sind bewährte Hausmittel gefragt denn je. Wildkräuterexpertin Sofie vermittelt anschaulich die natürliche Heilkraft von Wickeln und Umschlägen mit Hausmitteln und Heilpflanzen. Anmeldung erforderlich.

DONNERSTAG, 05.11.

GEFÜHRTE E-BIKETOUR

10:00 Uhr | Hauber E-Bike Shop, Kalzhofer Str. 22

Abwechslungsreiche Biketour rund um Oberstaufen mit ausgebildeten E-Bike-Guides (ca. 3 Stunden). Anmeldung erforderlich.

JÄGERIN & JÄGER IM GESPRÄCH – ZWISCHEN WALD, WILD UND VERANTWORTUNG | GENUSSWOCHEN

14:00 Uhr | Hotel Bad Rain, Hinterstaufen

Veronika & Michael Kirchmann geben Einblicke welche Aufgaben Jäger heute übernehmen und warum die Jagd eng mit Natur- und Waldschutz in Verbindung steht. Hier trifft echtes Wissen auf charmantes Jägerlatein. Anmeldung erforderlich.



VERANSTALTUNGEN

DONNERSTAG, 05.11.

WORKSHOP: FIT DURCH DEN WINTER MIT ÄTHERISCHEN ÖLEN | VITALWOCHEN

16:00 Uhr | Hochgratstube in der Nagelfluhlounge
Entdecke die Welt der ätherischen Öle und wie diese ausgewählten Düfte gute Begleiter in der kalten Jahreszeit sein können. Kreiere Deinen persönlichen Winter-Aroma-Roll-On für zu Hause.
Workshop mit Birgit Metz. Anmeldung erforderlich.

FREITAG, 06.11.

WOCHEN- UND BAUERNMARKT

8:00 Uhr | Marienplatz
Frisches Gemüse, Obst, Blumen und Delikatessen aus der Region.

SCHROTHKUR ZUM PROBIEREN | VITALWOCHEN

10:00 Uhr | Vorplatz am Haus des Gastes
Köstliche & alltagstaugliche Schrothkur-Spezialitäten zum Probieren. Lass Dich überraschen, wie genussvoll die Original Oberstaufer Schrothkur sein kann. Und wer mehr über die Schrothkur wissen möchte, hat hier die Möglichkeit.

BRENNEREIFÜHRUNG & VERKOSTUNG

17:00 Uhr | Gähwindehof, Sinswang
Einblicke in die Handwerkskunst des Brennens; mit Verkostung. Anmeldung erforderlich.

KONZERT: WERNER SPECHT & FREUNDE

19:30 Uhr | Dietrich-Bonhoeffer-Gemeindehaus
Die Musik lässt Werner Specht nicht los. Der Liedermacher präsentiert seine Mundartlieder mit humorvollen Texten auf seine eigene, witzige und elegante Art. Dieses Jahr wurde er mit dem Bayerischen Dialektpreis ausgezeichnet. Einlass ab 18 Uhr.
Kartenvorverkauf im evangelischen Pfarramt, Restkarten an der Abendkasse.

SAMSTAG, 07.11.

THALER HERBSTDONZ

19:30 Uhr | Festsaal Thalkirchdorf
Thaler Herbstdonz mit Live-Musik mit den Vierhofer und den Katzebachtel Musikanten.
Barbetreib im Festsaal Thalkirchdorf.

MONTAG, 09.11.

BAUERNHOFFÜHRUNG

10:00 Uhr | Schädlerhof, Buflings
Einblicke in die Landwirtschaft – Führung auf dem Bio-Bauernhof für Familien und Kinder ab 6 Jahren.
Dauer ca. 1 Std. Anmeldung per E-Mail erforderlich.

DIENSTAG, 10.11.

ERLEBE DEN WALD MIT ALLEN SINNEN

13:15 Uhr | DB-Ticketautomat am Bahnhof
Spüre die positive Wirkung des Allgäuer Waldes begleitet von Wald-Gesundheitstrainerin Beate.
Anmeldung erforderlich.

FREITAG, 13.11.

WOCHEN- UND BAUERNMARKT

8:00 Uhr | Marienplatz
Frisches Gemüse, Obst, Blumen und Delikatessen aus der Region.

MONTAG, 16.11.

EINMAL DURCH OBERSTAUFEN – INSIDER-TIPPS FÜR DEINEN URLAUB

10:30 Uhr | Haus des Gastes
Beim Spaziergang durch Oberstaufer entdeckst Du die schönsten Ecken und versteckten Plätze.
Anmeldung erforderlich.



VERANSTALTUNGEN

DIENSTAG, 17.11.

ERLEBE DEN WALD MIT ALLEN SINNEN

13:15 Uhr | DB-Ticketautomat am Bahnhof

Spüre die positive Wirkung des Allgäuer Waldes begleitet von Wald-Gesundheitstrainerin Beate. Anmeldung erforderlich.

FREITAG, 20.11.

WOCHEN- UND BAUERNMARKT

8:00 Uhr | Marienplatz

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

LESUNG MIT BERNHARD LINGG: ALLGÄU-KRIMI IN DREI GÄNGEN

18:30 Uhr | Hotel-Restaurant Adler, Kirchplatz

Hier treffen Literatur und Genuss aufeinander: Bernhard Lingg begleitet das 3-Gang-Menü im Restaurant Adler mit Lesungen aus seinem Oberstaufen Krimi „Ein Dorf stinkt zum Himmel“ – schräg, humorvoll und vielleicht überraschend bekannt.

Anmeldung erforderlich.

SAMSTAG, 21.11.

KONZERT: DUO ANIM

17:00 Uhr | Evang. Heilig-Geist-Kirche

Mit herzerreichender Tonkraft spielen Anja und Achim Musik frei aus dem Moment. Harfe und Klarinette verbinden sich zu einem magischen Tanz voller Poesie und Leidenschaft. Tickets an der Abendkasse.

MONTAG, 23.11.

EINMAL DURCH OBERSTAUFEN – INSIDER-TIPPS FÜR DEINEN URLAUB

10:30 Uhr | Haus des Gastes

Beim Spaziergang durch Oberstaufen entdeckst Du die schönsten Ecken und versteckten Plätze.

Anmeldung erforderlich.

MITTWOCH, 25.11.

WINTERLICHER WILDKRÄUTER-SPAZIERGANG

14:00 Uhr | Haus des Gastes

Winterliche Sträucher, Bäume oder Kräuter, lerne essbare und heilkräftige Pflanzen kennen und über ihre Verwendung in der Küche und Naturheilkunde. Entdecke die Natur der kalten Jahreszeit mit Wildkräuterexpertin Sofie (ca. 2 Std.).

Anmeldung erforderlich.

FREITAG, 27.11.

WOCHEN- UND BAUERNMARKT

8:00 Uhr | Marienplatz

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

SAMSTAG, 28.11.

ADVENT IM ALPENLAND

20:00 Uhr | Alpe Vögelsberg „Beim Strumpfar“

Bereits zum siebten Mal findet der „Advent im Alpenland“ in der festlich geschmückten Tenne der Alpe Vögelsberg statt. Der bekannte BR-Moderator Georg Ried führt durch das Programm und liest weihnachtliche Geschichten aus dem Allgäu. Für die musikalische Gestaltung sorgen u.a. die Oberacher Sänger, Zupf und Gschlaage aus Oberstdorf, das Ziachduo Christoph Schafroth und Flori Hauber sowie die Staufner Weisenbläser. Kartenvorverkauf ab 2. November im Haus des Gastes.



VERANSTALTUNGEN

MONTAG, 30.11.

EINMAL DURCH OBERSTAUFEN – INSIDER-TIPPS FÜR DEINEN URLAUB

10:30 Uhr | Haus des Gastes

Beim Spaziergang durch Oberstaufer entdeckst Du die schönsten Ecken und versteckten Plätze.

Anmeldung erforderlich.

DIENSTAG, 01.12.

ERLEBE DEN WALD MIT ALLEN SINNEN

13:15 Uhr | DB-Ticketautomat am Bahnhof

Spüre die positive Wirkung des Allgäuer Waldes begleitet von Wald-Gesundheitstrainerin Beate.

Anmeldung erforderlich.

MITTWOCH, 02.12.

WINTERLICHER WILDKRÄUTER-SPAZIERGANG

14:00 Uhr | Haus des Gastes

Winterliche Sträucher, Bäume oder Kräuter, lerne essbare und heilkräftige Pflanzen kennen und über ihre Verwendung in der Küche und Naturheilkunde.

Entdecke die Natur der kalten Jahreszeit mit Wildkräuterexpertin Sofie (ca. 2 Std.).

Anmeldung erforderlich.

FREITAG, 04.12.

WOCHEN- UND BAUERNMARKT

8:00 Uhr | Marienplatz

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

NIKOLAUSMARKT

18:00 Uhr | Kirchplatz, Oberstaufer

Kleiner Markt mit Leckereien und warmen Getränken rund um den Kirchplatz

FREITAG, 04.12.

BÄRBELETREIBEN

18:00 Uhr | Kirchplatz, Oberstaufer

Am Tag der heiligen Barbara, verkleiden sich junge (unverheiratete) Frauen als alte Weiber und ziehen mit lauten Glocken und Reisgruten durch den Ort. Der alte Brauch hatte ursprünglich den Sinn, böse Geister und Dämonen der kalten und schrecklichen Winterzeit zu vertreiben und der großen Erd-Mutter zu huldigen.

SAMSTAG, 05.12.

NIKOLAUSMARKT

18:00 Uhr | Kirchplatz, Oberstaufer

Kleiner Markt mit Leckereien und warmen Getränken rund um den Kirchplatz.

KLAUSENTREIBEN

19:00 Uhr | Kirchplatz, Oberstaufer

Das Klausentreiben ist ein überlieferter Brauch im alemannischen Alpenraum, bei dem sich die ledigen Burschen schaurig verummern um mit Ruten und lautem Glockengeläut durch den Ort ziehen.

Ein munteres Treiben rund um den Kirchplatz.

SONNTAG, 06.12.

NIKOLAUSMARKT

17:00 Uhr | Kirchplatz, Oberstaufer

Kleiner Markt mit Leckereien und warmen Getränken rund um den Kirchplatz.

NIKOLAUSFEIER MIT KLAUSENTREIBEN

18:00 Uhr | Kirchplatz, Oberstaufer

Auch dieses Jahr findet sich der Hl. Nikolaus, begleitet in seiner Kutsche von Engeln und Klausen, am Kirchplatz ein. Für die Kleinen besteht wie gewohnt die Möglichkeit, ihre Gedichte und Lieder vorzutragen. Der Hl. Nikolaus hält Geschenke bereit, die den Kindern durch die Rumpelklausen überreicht werden. Im Anschluß Klausentreiben.

