

Naturerlebnis Kaisergebirge

Führungen und Aktivprogramm 2023 - Guided tours and activity programme 2023



Mit dem Kufsteiner Kaiserlift geht es auf 1.250 Meter in ein wahrlich kaiserliches Naturerlebnis. Ringsum die Tiroler Berglandschaft. Sanfte Wanderwege. Klare Bäche. Saftige Almwiesen. Mystische Wälder. Erholsame Stille. Den Geheimnissen des Kaisers auf der Spur. Nicht einfach wandern, vielmehr Finden und Staunen oder den Körper mit der Natur in Einklang bringen.

Take the Kaiserlift up to 1250m and into a truly imperial nature experience. Surrounded by the Tyrolean Mountain landscape. Gentle hiking trails. Clear streams. Soft alpine meadows. Mystic forests. Restful silence. On to the secrets of the Kaiser. Not just hiking, rather discovering and being amazed or bringing the body into harmony with nature.



Kaiserlift Kufstein

Für die Führungen wird ein gültiges Lift-Ticket für die Berg- und Talfahrt benötigt.

Gästekarte

Mit der KufsteinerlandCard genießen Sie während Ihres Aufenthaltes kostenlos eine Berg- und Talfahrt in das Naturerlebnis Kaisergebirge!

Kostenbeitrag Führung

Die Teilnahme ist mit der KufsteinerlandCard und für Einheimische aus der Region Kufsteinerland kostenlos, sonst dürfen wir € 10,- pro Person und Programmpunkt verrechnen.

Kaiserlift Kufstein

A valid lift ticket for an ascent and descent is needed for the guided tours. With the Kufsteinerland Card, you can enjoy one free journey with the Kaiserlift to the Kaiser Mountains Nature Reserve during your stay!

Costs

Participation is free with the KufsteinerlandCard and also free for locals of the Kufsteinerland region; otherwise, we charge € 10 per person and item on the programme.

📍 **Infos** zum Naturerlebnis Kaisergebirge-Programm (*more information about the guided tours*) unter www.kufstein.com und www.naturerlebnis-kaisergebirge.at oder telefonisch unter +43 (0)5372 62207 oder per Mail info@kufstein.com. Anmeldung erforderlich! Ab 4 Personen. *Registration required! Minimum 4 participants.*

🕒 **Kaiserlift Betriebszeiten /opening hours 2023:** Täglich / *daily* vom 29. April bis 29. Oktober von 8.30 bis 16.30 Uhr. (Einstieg letzte Bergfahrt um 16.15 Uhr, letzte Talfahrt um 16.30 Uhr / *last entry for ascent at 4.15 p.m., last descent at 4.30 p.m.*)



Jeden DIENSTAG von Mai bis Ende Oktober
Every TUESDAY from May to the end of October

Themenwanderung: **Des Kaisers „natürliche“ Wunderwelt**

Wir dürfen die Facetten des Naturerlebnisses Kaisergebirge hinsichtlich seiner Heilpflanzen, Kräuter und Bäume mit Maria Bachmann, Wanderführerin und Kräuterexpertin, entdecken. Tauche ein in die wunderbare Welt der Heil- und Giftpflanzen, Kräuter und Bäume. Du lernst durch Marias Wissensschatz über die Pflanzenwelt rund um das Brentenjoch Kräuter zu erkennen und anzuwenden. Staune über den Artenreichtum unseres Mischwaldes. Wie schaut das Leben der Bäume aus, wie ernähren sie sich, was passiert unter der Erde, wie überleben sie den Winter? Erfahre, warum der Wald uns guttut und was es mit „Baumbegegnungen“ auf sich hat.

📍 **Treffpunkt:** Talstation Kaiserlift / *meeting point: bottom station*
Zeit: ab 9.30 bis ca. 12.30 Uhr. Im Anschluss an die Führung auf Wunsch gemeinsame Einkehr auf einer der urigen Berghütten.
Anmeldung erforderlich! Ab 4 Personen.

Themed hike: Kaiser's 'natural' wonderworld

We get to discover the many facets of the Kaiser Mountains Nature Reserve with regards to its medicinal plants, herbs and trees with Maria Bachmann, hiking guide and herbal expert. Dive into the wonderful world of healing and poisonous plants, herbs and trees. You learn how to recognise and use herbs, thanks to Maria's knowledge of the plant world around the Brentenjoch. Marvel at the biodiversity of our mixed forests. What does the life of trees look like, how do they feed, what happens underground, how do they survive in winter? Learn why the forest is good for us and what „tree encounters“ are all about.



*Jeder FREITAG von Mai bis Mitte Oktober 2023 steht unter dem Motto
Every FRIDAY from May to mid-October 2023, the motto is:*

Vital durch Bewegung und Balance

Healthy through exercise and balance

Immer freitags nützen wir die faszinierende Almen- und Bergwelt hoch über Kufstein, um Körper und Geist Gutes zu tun und mit der Natur in Einklang zu bringen. Beruf und Alltag fordern uns täglich. Eine leichte Wanderung und Bewegung in der Natur lassen uns den Kopf frei bekommen, helfen uns zu entspannen und bringen uns wieder ins Gleichgewicht für mehr Ruhe und Gelassenheit aus unserer Mitte heraus.

Every Friday we take advantage of the fascinating alpine pastures and mountains high above Kufstein to do something good for body and mind and to get in tune with nature. Work and everyday life put demands on us daily. An easy hike and exercise in nature clear our mind, help us to relax and bring us back into balance for more calm and serenity from our core.

„Stressfrei mit der Kraft des Herzens“ mit Helmut Payr

Sich rundum wohlfühlen, ausgeglichen sein, viel Energie zu haben – wer wünscht sich das nicht? Dazu gehört neben dem körperlichen und dem seelischen auch das geistige Wohlbefinden. Beruf und Alltag fordern uns täglich. Daher steht im Zentrum dieser besonderen Wanderung unser Herz. Herzschlag, Atmung und Blutdruck werden in einen optimalen Rhythmus gebracht. Ziel ist es, Herz und Verstand in Einklang zu bringen, wieder in Balance zu kommen und den Energiefluss zu optimieren.

“Stress-free with the power of the heart” with Helmut Payr

Feeling good all over, being balanced, having plenty of energy. This includes not only physical and mental well-being, but also spiritual well-being. We are challenged daily with work and everyday life. The focus of this special hike is our heart. Heartbeat, breathing and blood pressure are brought into a perfect rhythm. The aim is to bring heart and mind into harmony, to gain balance and to optimise the flow of energy.



📅 **Termine: 5. Mai, 2. Juni, 7. Juli, 4. August, 1. September, 6. Oktober**

Treffpunkt: Talstation Kaiserlift /meeting point: bottom station, Zeit: ab 9.30 bis ca. 12.30 Uhr, Anmeldung erforderlich! Ab 4 Personen.

Natürliche Balance mit Harald Löffel

„Es geht bei allem um das Gleichgewicht!“ Den Ausgleich finden zwischen Spannung und Entspannung. Harald zeigt bei dieser Wanderung in wunderschöner Natur mit Tai Chi Quan und Qi Gong-Übungen und der Kraft der Natur den Weg zu Gleichgewicht, Verbundenheit und Ruhe aus der Mitte heraus. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.



Natural balance with Harald Löffel

„It's all about balance!“ Finding the midpoint between stress and relaxation. On this hike through the beautiful nature, Harald shows you the way to balance, connectedness and inner peace with Tai Chi Quan and Qi Gong exercises and the power of nature. No prior experience is necessary.

📅 **Termine: 12., 19. und 26. Mai, 9., 16., 23. und 30. Juni, 14., 21. und 28. Juli, 11., 18. und 25. August, 8., 15., 22. und 29. September, 13. Oktober**

Treffpunkt: Talstation Kaiserlift /meeting point: bottom station, Zeit: ab 9.30 bis ca. 13 Uhr, Anmeldung erforderlich! Ab 4 Personen.

Morgenfahrten mit dem Kaiserlift

Morning trips on the Kaiserlift



On Saturdays from 17 June until the end of August, the Kaiserlift starts running at 7am in the morning - the perfect opportunity to greet the day on the mountain, as the sun rises over the Wilder Kaiser. Morning yoga, an exciting themed tour or a sporty trail running workshop are on the programme.

An den Samstagen vom 17. Juni bis Ende August startet der Kaiserlift bereits um 7 Uhr morgens – die perfekte Gelegenheit, um den Tag am Berg zu begrüßen, während die Sonne über dem Wilden Kaiser aufsteigt. Morgendliches Yoga, eine spannende Themenführung oder ein sportlicher Trail-Running-Workshop stehen auf dem Programm.

Bei Regenwetter entfallen Morgenyoga, Themenführung Geologie und der Trail-Running-Workshop!

In case of rainy weather, the morning yoga, themed geology tour and trail running workshop do not take place!

Morgenyoga

Die Plattform am Brentenjoch ist ein ganz besonderer Kraftplatz und eine Yogastunde in den frühen Morgenstunden etwas ganz Spezielles. Wir nutzen die einzigartige Stimmung und die Kraft der Berge für eine geführte Yogaeinheit, die mit einer kurzen Meditation und einer schönen Schlusssentspannung abgerundet wird. Bitte eine gute Yogamatte (!), eine Decke, wärmende Kleidung und eventuell Sonnenschutz mitbringen.

Morning yoga

The platform at Brentenjoch is a unique energy place, a yoga session on the platform in the early morning something really special. We use the unique mood and the power of the mountains for a guided yoga class, including a brief meditation and a relaxation to finish off. Please bring your own yoga mat, a blanket and warm clothes with you, eventually sunscreen.

📅 **Termine: Jeden Samstag vom 17. Juni bis 26. August 2023**

Achtung: am Samstag, 22. Juli, findet die Morgenyoga-Einheit NICHT statt!

Treffpunkt/meeting point: 8 Uhr Yoga-Plattform Brentenjoch bzw. 7.40 Uhr BERGstation Kaiserlift.
Anmeldung erforderlich! Ab 4 Personen.

Themenführung „Wunderwelt der Geologie“

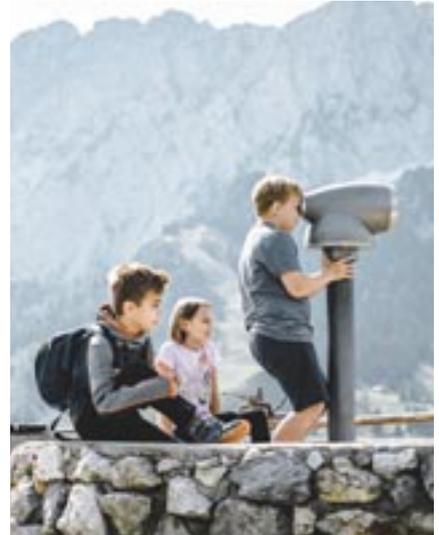
An vier Morgenfahrt-Terminen führt unser Geologe Paul Koller durch die „Wunderwelt der Geologie“. Mehr als nur Steine: Erfahre vieles über die Entstehung der Alpen. Eine faszinierende Reise durch die verschiedenen Gesteinsarten im Naturschutzgebiet Kaisergebirge. Mit kleinen Experimenten wird unser Interesse am spannenden Thema Geologie geweckt.

Themed tour "wonderful world of geology"

Geologist Paul Koller leads us through the "wonderful world of geology". More than just rocks: Discover exciting facts about formation of the Alps. With small experiments, our interest in the exciting topic of geology is awakened.

📍 Termine: 15. und 29. Juli; 12. und 26. August 2023

Treffpunkt/meeting point: 7.40 Uhr BERGstation Kaiserlift.
Dauer ca. 3 Stunden. Anmeldung erforderlich! Ab 4 Personen.



Trail-Running-Workshop für Anfänger

An vier Morgenfahrt-Terminen gibt uns Paul Koller wertvolle Tipps bezüglich Trittsicherheit, Koordination, Kondition, Ausrüstung und Orientierung im Gelände, wenn es am Brentenjoch im Laufschrift durch Wiesen und Wälder geht – bergauf und bergab. Jeder, der im Tal gerne läuft aber auch einmal das Gelände ausprobieren möchte, ist hier richtig. Eine gewisse Grundfitness ist erforderlich, und Laufschuhe mit grobem Profil sind Voraussetzung. Bitte dem Bergwetter entsprechend anziehen! Die Rucksäcke mit trockener Reservekleidung und Getränken werden an der Bergstation hinterlegt (sind unhandlich beim Laufen).

Trail-Running-Workshop for beginners

On four mornings, Paul Koller gives us valuable tips on sure-footedness, coordination, fitness, equipment and orientation in the terrain as we run through meadows and forests – uphill and downhill – at Brentenjoch. Anyone who likes to run in the valley but also wants to try out the terrain is in the right place here. A certain basic level of fitness is required, and running shoes with a rough tread are a prerequisite. Please dress appropriately for the mountain weather! Backpacks with dry spare clothes and drinks will be deposited at the top station – as they are unpractical when running.



📍 Termine: 8. und 22. Juli; 5. und 19. August 2023

Treffpunkt/meeting point: 7.40 Uhr BERGstation Kaiserlift (Dauer: ca. 3 Stunden)
Anmeldung erforderlich! Ab 4 Personen.

Anmeldung / Registration



Online auf unserer Homepage unter www.kufstein.com im Veranstaltungskalender oder unter T +43/5372/62207 oder info@kufstein.com
Die Anmeldung ist für alle Führungen und Aktivitäten bis spätestens am Vortag um 16.30 Uhr erforderlich. Für die Morgenfahrten benötigen wir Ihre Anmeldung bis 12.00 Uhr am Vortag.

Online on our homepage at www.kufstein.com in the event calendar or by phone +43/5372/62207 or email info@kufstein.com

Registration is required for all tours and activities by 4.30pm on the previous day, at the latest.

For the morning excursions, we need your registration by 12pm the previous day.

Was man im Naturerlebnis Kaisergebirge noch entdecken kann! What else you can discover in the Kaiser Mountains Nature Experience!

Almapotheke

Beim Berghaus Aschenbrenner wird in vier Modulen altes Kräuterwissen interaktiv vermittelt. Heimische Heilkräuter werden in Wort, Bild und Duft vorgestellt. Wer mehr erfahren möchte, dem empfehlen wir die Themenwanderung „des Kaisers natürliche Wunderwelt“ jeden Dienstag.

Mountain Pharmacy

At Berghaus Aschenbrenner you can make an interactive experience of herbal knowledge. Local herbs are presented in words, pictures and odor samples. You can find out more on the adventure tour „Kaisers natural wonderworld“ every Tuesday.

Geologiepfad

Der Geologiepfad mit seinen neun Stationen lädt ein, mehr über das Kaisergebirge und seinen Unterbau zu erfahren. Man kann die Stationen selbständig besuchen oder lässt sie sich bei der Erlebnistour „Wunderwelt Geologie“ von einem Geologen erklären.

Hier geht´s zur Tour:

www.kufstein.com/de/tours/geologiepfad.html



Geology Trail

The geology trail with its nine stations invites you to discover more about the Kaiser mountains and its foundations. You can visit the stations independently or have a geologist tell you about them on the "wonderful world of geology" adventure tour. Find out more about the tour here:

<https://www.kufstein.com/en/tours/geology-trail.html>



Kraftplätze

Rund ums Brentenjoch finden sich einige Kraftplätze des Kufsteinerlandes: Adlerblick, Freiraum-Raum-Zeit, Gratwanderung, Himmelschauen und Lebensquelle laden zu Achtsamkeit und Entspannung ein.

Places of Spiritual Strength

In the area around the Brentenjoch, you will find several places of spiritual strength: Adlerblick, Freiraum-Raum-Zeit, Gratwanderung, Himmelschauen and Lebensquelle invite you to enjoy mindfulness and relaxation.

NEU seit 2021

Der familieneignete Naturerlebnispfad lässt uns ab der Mittelstation spielerisch und achtsam die Natur entdecken (über den Berggasthof Hinterdux bis zur Marienkapelle am Duxer Köpfl und retour sind ca. 1,5 Stunden einzuplanen).

NEW since 2021

The family-friendly natural adventure trail allows you to discover nature in a fun and mindful way starting from the mid-station (via the Hinterdux mountain inn to the chapel "Marienkapelle" on the Duxer Köpfl and back, approx. 1.5 hours).



Wie verhalte ich mich im Naturschutzgebiet

How should I behave in the Nature Reserve

- ✓ Ich genieße die Ruhe und verzichte auf laute Geräusche.
 - ✓ Im Naturschutzgebiet bewege ich mich mit eigener Körperkraft.
 - ✓ Offenes Feuer kann großen Schaden verursachen und Tiere verschrecken.
 - ✓ Ich nutze offizielle Übernachtungsmöglichkeiten.
 - ✓ Meinen Hund nehme ich an die Leine.
 - ✓ Meinen Müll nehme ich wieder mit ins Tal.
 - ✓ Ich respektiere den Lebensraum von Pflanzen und Tieren. Pflanzen sind im Naturschutzgebiet zu Hause und nicht in einer Vase. Ich füttere keine Tiere und halte einen sicheren Abstand.
 - ✓ Ich bleibe auf den ausgeschilderten Wegen.
- ✓ I enjoy the peace and quiet and do avoid making loud noises.
 - ✓ In the nature reserve I move with my own body power.
 - ✓ Open fire can cause great damage and scare animals.
 - ✓ I use official overnight accommodations.
 - ✓ I keep my dog on a leash.
 - ✓ I take my garbage back to the valley.
 - ✓ I respect the habitat of plants and animals. Plants are at home in the nature reserve and not in a vase. I do not feed animals and keep a safe distance.
 - ✓ I stay on the marked trails.

2023 feiern wir das 60-jährige Jubiläum des Naturschutzgebietes Kaisergebirge! In 2023 we celebrate the 60th anniversary of Kaiser Mountains Nature Reserve!

Im Jahr 1963 am 29. April wurde das Kaisergebirge offiziell zum Naturschutzgebiet.

Das diesjährige Jubiläum steht demnach ganz im Zeichen des Naturschutzes und des achtsamen Miteinanders. Die Schönheit und Unberührtheit der Natur sollten erhalten bleiben.

Mach dem Naturschutzgebiet Kaisergebirge ein Geschenk, indem du dich bewusst in der Natur bewegst und dich an die Verhaltensregeln hältst! Nähere Informationen zum Naturschutzgebiet, dem Jubiläumsjahr und den Feierlichkeiten dazu findest du hier: www.kufstein.com/de/kaisergebirge.html

In 1963, on 29 April, the Kaiser Mountains officially became a nature reserve.

This year's anniversary is thus all about protecting nature and considerate interaction. The beauty and unspoiled state of nature must be preserved.

Do the Kaiser Mountains Nature Reserve a favor by moving about in nature with awareness and keeping to the dos and don'ts!

More details about the nature reserve, the anniversary year and the festivities can be found here: www.kufstein.com/de/kaisergebirge.html

Das Kufsteinerland Kinder- und Familien-Erlebnisprogramm (Mitte Juli bis Anfang September 2023)

Für Kinder ab 4 Jahren ist Spannung angesagt. Von der Alm geht es auf die Festung der Ritterzeit auf der Spur. Erlebnis-Bauernhof. Nachtwächterführungen mit spannenden Geschichten. Auf dem Rücken der Pferde. Mit dem Floß in See stechen. Das Kufsteinerland ermöglicht mit dem Kinder-Erlebnisprogramm unvergessliche Stunden. Neben Angeboten speziell für Kinder gibt es auch Erlebnisse für die ganze Familie. Mit der in jedem Urlaubsquartier erhältlichen KufsteinerlandCard sind die einzelnen Angebote kostenfrei nutzbar.

The Kufsteinerland Kid's programme

For kids aged 4 and over, excitement is the order of the day. On the trail from the alpine pasture to a fortress from the Middle Ages. Adventure farm. Night watchman tours with exciting stories. On the backs of horses. Set sail on the raft. The Kufsteinerland provides some unforgettable hours with



its kid's adventure programme. In addition to offers especially for kids, there are also adventures for the whole family. With the Kufsteinerland Card, available in every holiday accommodation, the individual offers can be used free of charge.



K

Kufsteinerland

verbindet

TVB Kufsteinerland

A-6330 Kufstein Unterer Stadtplatz 11-13,
+43 (0) 5372 / 62207, info@kufstein.com

www.kufstein.com

Änderungen, Fehler und Preisänderungen vorbehalten.
Subject to changes, errors, and price fluctuations.