



Füssen Tourismus und Marketing
Anstalt des öffentlichen Rechts der Stadt Füssen
Kaiser-Maximilian-Platz 1
87629 Füssen
Tel. 08362 9385-0
Fax 08362 9385-20
tourismus@fuessen.de
www.fuessen.de

24.08.2026
38_2026

Presseinformation

Alpine Healthy Performance Days 2026: Wenn Gesundheit zur Grundlage nachhaltiger Spitzenleistung wird

Vom 12.11. – 14.11.2026 finden die 1. Alpine Healthy Performance Days am Hopfensee in Füssen im Allgäu statt. Der dreitägige Summit richtet sich an gesundheitsbewusste Menschen und High Performer, im Mittelpunkt steht eine Frage, die für eine leistungsorientierte Gesellschaft immer wichtiger wird: Wie können wir dauerhaft leistungsfähig sein, ohne die eigene Gesundheit zu erschöpfen?

Leistung und Gesundheit werden häufig als Gegensätze betrachtet. Die Alpine Healthy Performance Days 2026 wollen diese Sichtweise verändern und wissenschaftlich fundiertes Wissen mit praktischen Impulsen, Bewegung, Regeneration und Austausch verbinden. Bis zu 250 Teilnehmerinnen und Teilnehmer erwartet ein kuratiertes Programm mit mehr als 30 Speakerinnen und Speakern aus Medizin, Wissenschaft, Wirtschaft und Spitzensport. Auf der ganzheitlich orientierten Agenda stehen unter anderem die Themen Energiehaushalt, Schlaf, Regeneration, Stressregulation, Mentale Klarheit und Nervensystem. Keynotes, Panels, Q&As und Workshops sollen vermitteln, wie sich Erkenntnisse aus Medizin und Performance konkret und einfach in den beruflichen und privaten Alltag übertragen lassen. Zum Line-up gehören:

- Dr. Thomas Peter, ganzheitlicher Mediziner und Unternehmer
- Chris Surel, Recovery-, Performance- und Schlaf-Coach
- Johanna Hiemer, Skibergsteigerin und Olympionikin
- Benedikt Böhm, Unternehmer, CEO und Extremskibergsteiger
- Dr. Janna Scharfenberg, Ärztin und Ayurveda-Expertin
- Moritz Ross, Atem-Coach unter anderem für die DFB-Elf
- Linda Meixner, Unternehmerin
- u.v.m.

„Gesundheit ist nicht Gegenteil von Leistung. Sie ist die Voraussetzung dafür“, lautet die zentrale Überzeugung der Veranstalterinnen Franziska Thurm und Carola Weber. Beide kennen die Anforderungen hoher Leistungsfähigkeit aus unterschiedlichen Perspektiven: Thurm aus dem Leistungssport, Weber aus der internationalen Unternehmensberatung. Ihre unterschiedlichen Wege führten sie zu derselben Erkenntnis: Wer dauerhaft Außergewöhnliches leisten möchte, muss lernen, die eigene Energie und Regeneration ebenso bewusst zu gestalten wie Ziele und Ergebnisse. Neben Vorträgen und Workshops setzen die Veranstalterinnen deshalb bewusst auch auf Praxiseinheiten und Bewegung in der Allgäuer Natur. Geplant sind unter anderem eine Recovery Lounge, ein Innovation Lab und Messebereich, die Möglichkeit für medizinisch begleitete Check-ups sowie ein Trailrun bzw. eine Wanderung zur Rohrkopfhütte am Tegelberg. Ein Night Walk am Hopfensee und Angebote zur Regulation des Nervensystems ergänzen das Programm. Weitere Informationen und Tickets: www.healthy-performance.de

327 Wörter | 2.616 Zeichen (mit Leerzeichen)

Foto-Downloads:

[Hopfensee bei Füssen im Allgäu](#) (JPG, 2.4 MB). © Healthy Performance Days
[Veranstalterinnen Franziska Thurm und Carola Weber](#) (JPG, 9.1 MB). © Healthy Performance Days

Medienkontakt:

Health & Performance GbR
Carola Weber & Franziska Thurm
E-Mail: franziska@healthy-performance.de