

# Naturerlebnis Kaisergebirge

Führungen und Aktivprogramm 2022 - Guided tours and activity programme 2022



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 Kufsteiner 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.*

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

🕒 **Kaiserlift Betriebszeiten /opening hours 2022:** Täglich / *daily* vom 30. April bis 31. 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.*)



## Lift-Ticket

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

Mit der KufsteinerlandCard entschweben Sie während Ihres Aufenthaltes einmal kostenlos mit dem Kaiserlift in das Naturerlebnis Kaisergebirge!

## Kosten

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

## Lift Ticket

*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.*



**Jeden DIENSTAG vom 1. Mai bis Ende Oktober**  
*Every Tuesday from May 1 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 faszinierenden 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 „Baumbegnungen“ auf sich hat.

📍 Treffpunkt: Talstation Kaiserlift, /meeting point: bottom station  
 Zeit: ab 9.30 bis ca. 12.30 Uhr, 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 fascinating 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 1. Mai bis Ende Oktober steht unter dem Motto

## „Aktiv sein, Bewegung und Balance“

Every Friday from May 1 to the end of October we focus on

**“Being Active, Movement and Balance”**

### Vital-Wanderung mit Helmut Payr

„Der Mensch im Fluss des Lebens“ lautet die Devise dieser besonderen Wanderung. Beruf und Alltag fordern uns täglich. Dabei ist es wichtig, auf unser körperliches und energetisches Gleichgewicht zu achten. Schwerpunkt dieser Vital-Wanderung ist es, auszusteigen aus der digitalisierten, lauten Welt und einzutauchen in die intakte Natur des Kaisergebirges, um zu sich selbst zurückzufinden. Energie, Lebensfreude, Leichtigkeit, Gelassenheit, Selbstwert und Selbstvertrauen sind die Ziele dieser Wanderung.

*“People in the flow of life” is the motto of this special hike. Work and everyday life challenge us daily. It is important to pay attention to our physical and energetic balance. The focus of this vitality hike is to withdraw from the digitalised, loud world and to dive into the intact world of the Kaiser mountains in order to rediscover ourselves. Energy, joie de vivre, serenity, self-esteem and self-confidence are the goals of this hike.*

📅 **Termine: 20. Mai, 3. Juni, 15. Juli, 5. August, 23. September, 28. 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.

*„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: 6. Mai, 17. Juni, 8. Juli, 29. Juli, 19. August, 2. September, 14. Oktober**

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

## Yoga am Brentenjoch

Eine Yogastunde auf der Plattform am Brentenjoch ist etwas ganz Spezielles. Atmung und Bewegung werden geschult. Wir nützen die einzigartige Stimmung am Berg auch für eine kurze geführte Meditation und eine schöne Schlussspannung. Eine gute Matte und evt. eine Decke und wärmende Kleidung sind mitzubringen. Und eine gewisse körperliche Grundfitness setzen wir voraus.

*A yoga class on the platform of the Brentenjoch is something quite special. We focus on breathing and movement. We will also use the unique atmosphere of the mountain for a short guided meditation and a beautiful final relaxation. Please bring a good yoga mat and potentially a blanket and warm clothes with you. We assume a certain basic level of physical fitness.*

**Termine: 13. Mai, 10. Juni, 1. Juli, 12. August, 9. September**

Treffpunkt: Talstation Kaiserlift /meeting point: bottom station, Zeit ab 9.30 bis ca. 11.00 Uhr, Anmeldung erforderlich!  
Ab 4 Personen.

## Trail-Running mit Paul Koller

Im Laufschrift durch Wiesen und Wälder – bergauf, bergab und über Stock und Stein. Bist du agil und ausdauernd genug um durch die kaiserliche Natur zu laufen? Finde es auf den Trails des Stadtbergs heraus. Eine gewisse Fitness ist für diesen Programmpunkt erforderlich und Laufschuhe mit grobem Profil sind Grundvoraussetzung!

*Running through meadows and forests, uphill and downhill and over edge and ditch. Are you agile and hardy enough to run through the imperial nature? Find out on the trails of the city mountain.*

**Termine: 22. Juli, 16. September, 7. Oktober**

Treffpunkt: Talstation Kaiserlift /meeting point: bottom station, Zeit: ab 13.30 bis ca. 16.30 Uhr, Anmeldung erforderlich!  
Ab 4 Personen.

## Schatzsuche/Geocaching mit Fred Weidner

Mit GPS Gerät oder Handy-App ausgestattet auf Schatzsuche im Kaisergebirge. Wo liegt der Schatz verborgen? Wer kann ihn entdecken?

*Go on a treasure hunt in the Kaiser mountains, equipped with a GPS device or a phone app. Where is the treasure hidden? Who can discover it?*

**Termine: 27. Mai, 24. Juni, 26. August, 30. September, 21. Oktober**

Treffpunkt: Talstation Kaiserlift /meeting point: bottom station, Zeit: ab 13.30 bis ca. 16.30 Uhr, Anmeldung erforderlich!  
Ab 4 Personen.

# Morgenfahrten mit dem Kaiserlift mit Morgenyoga oder speziellen Themenführungen



An sechs Samstagen im Sommer startet der Kaiserlift bereits um 6 Uhr morgens – die perfekte Gelegenheit, um den Tag am Berg zu begrüßen, während die Sonne über dem Wilden Kaiser aufsteigt. Ab 7 Uhr gibt es für alle Frühaufsteher eine **Yogastunde am Brentenjoch** oder eine geführte **Morgen-Erlebnistour** durch die erwachende Natur. Mit Kräuterexpertin Maria Bachmann entdecken wir die „Pflanzenschätze“ im Kaisergebirge, und unser Geologe Paul Koller führt durch die „Wunderwelt der Geologie“. Mehr als nur Steine: Erfahre Spannendes über die Entstehung der Alpen.

## Morning Ascents with the Kaiserlift

with morning yoga or special themed guided tours

On six Saturdays in summer, HalloKaiserlift will start at 6am in the morning – the perfect opportunity to welcome the day on the mountain, as the sun rises over the Wilder Kaiser. From 7am, there is a yoga class for early risers on the Brentenjoch or a guided morning adventure tour through the awakening nature. With the herbal expert Maria Bachmann, we will discover “plant treasures” in the Kaiser mountains and our geologist Paul Koller leads us through the “wonderful world of geology”. More than just rocks: Discover exciting facts about the formation of the Alps.

### Termine:

<b>25. Juni:</b>	ab 7.00 Uhr	<b>Morgenyoga am Brentenjoch</b>
	ab 7.00 Uhr	<b>Themenführung „Pflanzenschätze“</b>
	ab 9.30 Uhr	<b>Themenführung-Spezial „Wunderwelt der Geologie“</b>
<b>09. Juli:</b>	ab 7.00 Uhr	<b>Morgenyoga am Brentenjoch</b>
	ab 7.00 Uhr	<b>Themenführung „Pflanzenschätze“</b>
<b>23. Juli:</b>	ab 7.00 Uhr	<b>Morgenyoga am Brentenjoch</b>
	ab 7.00 Uhr	<b>Themenführung „Wunderwelt der Geologie“</b>
<b>06. Aug.:</b>	ab 7.00 Uhr	<b>Morgenyoga am Brentenjoch</b>
	ab 7.00 Uhr	<b>Themenführung „Wunderwelt der Geologie“</b>
<b>20. Aug.:</b>	ab 7.00 Uhr	<b>Morgenyoga am Brentenjoch</b>
	ab 7.00 Uhr	<b>Themenführung „Pflanzenschätze“</b>
	ab 9.30 Uhr	<b>Themenführung-Spezial „Wunderwelt der Geologie“</b>
<b>03. Sept.:</b>	ab 7.00 Uhr	<b>Morgenyoga am Brentenjoch</b>
	ab 7.00 Uhr	<b>Themenführung „Pflanzenschätze“</b>
	ab 9.30 Uhr	<b>Themenführung-Spezial „Wunderwelt der Geologie“</b>

### Treffpunkt/Zeit:

7.00 Uhr  
BERGstation Kaiserlift  
für **Themenführungen**

7.00 Uhr  
Yoga-Plattform Brentenjoch  
bzw. 6.40 Uhr  
BERGstation Kaiserlift  
für **Morgenyoga**

9.30 Uhr  
TALstation Kaiserlift  
für **Themenführung-Spezial**  
Anmeldung erforderlich!  
Sonstiges: ab 4 Personen

Bei **Regenwetter** entfallen  
Morgenfahrt, Morgen-The-  
menführung und Yogastunde

## Anmeldung / Registration

Online auf unserer Homepage unter [www.kufstein.com](http://www.kufstein.com) im Veranstaltungskalender oder unter T +43/5372/62207 oder [info@kufstein.com](mailto: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](http://www.kufstein.com) in the event calendar or by phone +43/5372/62207 or email [info@kufstein.com](mailto: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

### 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](http://www.kufstein.com/de/tours/geologiepfad.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.

### NEU seit 2021

**Der familiengeeignete 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).

### 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 "Plant Treasures in the Kaiser Mountains".

### 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>



### 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.

### 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....

### How should I behave...



#### ... als Wanderer?

**Am Berg trage ich gutes, festes Schuhwerk.**

In meinem Rucksack habe ich eine Trinkflasche und einen Regenschutz. An kalten Tagen dürfen auch gerne Handschuhe und eine Mütze dabei sein. An heißen Tagen schütze ich mich mit Sonnencreme und einer Kopfbedeckung und nehme auch einen halben Liter mehr zu trinken mit! Die leeren Flaschen und das Jausenpapier nehme ich selbstverständlich wieder mit ins Tal.

#### ... as a hiker?

**On the mountain, I wear good hiking boots.**

*In my rucksack I have a water bottle and an umbrella. On cold days, I should also have gloves and a hat with me. On hot days, I protect myself with sun cream and a hat and also take half a litre more to drink with me! Of course, I take all empty bottles and food packaging back to the valley with me.*



#### ... im Naturschutzgebiet?

**Erstes gilt auch hier.**

Ich bleibe auf den Wegen, verhalte mich gesittet und versuche niemanden zu stören. Weder die Tier- noch die Pflanzenwelt. Blumen betrachte ich, mache vielleicht ein Foto und lasse die Pracht für die vielen Bienen und Hummeln stehen. Es gibt sehr viele geschützte Arten im Naturschutzgebiet. Das Pflücken und Ausgraben von Pflanzen ist verboten. Genauso wenig darf ich etwas im Naturschutzgebiet einsetzen. Wildtiere sind sehr scheu. Ich freue mich über eine Sichtung, aber ich verfolge sie nicht.

**Meinen Hund** nehme ich an die Leine, damit niemand gestört wird. Für sein „Geschäft“ habe ich ein Gassi-Sackerl dabei und entsorge es ordentlich.

#### ... in the Nature Reserve?

**The former also applies here.**

*I stay on the trails, am well-behaved and try to not disturb anyone. Neither the wildlife nor the plant life. I look at flowers, perhaps take a photo, and leave the beauty for the many bees and bumblebees. There are a lot of protected species in the Nature Reserve. Picking and digging up plants is forbidden, just like planting anything in the Nature Reserve. Wild animals are very timid. I am lucky if I see them, but I don't follow them. I keep **my dog** on a leash, so that no one gets disturbed. For its "business", I have a dog waste bag and dispose of it in the proper way.*