



DIANA Naturpark Hotel, Oberstaufen, Allgäu

DIANA Naturpark Hotel mit neuen Auszeiten für mehr Balance - Yoga-Sommertage im August und Achtsamkeitsretreat im Herbst 2026

Manchmal braucht es nur ein paar Tage Abstand vom Alltag, um wieder bei sich selbst anzukommen. Mit den erstmals angebotenen Yoga-Sommertagen im Sommer und dem neuen herbstlichen Achtsamkeitsretreat schafft das DIANA Naturpark Hotel in Oberstaufen genau dafür den passenden Rahmen. Beide Auszeiten verbinden Bewegung, Entspannung und persönliche Entwicklung mit der Ruhe und Kraft der Allgäuer Natur. Das besondere Plus im DIANA: kleine Gruppen, persönliche Betreuung und viel Raum für neue Impulse. Denn das familiengeführte Boutiquehotel mit nur 24 individuellen Zimmern liegt ruhig am Naturpark Nagelfluhkette und versteht sich als Rückzugsort für alle, die neue Energie schöpfen und Körper und Geist wieder in Einklang bringen möchten.

Yoga-Sommertage: Bewegung, Entspannung und Naturerlebnis

Premiere feiern vom 4. bis 7. August 2026 die Yoga-Sommertage im DIANA Naturpark Hotel. Das viertägige Programm richtet sich an alle, die ihre Yogapraxis vertiefen oder Yoga in entspannter Atmosphäre kennenlernen möchten. Morgendliche Einheiten sorgen für einen aktiven Start in den Tag, während weitere ruhigere Sessions sowie Meditation am Abend Körper und Geist zur Ruhe kommen lassen. Zudem wartet an einem der Nachmittage ein spannendes Genusstraining für die Sinne mit Gesundheitspädagogin Bianca Schoder. Wenn die Yogamatte zusammengerollt ist, dann bleibt genügend Zeit, die wohltuende Ruhe des Hauses zu genießen - sei es im Wellnessbereich mit Pool, Whirlpool, Sauna und Dampfbad oder draußen in der Natur des Allgäus, die direkt vor der Tür beginnt. Das Angebot „Yoga-Sommertage“ umfasst drei Übernachtungen in alpiner Wohlfühlatmosphäre inklusive DIANA-Superfrühstück, täglicher vegetarischer Verpflegung am Abend, allen genannten Yoga-Einheiten sowie Oberstaufen PLUS GOLF-Gästekarte. Es ist ab 570 Euro pro Person buchbar.



Achtsamkeitsretreat: Neue Perspektiven für mehr Gelassenheit

Vom 18. bis 22. Oktober 2026 lädt das DIANA Naturpark Hotel erstmals zum Achtsamkeitsretreat mit Anke Löffel ein. Die Personal- und Life-Coachin sowie Meditationstrainerin begleitet die Teilnehmerinnen und Teilnehmer vier Tage lang auf dem Weg zu mehr innerer Balance. Im Mittelpunkt stehen die Themen Achtsamkeit, Resilienz und mentale Gesundheit. In Vorträgen und Gesprächseinheiten vermittelt Anke Löffel psychologisches Hintergrundwissen auf Basis aktueller wissenschaftlicher Erkenntnisse. Meditationen, Mentalreisen und Atemübungen schaffen zugleich praktische Zugänge zu mehr Ruhe, Klarheit und Gelassenheit. Individuelle Coachings können ergänzend gebucht werden und finden je nach Wunsch drinnen oder in der Natur statt. Das Retreat umfasst vier Übernachtungen inklusive DIANA-Superfrühstück, täglicher vegetarischer Verpflegung am Abend sowie der Nutzung des Wellnessbereichs mit beheiztem Indoor-Pool, Hot-Whirlpool, Sauna und Dampfbad. Das Retreat findet ab vier Personen statt; die Teilnehmerzahl ist auf maximal zehn Personen begrenzt. Die Hotelleistungen sind ab 679 Euro pro Person im Einzelzimmer buchbar. Hinzu kommt die Coaching-Gebühr von 230 Euro im Frühbuchertarif bis sieben Wochen vor dem Retreat beziehungsweise danach 250 Euro. Darüber hinaus profitieren die Gäste von den Leistungen der Oberstaufen PLUS GOLF-Gästekarte.

Weitere Informationen unter www.diana-oberstaufen.de.

Über das DIANA Naturpark Hotel

Das DIANA Naturpark Hotel liegt zentral und zugleich ruhig in Oberstaufen im Allgäu, eingebettet in die Natur des grenzüberschreitenden Naturparks Nagelfluhkette. Das familiengeführte Boutiquehotel wird heute in dritter Generation von Sandra Ammer geführt und verbindet persönliche Gastfreundschaft mit einem klaren Fokus auf ganzheitliches Wohlbefinden. Im Mittelpunkt stehen bewusste Erholung, Achtsamkeit, Gesundheitsangebote wie Basenfasten sowie spezielle Programme für Frauen in den Wechseljahren. Die 24 individuell gestalteten Zimmer, ein Spa-Bereich mit Indoor-Pool, Whirlpool, Sauna und Dampfbad sowie die naturnahe Lage schaffen ideale Voraussetzungen für eine entspannte Auszeit. Gäste profitieren zudem von den Leistungen der Oberstaufen PLUS GOLF-Gästekarte mit kostenfreien Greenfees auf ausgewählten Golfplätzen, Bergbahnfahrten und weiteren Freizeitangeboten.

München/Oberstaufen, 25. Juni 2026

Für weitere Informationen:

Bettina Siller
STROMBERGER PR GmbH
Kistlerhofstraße 70, Haus 5, Gebäude 188
81379 München
siller@strombergerpr.de
T +49 (0)89 18 94 78-87
strombergerpr.de

Sandra Ammer
DIANA Naturpark Hotel
Unterm Schloss 2
87534 Oberstaufen
urlaub@diana-oberstaufen.de
T +49 (0)8386 488-0
diana-oberstaufen.de