

# *Erlebnisprogramm 2023 & Naturerlebnis Kaisergebirge*

*... mit dem Kufsteinerland durch die Jahreszeiten*



Deutsch / English

[www.kufstein.com](http://www.kufstein.com)

**K**  
**Kufsteinerland**  
verbindet

# Erlebnisprogramm 2023

Mit unserem Erlebnisprogramm 2023 die schönsten Plätze des Kufsteinerlandes erkunden. Zu allen Jahreszeiten Kufstein und seine umliegenden Dörfer neu entdecken



So geht es vom Frühling bis in den Herbst durch das Kufsteinerland ...

## Unsere Alltime-Lovers

(April bis Mitte November)

Mit unseren Wanderführern über Stock und Stein, Berg und Tal, an prächtigen Bauernhöfen vorbei und zu herrlichen Aussichtspunkten. „Tirol erleben“ – eben!

Schon vom „sagenhaften Pendling“ oder den „Tiroler Wunder-Tropfen“ gehört?

Die „Perle Tirols“ bei Tag oder bei Nacht mit unserem Nachtwächter erkunden, durch Licht und Schatten zur mystischen „St. Nikolaus Kapelle“ oder eintauchen in unsere herrlichen Gebirgswälder bei einem erquickenden „Waldbad“.

Entdecken Sie unsere Favoriten vom zauberhaften Frühling bis in den bunten Spätherbst hinein.

## Unsere Frühlings-Highlights

(April und Mai)

Die allerersten Frühlingskräuter im Kaisertal entdecken, mit QiGong oder einer ganz besonderen „Körperreise“ wieder frühlingsfit und sommerfrisch werden.

Das sind die Highlights im frühlingshaften Kufsteinerland.

## Unsere Sommer-Specials

(Juni bis August)

Wer möchte sie nicht finden die „Glückskräuter“ oder die ganz besonderen „Wildkräuter“ auf der Alm?

Und wer zu den frühen Vögeln gehört, der startet zum „Morgenyoga am See“, zur Sonnenaufgangs-Wanderung auf luftige Höhen oder wandert mit uns durch die wildromantische Glemmbachklamm.

## Herbst – Erlebnisse

(September bis Anfang November)

Der Herbst im Kufsteinerland – auch da gibt es noch viel zu entdecken und zu erkunden. Ein „Kräuter-Workshop“ macht kräuterschlau, eine Lama-Wanderung riesig Spaß, eine sportliche Wanderung zur Ritzau-Alm fit und eine 4-Seen-Wanderung macht uns alle zu Kufsteinerland-Fans.

# Activity programme 2023

Explore the most beautiful spots of Kufsteinerland with our 2023 activity programme. Rediscover Kufstein and its surrounding villages in all seasons.



*This is how to explore Kufsteinerland from spring to autumn...*

## **Our Alltime-Lovers**

**(April to mid-November)**

With our hiking guides across hedge and ditch, mountains and valleys, past magnificent farms and to fabulous viewpoints. "Experiencing Tirol" – in a nutshell!

Ever heard of the "fabulous Pendling" or the "Tyrolean wonder-drop"?

Explore the "Pearl of Tirol" at day or night with our night watchman, through light and shadow to the mystical "St Nicolas chapel", or immerse yourself in our wonderful mountain forests with an invigorating "forest bath".

Discover our favourites from fabulous spring all the way into colourful late autumn.

## **Our spring-highlights**

**(April and May)**

Discover the very first spring herbs, get fit and fresh again for spring and summer with QiGong or a very special "journey of the body".

*These are the highlights in springlike Kufsteinerland.*

## **Our Summer-Specials**

**(June to August)**

Who doesn't want to find them, the "happy herbs" or the very special "wild herbs" on the alpine pasture?

And those who are among the really early birds set off for the "morning yoga by the lake", the sunrise-hike up to lofty heights or join us on a hike through wild and romantic Glemmbach Gorge.

## **Autumn – Experiences**

**(September to beginning of November)**

Autumn in Kufsteinerland – still leaves plenty to discover and explore. A "herbal workshop" makes you herb-smart, a llama-hike is great fun, a brisk hike up to Ritzau-Alm makes you fit and a 4-lake-hike makes all of us Kufsteinerland-fans.

## Wie kommen Sie zu Ihrem einzigartigen Erlebnis?



### Anmeldung

Um für Sie alles bestens organisieren und vorbereiten zu können, ist eine Anmeldung erforderlich! Wir möchten Sie bitten, sich **bis spätestens 16.30 h einen Tag vor der Veranstaltung online im Shop auf unserer Homepage unter [www.kufstein.com](http://www.kufstein.com) beim jeweiligen Programmpunkt anzumelden.**

Eine Anmeldung ist aber auch telefonisch oder per Mail unter [booking@kufstein.com](mailto:booking@kufstein.com) möglich.

Sollte Ihnen eine persönliche Anmeldung nicht möglich sein, kann dies auch von Ihrem Vermieter über die Website (siehe oben) vorgenommen werden.

Die meisten Programmpunkte können erst ab einer Mindestteilnehmerzahl von 4 Personen durchgeführt werden. Wir sind jedoch bemüht, auch bei weniger Anmeldungen Veranstaltungen abzuhalten. Änderungen sind vorbehalten! Falls die Wetterbedingungen die Durchführung der Veranstaltung nicht zulassen, obliegt es der Verantwortung des Guides eine Veranstaltung abzusagen oder abzubrechen.

### Mit der KufsteinerlandCard nehmen Sie an vielen Programmen kostenlos teil!

Es entstehen nur Gebühren für Transfers, Verpflegung oder Eintritte. Für Gäste ohne KufsteinerlandCard fallen zu den genannten Kosten noch pauschal € 10,- pro Person an.

### Verpflegung und Ausrüstung

Bei längeren Wandertouren oder bei Touren ohne geplante bzw. mögliche Einkehr empfehlen wir das Mitnehmen einer Jause und Getränken. Bitte passen Sie Ihre Bekleidung und Ihr Schuhwerk der Witterung und dem Programm an. Bei Bergwanderungen ist festes Schuhwerk eine Grundvoraussetzung, auch Stöcke sind teilweise empfehlenswert!

## How to enjoy a unique experience?

### Registration

Please register **by 16:30 the day before the event** online:

[www.kufstein.com](http://www.kufstein.com) in our shop.

Registration is also possible by phone or email to [booking@kufstein.com](mailto:booking@kufstein.com)

If a personal registration is not possible, your accommodation establishment should be able to do this for you.

Most items on the programme require min. 4 people to go ahead. However we always try to proceed with events even with fewer sign ups. Subject to change! In the event of adverse weather conditions, the guide is responsible for the decision to either cancel or abort the event.

### Many programmes are free with the KufsteinerlandCard!

Fees are only charged for transfers, catering or admission. For guests without the KufsteinerlandCard, the following costs are charged in addition to the fees above: € 10 per person.

### Catering and equipment

Please ensure that you wear appropriate clothing and footwear for the weather and activity. Sturdy footwear is a basic requirement on mountain walks and walking sticks are also recommended in some cases!

### Informationen

Tourismusverband Kufsteinerland  
 Unterer Stadtplatz 11-13  
 A-6330 Kufstein  
 Telefon +43/5372/62207  
[booking@kufstein.com](mailto:booking@kufstein.com)  
[www.kufstein.com](http://www.kufstein.com)

### Impressum

Herausgeber und Veranstalter: Tourismusverband Kufsteinerland  
 Fotos: Archiv Tourismusverband Kufsteinerland  
 Grundlegende Richtung: Das Magazin dient zur Information der Urlaubsgäste und ist unabhängig und überparteilich.  
 Programmänderungen, Satz- und Druckfehler vorbehalten.  
 Hersteller: Agentur Taurus, 6330 Kufstein

# Unsere Alltime-Lovers (April bis Mitte Nov.)

*Our Alltime-Lovers (April to mid-Nov.)*

**Montag / Monday**

## Wanderung „Tirol entdecken“ - Bauernhöfe, Land und Leute (3. April bis 6. November)

Abseits bekannter Wanderwege, geprägt durch eine vielfältige bäuerliche Kulturlandschaft, machen wir uns auf, um „Tirol zu entdecken“. Es geht durch Wälder, blühende Wiesenflächen und vorbei an alten Bauernweilern. Immer wieder gibt es überraschende Ausblicke, die schroffen Nordhänge des Zahmen Kaisers oder das Inntal mit dem markant aufragenden Pendling geraten in unser Blickfeld. Typische alte Tiroler Bauernhöfe, zauberhafte Gärten und geschmückte Balkone sind beliebte Fotomotive.

Für eine gemeinsame Jause, suchen wir uns ein gemütliches Plätzchen mitten in der Natur.

### TIPP:

Unsere Wanderführer empfehlen dafür, sich vor der Wanderung in einem der Genussläden in Niederndorf mit regionalen Köstlichkeiten einzudecken. Zum Beispiel: Bio-Heumilch und Käsespezialitäten von der Käserei Plangger, regionale Wurst-Köstlichkeiten vom Schererhof oder eine schmackhafte Brotzeit vom Bauernladen Umingerhof.

Einen Überblick über alle Verkaufsstellen regionaler Produkte und Hofläden im Kufsteinerland findet man online unter:

*An overview of all the sales outlets for regional products and farm stores in Kufsteinerland can be found online at:*



📍 Niederndorf/Niederndorferberg, Treffpunkt/meeting point:  
Parkplatz hinter Heimatmuseum „Zur alten Schmiede“ (Dorf 24).

Zeit/time: 9.30-ca. 14 h

Kostenlos für Gäste mit der KufsteinerlandCard! Bitte mitbringen!

Anmeldung bis spätestens 16.30 h am Vortag erforderlich!

*Registration required - by 4.30 p.m. the day before at the latest!*



### Hike “discovering Tirol” - farms, country and people

*Off the beaten track, shaped by a multifaceted rural cultural landscape, we set off to “discover Tirol”. We make our way through forests, blooming meadows and past old farming hamlets. Time and again, we come across surprising outlooks, the craggy northern slopes of the Zahmer Kaiser or Inn Valley with the prominent rising Pendling catching our eyes. Typical old Tyrolean farms, fabulous gardens and decorated balconies are popular photo backdrops.*

*We seek out a cosy spot amongst nature to enjoy our snack break together.*

**TIP:** *Our hiking guides recommend stocking up on regional treats in one of the gourmet shops in Niederndorf before setting off on the hike.*

*For example: Organic hay-milk and cheese specialties from Plangger cheese dairy, regional specialty sausages from Schererhof or a tasty brown-bag lunch from Umingerhof farm shop.*



## Entschleunigendes „Waldbaden“ im Hochwald

(3. April bis 6. November)

Der sogenannte Modalwald am Rande des kleinen Bergdorfes Hinterthiersee ist der ideale Platz für unser Vorhaben. Dicht an dicht stehen hier hohe Tannen und prächtige Fichten. Sie laden förmlich ein zum „Waldbaden“, dem bewussten Aufenthalt im Wald. Denn... „schon der Anblick eines Baumes fördert nachweislich unsere Selbstheilungskräfte und motiviert uns zu mehr Bewegung“ (Zitat aus „Das Biophilia Training“ v. C. Arvy und M. Beer). Wir nutzen dabei die Kraft der Terpene (Duftstoffe, die von Nadelbäumen abgegeben werden), um Stress abzubauen und unser Immunsystem zu stärken. Leichte Wald-Qigong-Übungen helfen uns dabei.

### TIPP:

Da wir im Wald sitzen werden, empfehlen wir ein wärmendes Kleidungsstück (Jacke o.ä.) mitzunehmen.

.....  
 ⓘ Thiersee, Treffpunkt/meeting point: Dorfplatz Hinterthiersee,  
 Zeit/time: 10 - ca. 14 h Kostenlos für Gäste mit der Kufsteinerland-  
 Card Diese bitte auch mitbringen!  
 Anmeldung bis spätestens 16.30 h am Vortag erforderlich!  
 Registration required - by 4.30 p.m. the day before at the latest!  
 .....

### Dienstag / Tuesday

## Brennerei zum Messerschmied – Wundertropfen und Tiroler Schnapskultur

(4. April bis 7. November)

Wir besuchen Albert Schmider in seinem fast 500 Jahre alten, liebevoll restaurierten Bauernhaus. Lauschen gespannt seinem Vortrag über die Fortführung einer alten Familientradition – der Schnapsbrennerei. Erfahren vieles über die Geschichte, Technik und das richtige Trinken und Verkosten. Im Anschluss gibt es die Möglichkeit, den einen oder anderen Wundertropfen – Edelbrände, Liköre und Kräuteransätze – zu probieren und käuflich zu erwerben.

.....  
 ⓘ Ebbs, Treffpunkt/meeting point: Brennerei „Zum Messerschmied“  
 (Kaiserbergstr. 16), Zeit/time: 20 - ca. 21.30 h.  
 Ermäßigter Eintritt mit der KufsteinerlandCard: € 4,- (bei einem Ein-  
 kauf wird dieser Betrag refundiert)  
 Anmeldung bis 16.30 h am Vortag erforderlich!  
 Registration required - by 4.30 p.m. the day before at the latest!  
 .....



### “Forest bathing” to slow down

Modal Forest at the edge of the little mountain village of Hinterthiersee is the ideal spot for our venture. Here you'll find high fir trees and magnificent spruce. They literally beckon to go "forest bathing", spending time in the forest with awareness. Because... "the sight of a tree alone is proven to stimulate our self-healing powers and motivates us to move about more" (quote from "The Biophilia Training" v. C. Arvy and M. Beer). To get the full benefit, we use the power of terpenes (scents emitted by conifers) to relieve stress and boost our immune system. Light forest-Qigong-exercises help us on the way.

**TIP:** As we will be sitting in the forest, we recommend taking some warm clothing (e.g. a jacket).



### Distillery “zum Messerschmied” – wonder-drops and Tyrolean schnapps culture

We visit Albert Schmider in his almost 500-year-old, lovingly restored farmhouse. Listen eagerly to his lecture about continuing an old family tradition – the schnaps distillery. Learn interesting facts about the history, technique and how to properly drink and taste the spirit. Following this, you will have the chance to sample and buy one or two wonder-drops, such as premium brandies, liqueurs and herbs steeped in spirits.

## Sagenhaftes Gipfelglück am Pendling (18. April bis 7. November)

Hinauf geht es auf unseren 1.563 Meter hohen und imposanten Hausberg. Natürlich auch ohne weiteres alleine zu erwandern, ABER unser Wanderführer Harald macht daraus ein Bergerlebnis der besonderen Art. Er erzählt Faszinierendes über die geologische Entwicklung und die spannende Sagenwelt dieses Berges. Sagenhaft schön ist auch die Aussicht vom Gipfelkreuz über das Inntal hinweg bis zum Kaisergebirge und auf Kufstein. Bei idealen Bedingungen sehen wir sogar bis weit zum Großglockner. Sagenhaft gut schmeckt nach dem Aufstieg eine kräftige Brotzeit oder der beliebte Schweinebraten beim „Pendlinghaus“. Trittsicherheit und gutes Schuhwerk sind Voraussetzung für diese Gipfelwanderung!

### *The summit experience on the Pendling*

*Up we go to our 1,563-metre high and impressive local mountain. Our hiking guide Harald makes this into a mountain adventure of the special kind. He tells us fascinating facts about the geologic history and exciting mythology of this mountain. Also fabulously beautiful is the view across Inn Valley all the way to the Kaiser Mountains and of Kufstein. In ideal conditions we'll even be able to see as far as to Grossglockner Mountain. Fabulously tasty after the climb up is a hearty snack or the popular roast pork at "Pendlinghaus".*

*Sure-footedness and good footwear are required for this summit hike!*

📍 Thiersee, Treffpunkt/meeting point: Parkplatz Gasthof Schneeberg (970 m). Zeit/time 10–ca. 15 h.  
Kostenlos für Gäste mit der KufsteinerlandCard. Anmeldung bis spätestens 16.30 h am Vortag erforderlich!  
*Registration required – by 4.30 p.m. the day before at the latest!*

### Mittwoch / Wednesday

## Kraftplatz St. Nikolaus-Kapelle: Zu Besuch beim Schutzpatron der Reisenden (5. April bis 8. November)

Majestätisch thront sie über Ebbs, ist mystischer Kraftplatz und unser Ziel – die St. Nikolaus Kapelle. Das angenehme Plätschern des Kruckwasserfalls, die Licht- und Schattenspiele des Laubwaldes begleiten uns. Diese angenehme Ruhe nützen wir, um bei speziellen Atemübungen Konzentration und Gelassenheit zu aktivieren. Am Zielpunkt begeistern uns Aussicht und Weitblick. Dem „Schutzpatron der Reisenden“, dem Heiligen St. Nikolaus, statten wir im Inneren der Kapelle einen Besuch ab. Zu guter Letzt nützen unsere Wanderführer diesen wundersamen Kraftplatz für ein kleines magisches Steinritual.

### *St. Nicholas Chapel A visit to the patron saint of travellers*

*Majestically it sits enthroned above Ebbs, is a mystical power place and our destination – the St Nicholas chapel. The pleasant ripple of Kruck waterfall, the light and shadow plays of the broadleaf forest accompany us. We use this pleasant tranquillity to activate concentration and serenity with special breathing exercises. At the finish we enjoy the view and far-reaching vistas. We pay a visit to the "patron saint of travellers", St Nicolas, in the interior of the chapel. Last but not least, our hiking guides use this wonderful power place for a magic little stone ritual.*



📍 Ebbs, Treffpunkt/meeting point: Ortszentrum (Parkplatz Raiffeisenbank gegenüber Kirche), Zeit/time: 10–ca. 13 h.  
Kostenlos für Gäste mit der Kufsteinerland-Card! Diese bitte auch mitbringen!  
Anmeldung bis spätestens 16.30 h am Vortag erforderlich!

*Registration required – by 4.30 p.m. the day before at the latest!*

## Donnerstag / Thursday

### „Wald & Wasser“ – Waldbaden am Fuße des mächtigen Pölvens (6. April bis 9. November)

Ein klarer Gebirgsbach, ein rauschender Wasserfall und gesunde Waldluft sind unsere heutigen Wanderbegleiter. Schon unterwegs beginnen wir uns mit Atemübungen auf das Waldbaden vorzubereiten. Waldbaden? Das bedeutet so viel wie „Eintauchen in die Atmosphäre des Waldes“. Wir nützen die wohlriechenden Duftstoffe der Bäume, um unseren Stresshormonspiegel abzubauen und unsere Immunabwehr zu kräftigen. Der Wasserfall verstärkt diesen positiven Effekt. Mit speziellen Übungen und der Kraft aus der Natur sich selber Gutes tun – das ist die Devise dieser Wanderung. Da wir auch im Wald sitzen werden, empfehlen wir ein wärmendes Kleidungsstück in den Rucksack zu packen.

#### **Forest and water – forest bathing at the foot of Pölven Mountain**

*A clear mountain stream, a thundering waterfall and healthy forest air are our hiking companions today. Already while on the way, we start with breathing exercises to prepare for the forest bathing. Forest bathing? In a nutshell, this means "immersing yourself into the ambience of the forest". We make use of the fragrant scents of the trees to reduce our level of stress hormones and boost our immune system. The waterfall enhances this positive effect. Doing yourself some good with some special exercises and the power of nature, that's the motto of this hike. As we'll also be sitting in the forest, it's a good idea to bring a piece of warm clothing.*

📍 Bad Häring, Treffpunkt/meeting point:

Kurpark, Zeit/time: 14 – ca. 17 h.

Kostenlos für Gäste mit KufsteinerlandCard! Diese auch mitbringen!

Anmeldung bis spätestens 16.30 h am Vortag erforderlich! *Registration required – by 4.30 p.m. the day before!*



### Kufsteiner Nachtwächter-Führung – ein Stadtrundgang der besonderen Art (7. April bis 10. November)

Mit Laterne, Umhang und Hellebarde führt unser Nachtwächter durch die geschichtsträchtigen Gassen der Festungsstadt Kufstein und erzählt dabei so manches G'schichterl aus früheren Tagen und spannende Sagengeschichten aus Tirol. Wir erfahren Interessantes zum Tiroler Brauchtum und der Aufgabe des Nachtwächters in früheren Zeiten. Eine spannende Zeitreise in die Vergangenheit!

#### **Kufstein night watchman tour – a guided city walk of the special kind**

*With a lantern, cloak and halberd our night watchman guides us through the history-charged alleys of the fortress town Kufstein, recounting many a story from the early days and exciting legends from Tirol. We learn interesting facts about Tirolean customs and the role of the night watchman in times gone by. An exciting journey into the past!*

📍 Kufstein, Treffpunkt/meeting point: Unterer Stadtplatz beim

Marienbrunnen (Eingangsbereich Infobüro Kufstein),

Zeit/time: 21 – ca. 22.30 h.

Kostenlos für Gäste mit KufsteinerlandCard! Diese auch mitbringen!

Anmeldung bis spätestens 16.30 h am Vortag erforderlich!  
*Registration required – by 4.30 p.m. the day before!*



**Freitag / Friday****Stadtführung Kufstein:  
Die Perle Tirols entdecken  
(7. April bis 10. November)**

Die engen Wege der Altstadt, die Besonderheiten der Römerhofgasse erkunden, die historischen Hintergründe des Rathauses, der alten Stadtmauern oder des Marienbrunnens erfahren. Kufstein – die Perle Tirols – von allen Seiten entdecken. Ein Blick in die Vergangenheit mit einem unserer „Austria-Guides“.

**Guided tour of Kufstein: Discover the pearl of Tyrol**

*Exploring the narrow streets of the old quarter, the special features of Römerhofgasse alley, learning the historic background of the town hall, the old city walls or Marienbrunnen Fountain. Discovering Kufstein – the Pearl of Tyrol – from all sides. A look into the past with one of our "Austria-Guides".*

📍 Kufstein, Treffpunkt/meeting point: Unterer Stadtplatz beim Marienbrunnen (Eingangsbereich Infobüro), Zeit/time: 11 – ca. 12 h. Kostenlos für Gäste mit der KufsteinerlandCard! Diese bitte auch mitbringen! Anmeldung bis spätestens 16.30 h am Vortag erforderlich! *Registration required – by 4.30 p.m. the day before at the latest!*

**Besuch bei Christine im KräuterSchaugarten  
(Mai bis Mitte Oktober)**

Kräuterexpertin Christine entführt uns in ihren wunderschönen Kräuter-Schaugarten. Hier sprießt, gedeiht und duftet es in vielen Farben. Christine erklärt uns, welche einfachen, praktischen Anwendungsmöglichkeiten und heilsame Wirkung die Kräuter haben, wie wir jedes für unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden nützen können. Ein spannender und lehrreicher Nachmittag in der Welt der Heilkräuter erwartet uns.

**A visit in Christines show herb garden**

*Herbal expert Christine takes us on a tour of her wondrous herb show garden. Here we'll see herbs sprouting, thriving and spreading their fragrant scents in many colours. Christine tells us what healing effects the herbs have, and how we can use each one for our health and well-being. An exciting and educational afternoon in the world of healing herbs awaits us.*

📍 Thiersee, Treffpunkt/meeting point: Kräuterwelt Thierseeetal in Hinterthiersee, Zeit/time: 13.30 – ca. 15.30 h. Kostenlos mit der KufsteinerlandCard. Diese auch mitbringen! Anmeldung bis spätestens 16.30 h am Vortag erforderlich! *Registration required – by 4.30 p.m. the day before at the latest!*



# Unsere Frühlings-Highlights

## Our Spring-Highlights

(April bis Mai)

Mittwoch / Wednesday

### Frühlingskräuter-Wanderung ins Kaisertal (April)

Auf der Sonnenseite des Kaisertales zwischen Wildem und Zahmem Kaiser hat der Frühling schon im April leichtes Spiel. Die wärmende Sonne lässt unter den letzten Schneeresten kostbare Kräuter sprießen. Schlüsselblumen, Giersch, Spitzwegerich ... unsere Kräuterfachfrau Maria weiß genau, welche heilenden Kräutersalben, Tees und wundersamen Kräuter-Elixiere daraus gezaubert werden können. Mit praktischen Verarbeitungstipps entführt sie mit ihrem Wissen in die Welt der „wilden“ Kräuter.

#### Spring-herb hike into Kaisertal Valley

*On the sunny side of Kaisertal Valley, between Wilder and Zahmer Kaiser, spring has an easy job of it already in April. The warming sun makes precious herbs sprout beneath the last patches of snow. Primroses, ground elder, buckhorn ... our herb specialist Maria knows exactly which healing herbal ointments, tea and wondrous herbal elixirs can be conjured up from these. With practical processing tips and her extensive knowledge, she takes us into the world of "wild" herbs.*



📍 Ebbs, Kaiseraufstieg, Treffpunkt/meeting point: Beim Kaiseraufstieg/Restaurant "Basislager-Harmonie", Zeit/time: 10 - ca. 14 h. Kostenlos mit der KufsteinerlandCard. Diese auch mitbringen! Anmeldung bis spätestens 16.30 h am Vortag erforderlich!

*Registration required - by 4.30 p.m. the day before at the latest!*

### Mit Qi Gong am See fit in den Frühling (April und Mai)

Die morgendliche Ruhe am Thiersee nützen wir, um mit Qi Gong gut in den Tag zu starten. Hier trifft asiatische Gymnastik auf die Kraft der Tiroler Berge. Die aus China stammende energetische Methode bringt Körper, Geist und Seele in Harmonie und Gleichgewicht. Unser Qi Gong-Trainer Harald übt mit den Teilnehmern die leichten und fließenden Bewegungen. Übrigens ist diese erste Einführung in das Qi Gong für jede Altersgruppe geeignet - es sind keine speziellen Vorkenntnisse erforderlich.

#### Kick off spring fit as a fiddle with Qi Gong by the lake

*We make use of the morning peace at Lake Thiersee to get a good start to the day with Qi Gong. Here, Asian gymnastics come upon the power of the Tyrolean mountains. The energetic method hailing from China helps us to bring body, mind and soul into harmony and balance. Our Qi Gong-coach Harald practices the easy and flowing movements together with the participants. By the way, this first introduction to Qi Gong is suitable for all age groups - no special prior experience is required.*



📍 Thiersee, Treffpunkt/meeting point: Musikpavillon am Thiersee, Zeit/time: 9.30 - 11.30 h. Kostenlos für Gäste mit der KufsteinerlandCard! Diese bitte auch mitbringen! Anmeldung bis spätestens 16.30 h am Vortag erforderlich!

*Registration required - by 4.30 p.m. the day before at the latest!*

**Donnerstag / Thursday**



**„Körper Reise“ – eine spezielle Wanderung mit Human Energetiker Helmut Payr (April und Mai)**

Der Thiersee! Sein grünes Wasser glitzert im Sonnenlicht, leises rhythmisches Plätschern kleiner Wellen. Wasservögel steigen aus dem Schilf empor und ziehen ihre Bahnen. Hier finden wir die notwendige Ruhe für unsere ganz spezielle „Körper-Reise“. Es geht um Schwingungen, Frequenzen und Resonanzen für Körper, Geist und Seele. Stationen dieser besonderen Wanderung sind: Stärkung des Immunsystems. Lebenskraft und Lebensfreude. Gelassenheit und Leichtigkeit. Anspannung und Entspannung. Loslassen alter Muster. Erdung, Selbstwert und Balance. Höhepunkt ist die Aktivierung der eigenen Selbstheilungskräfte.

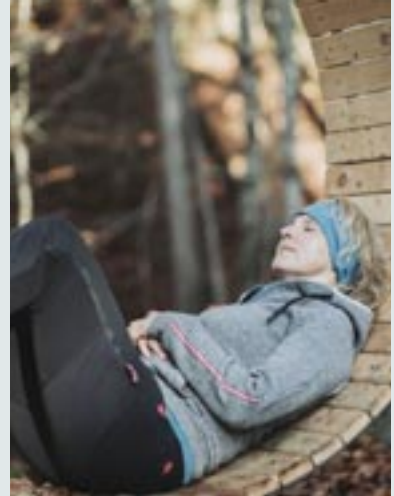
**“Body Journey” – a hike with energy healing practitioner Helmut Payr**

*Lake Thiersee! Here you'll find the necessary tranquillity for our special "body-journey". It's about vibrations, frequencies and resonances for body, mind and soul. Stations of this special hike are: Boosting the immune system. Vitality and joy of living. Serenity and lightness. Tension and relaxation. Letting go of all patterns, self-worth and balance. The culmination is the activation of your own self-healing powers.*

📍 Thiersee, Treffpunkt/meeting point: Beim Musikpavillon am Thiersee, , Zeit/time: 9.30 – ca. 12.30 h, max. 10 Pers. Kostenlos mit der KufsteinerlandCard. Diese auch mitbringen!  
Anmeldung bis spätestens 16.30 h am Vortag erforderlich!  
Registration required – by 4.30 p.m. the day before at the latest!

**TIPP**

**Waldbadestation Riedenberg**



Tauchen Sie ein in das Waldbad am Riedenberg! Waldbaden, Shinrin-Yoku, ist in Japan eine anerkannte Therapief orm, die häufig verschrieben wird. Ein Aufenthalt im Wald kann sich positiv auf unsere Stimmung und auf Depressionen auswirken und ist gut für unser Herz-Kreislauf-System. Die in der Waldluft enthaltenen Terpenen (Botenstoffe) unterstützen das Immunsystem. 14 Stationen rund um den Steinkreis und das Hochmoor am Riedenberg inspirieren dazu, durchzuatmen, zu meditieren oder einfach nur zu verweilen.

**Forest bathing station Riedenberg**

*Plunge into the forest bath at Riedenberg! Forest bathing, Shinrin-Yoku, is a recognised form of therapy in Japan, and is frequently prescribed. Spending some time in the forest can have a positive effect on our mood and relieve depression, and is also good for the cardiovascular system. The terpenes (messengers) present in the forest air support the immune system. 14 stations around the stone circle and the hill moor at Riedenberg inspire to take a deep breath, meditate or simply linger.*

# Unsere Sommer-Specials

## Our Summer-Specials

(Juni bis August)

*Dienstag / Tuesday*

### Kraftvolle Natur & kraftvolle Kultur – ein Abendspaziergang durch Erl

(Juni, Juli und August)

Ein Passionsspielhaus und ein Festspielhaus – zwei Prachtbauten in einem 1500-Seelen-Dorf, die sich perfekt in Form und Stil ergänzen. Hochkultur, wie die alljährlichen Wagner-Festspiele, und die lange Tradition der Passionsspiele in trauter Zweisamkeit. Klingt spannend und ist es auch.

Ganz in der Nähe befindet sich die „Blaue Quelle“, ein Kleinod der Natur, das man kaum beschreiben kann. In schönen Grün- und Türkis-Tönen schimmert das Wasser dieses kleinen Sees. Interessant ist, dass die Wassertemperatur der Quelle nahezu konstant 8,1 °C beträgt. Ein geheimnisvoller Platz mit vielen noch ungelösten Rätseln.

Unsere Wanderführerin Maria Bachmann, eine waschechte Erlerin, bringt uns alle diese Besonderheiten des kleinen Kulturdorfes bei einem abendlichen Spaziergang näher.

📍 Erl. Treffpunkt/meeting point: Kirche Erl, Zeit/time: 19 - ca. 21 h  
Kostenlos mit der KufsteinerlandCard. Diese auch mitbringen!  
Anmeldung bis spätestens 16.30 h am Vortag erforderlich!  
Registration required - by 4.30 p.m. the day before at the latest!



### Powerful nature & powerful culture – an evening walk through Erl

A passion play house and a festival theatre – two magnificent buildings in a village of 1500 souls, perfectly complementing each other in form and style.

High civilisation, such as the annual Wagner Festival, and the long tradition of the Passion Play in intimate togetherness. Sounds exciting and is, too. Just nearby is the "Blue Spring", a true gem of nature. The water of this little lake glimmers in beautiful green and turquoise hues. A mystic place with many as yet unsolved riddles. Hiking guide Maria Bachmann explains all these special features on an evening walk.

### Heilende Wirkung der Glückskräuter

(Juni, Juli und August)

Viele kleine, fast unscheinbare Pflanzen begegnen uns am Wiesen- und Wegesrand. Welche davon sind für uns wertvoll? Das erfahren wir bei einem Rundgang mit Kräuterfachfrau Maria. Abschließend besuchen wir im Kurzentrum den „Hildegard von Bingen-Kräutergarten“. Diese besondere Äbtissin aus dem Mittelalter hinterließ einen großen Schatz an Kräuterwissen. Maria lässt uns an diesem gerne teilhaben.

### Healing effect of happiness herbs

Many small plants greet us by the wayside and at the edge of the meadow. Which of them are valuable for us and can even make us happy? This we'll learn on this tour with herbal expert Maria. The concluding highlight is a visit to the "Hildegard von Bingen Herb Garden". This famous abbess from the Middle Ages left behind a large trove of herbal knowledge.



📍 Bad Häring. Treffpunkt/meeting point: Kurpark, Zeit/time: 16 - ca. 18 h. Kostenlos für Gäste mit der KufsteinerlandCard. Diese bitte auch mitbringen! Anmeldung bis spätestens 16.30 h am Vortag erforderlich!  
Registration required - by 4.30 p.m. the day before at the latest!



## Mittwoch / Wednesday

### Abenteuerliche Klammwanderung (Juni, Juli und August)

Es spritzt, plätschert, gurgelt und rauscht auf unserer Wanderung durch die Glemmbachklamm. Hier erlebt man die Natur hautnah. Zehn Mal quert der Weg durch die Schlucht den Bach. Da heißt es trittsicher, mutig und nicht wasserscheu sein. Gute Kondition und Trittsicherheit sind Voraussetzung für diese Tour. Empfehlenswert: ein zweites Paar Schuhe mitbringen und evtl. ein Handtuch. Jause mitnehmen nicht vergessen!

Bei zu hohem Wasserstand ist diese Tour nicht durchführbar, dann bieten wir als Alternative eine Wanderung durch die reizvolle Gießenbachklamm an. (Achtung: Treffpunkt hierfür: 10 h beim Musikpavillon am Thiersee).



#### *A natural treasure – the Glemmbachklamm gorge*

*Explore the wonderfully cool Glemmbachklamm gorge on foot together with us. Good fitness and surefootedness are required for this tour. Recommended: bring a second pair of shoes and poss. a towel. Don't forget to bring a snack! When the water level is too high, this tour is not viable! As an alternative, we offer a hike through the Gießenbachklamm (meeting point for this: 10 o'clock bandstand at Lake Thiersee).*

📍 Thiersee/Landl, Treffpunkt/meeting point: Parkplatz Schwimmbad Landl, Zeit/time: 9.30 – ca. 16 h.

Kostenlos für Gäste mit der KufsteinerlandCard.

Anmeldung bis spätestens 16.30 h am Vortag erforderlich! *Registration required – by 4.30 p.m. the day before at the latest!*

## Donnerstag / Thursday

### Workshop-Salbenküche – „Wie zu Omas Zeiten“ (Juni, Juli und August)

Salben für den Eigenbedarf sind relativ einfach herzustellen. In Christines Kräuterwelt kann jeder seine ganz persönliche Heilsalbe unter fachmännischer Anleitung aus frischen Kräutern anrühren. Wir lernen die Grundlagen und Tipps für die Herstellung von Salben für unterschiedliche kleine Beschwerden wie zum Beispiel leichte Sportverletzungen, Mückenstiche, Ischias, Hexenschuss oder Sonnenbrand. Aber wir lernen auch natürliche Cremes für die Hautpflege anzufertigen.

#### *Workshop balm-kitchen*

*Balms and ointments for own use are relatively easy to make. Everyone can mix their personal healing ointment from fresh herbs in Christine's Herbworld under expert guidance. We learn the basics and tips for making ointments for various little discomforts such as sports injuries, mosquito bites, sciatica, lower back pain or sunburn. But we also learn how to make natural cream for skin care.*

📍 Thiersee, Treffpunkt/meeting point: Kräuterwelt Thierseetal in Hinterthiersee, Zeit/time: 14 – ca. 16 h.

Unkostenbeitrag für Gäste mit der KufsteinerlandCard € 10,-.

Anmeldung bis spätestens 16.30 h am Vortag erforderlich!

*Registration required – by 4.30 p.m. the day before at the latest!*

## Zum Sonnenaufgang auf's Feuerköpfl am Höhlenstein

(ab Mitte Juni, Juli und August)

Unvergessliche Momente verspricht diese Wanderung. Dafür lohnt es sich, schon bei Dunkelheit seine Wanderschuhe zu schnüren. Nur vereinzelt Vogelgezwitscher, das Rauschen des Waldes und die Schritte der anderen Wanderer sind zu hören. Angelangt am Höhlenstein, wird der Weg nun steiler. Achtsam und vorsichtig wandern wir weiter bis zu unserem Ziel, dem Feuerköpfl auf 1.292 m. Zaghafte Morgenröte breitet sich über dem unter uns liegenden Inntal aus. Erste Sonnenstrahlen suchen sich den Weg durch die umliegenden Berggipfel. Jetzt ist nur noch staunen und genießen angesagt. Sonnenaufgang in den Bergen! Wanderherz was willst du mehr?

Ausrüstung: Stirnlampe, Jause, Getränk, feste Wanderschuhe und evt. Wanderstöcke.

### **Up to Feuerköpfl at Höhlenstein to see the sunrise.**

*Unforgettable moments are ensured on this hike. That makes it worthwhile lacing up your hiking boots while it's still dark. Only the occasional twittering of birds, the whispering of the woods and the steps of your fellow hikers can be heard. Having arrived at Höhlenstein the trail now gets steeper, we continue hiking to our destination, Feuerköpfl, at 1,292 m. The first rays of the sun seek their way through the mountain tops. Sunrise in the mountains! What more could a hiker's heart desire?*  
Equipment: Headlamp, snack, beverage, sturdy hiking boots and poss. hiking poles.

## Mit Yoga den Morgen am See begrüßen (Juli und August)

Sanftes Ankommen in der Wiese. Entspanntes Atmen. Fließende Bewegungen. Diesen Morgen widmen wir uns dem sanften Erwachen mit der ausgleichenden und kraftbringenden Energie durch Yoga mit Trainerin Tamara Lohr ([www.dieyogatante.de](http://www.dieyogatante.de)). Die Übungen sind sowohl für Anfänger als auch für geübte Yogis geeignet. Bei eventuellen gesundheitlichen Beschwerden oder Vorerkrankungen erkundigen Sie sich bitte bei Ihrem Arzt, ob Yoga für Sie empfehlenswert ist. Yoga-Matten bitte am besten selber mitbringen, es können aber auch welche vor Ort ausgeliehen werden.

### **Welcome the morning with yoga by the lake**

*We dedicate this morning to gentle awakening with the balancing and energising effect of yoga with coach Tamara Lohr ([www.dieyogatante.de](http://www.dieyogatante.de)). The exercises are suitable for beginners as well as for experienced yogis. In case of any health problems or pre-existing conditions, please ask your doctor if yoga is advisable for you. Please bring your own yoga mat if possible, some are also available to borrow on site.*

*Diesen Programmpunkt empfiehlt unser Wanderführer und Tai Chi Trainer Harald Löffel, weil...*

... es ein ganz besonderes Erlebnis ist, sich schon in der Dunkelheit auf eine Wanderung zu begeben und ein Sonnenaufgang in den Bergen in langer Erinnerung bleibt.

Sein Tipp für diese Wanderung: „Schlaue Wanderprofis packen ihren Rucksack schon am Vorabend“.



📍 Thiersee, Treffpunkt/meeting point: Dorfplatz Hinterthiersee, Park bei der Kirche, Zeit: zwischen 3.30 und 4.45 h (genaue Startzeit wird bei der Anmeldung bekanntgegeben). Kostenlos für Gäste mit der Kufsteinerland-Card.

Anmeldung bis spätestens 16.30 h am Vortag erforderlich! Registration required – by 4.30 p.m. the day before at the latest!



📍 Thiersee, Treffpunkt/meeting point: Musikpavillon am Thiersee, Zeit/time: 8 – 9 h. Kostenlos! **Anmeldung nicht erforderlich!** Bei Regen findet die Veranstaltung nicht statt! No registration required!

## Alm-Kräuterwanderung – im Reich der Wildpflanzen und Heilkräuter

(Juni, Juli und August)

Rund um das herrliche Almgelände bei der Aschingeralm am Fuße des „Zahmen Kaisers“ erkunden wir zusammen mit unserer Kräuterexpertin Maria die Welt der Wildpflanzen und Heilkräuter. Hier auf der Alm entfalten diese ihre ganz besondere Kraft. Bei dieser leichten Wanderung erfahren wir altüberliefertes Heilkräuterwissen und auch so manches über die Magie der Bäume und die Lebensquelle Wasser. Einige der duftenden Kräuter werden wir im Anschluss an die Wanderung gemeinsam zu einem wohlschmeckenden „Grünen Kräutersalz“ verarbeiten.

### Alpine herb hike – in the realm of wild plants and healing herbs

*All around the wonderful alpine pastures surrounding the Aschingeralm location at the foot the "Zahmer Kaiser" we explore the world of wild plants and healing herbs together with our herbal expert Maria. On this easy hike we'll learn about the art of using healing herbs, passed down over generations, and also about the magic of trees and the source of life that is water. Some of the fragrant herbs we'll then make into a tasty "green salt" together.*



📍 Ebbs, Treffpunkt/meeting point: Gasthof Aschingeralm, Zeit/time: 10.30 – ca. 15 h  
Kostenlos für Gäste mit der Kufsteinerland-Card. Anmeldung bis spätestens 16.30 h am Vortag erforderlich!  
Registration required – by 4.30 p.m. the day before at the latest!

# Unsere Herbst-Erlebnisse

Our autumn experiences

(September bis Anfang November)

Dienstag / Tuesday

## Heilende Wirkung der Glückskräuter im Herbst

(September und Oktober)

Viele kleine, fast unscheinbare Pflanzen begegnen uns am Wiesen- und Wegesrand. Welche davon sind für uns wertvoll? Das erfahren wir bei einem Rundgang mit Kräuterefachfrau Maria. Abschließend besuchen wir im Kurzentrum den „Hildegard von Bingen-Kräutergarten“. Diese besondere Äbtissin aus dem Mittelalter hat einen großen Schatz an Kräuterwissen hinterlassen. Maria lässt uns an diesem gerne teilhaben.

### Healing effect of happiness herbs in autumn

*Many small plants greet us by the wayside and at the edge of the meadow. Which of them are valuable for us and can even make us happy? This we'll learn on this tour with herbal expert Maria. The concluding highlight is a visit to the "Hildegard von Bingen-herb garden". This famous abbess from the Middle Ages left behind a large treasure of herbal knowledge.*



📍 Bad Häring, Treffpunkt/meeting point: Kurpark, Zeit/time: 16 – ca. 18 h. Kostenlos für Gäste mit der KufsteinerlandCard. Diese bitte auch mitbringen! Anmeldung bis spätestens 16.30 h am Vortag erforderlich!  
Registration required – by 4.30 p.m. the day before at the latest!

## Mittwoch / Wednesday

### Sonnseitwanderung ins Kaisertal bis zur Ritzaualm (September bis 8. November)

Über 300 Stufen steigen wir hinauf in das Kaisertal. Das bunte Blätterdach gibt immer wieder den Blick auf die Festungsstadt Kufstein frei. Schmäler und steiler wird dann der Weg hinauf zur Ritzaualm. 670 Höhenmeter müssen wir überwinden. Belohnt werden wir mit dem eindrucksvollen Panorama des Kaisergebirges und einer gemütlichen Gaststube auf der Ritzaualm. Gestärkt mit einer köstlichen Almjause geht es dann über die Antonius-Kapelle wieder zurück ins Tal.

#### *A walk on the sunny side into Kaisertal Valley all the way to Ritzaualm*

*Along 300 steps we climb up into Kaisertal Valley. The canopy of colourful leaves opens up views of the fortress town of Kufstein time and again. The trail becomes more narrow and steep leading up to Ritzaualm. We have to negotiate some 670 metres difference in altitude. Our reward is the impressive panorama of the Kaiser Mountains and a break at a cosy inn. Having filled up on a tasty alpine snack, we head back down into the valley again via the Antonius Chapel.*



📍 Ebbs/Kaisertal, Treffpunkt/meeting point: Kaiseraufstieg/Restaurant "Basislager-Harmonie", Zeit/time: 9.30 – ca. 1.5 h. Kostenlos für Gäste mit der KufsteinerlandCard. Diese bitte auch mitbringen! Anmeldung bis spätestens 16.30 h am Vortag erforderlich! Registration required – by 4.30 p.m. the day before at the latest!

## Donnerstag / Thursday

### „Herzwanderung am See“ – mit der Kraft des Herzens durch den Herbst (September und Oktober)

Farbenfroher Herbstzauber am Ufer des Thiersees, der mächtige Pendling spiegelt sich im Wasser des kleinen Bergsees. Diese prächtige Kulisse nützen wir für eine ganz besondere Wanderung mit unserem Human-Energetiker Helmut Payr – der „Herzwanderung am See“. Es geht um Stress-Freiheit, Inne-halten, Hinein-spüren, Los-lassen, Kraft-schöpfen und Selbstwert-stärken. Entfalte dein Herz und dein wahres Selbst, stärke dich für die kommende dunkle Jahreszeit.

#### **“Heart-hike by the lake”**

*Colourful autumn magic by the banks of Lake Thiersee, the mighty Pendling reflected in the water. We use this magnificent backdrop for a very special hike with our energy healing practitioner Helmut Payr – the “Heart-hike by the lake”. It’s about being free from stress, taking pause, sensing your inner core, letting go, drawing strength and boosting your self-esteem. Unfold your heart and your true self, brace yourself for the coming dark time of year.*



📍 Thiersee, Treffpunkt/meeting point: Beim Musikpavillon am Thiersee, Zeit/time: 9.30 – ca. 1.2.30 h., max. 10 Pers. Kostenlos für Gäste mit der KufsteinerlandCard. Diese bitte auch mitbringen! Anmeldung bis spätestens 16.30 h am Vortag erforderlich! Registration required – by 4.30 p.m. the day before at the latest!



## Freitag / Friday

### Vier-Seen-Herbstzauber-Wanderung (September bis 9. November)

Dürfen wir vorstellen? Pfrillsee, Längsee, Egelsee und Hechtsee – das sind sie, die Bergseen, auf die wir auf unserer Wanderung treffen. Jeder See hat seinen ganz eigenen Charakter, aber eines haben sie alle gemeinsam – blitzsauberes Wasser, eingerahmt wie Perlen in der herbstlichen Bergwelt des Kufsteinerlandes. Kleine Buchten laden zu einem kurzen, erfrischenden Kneippbad ein. Kreative gestalten aus den bunten Herbstblättern ein Blätter-Mandala. Bastler sammeln Naturmaterialien für farbenfrohe Herbstkränze. Wir lassen uns einfach vom Zauber der Natur inspirieren.

#### Four-lakes-autumn-magic-hike

*May we introduce? Pfrillsee, Längsee, Egelsee and Hechtsee Lakes – these are the mountain lakes we'll come upon on our hike. Each lake has its very own character, but they all have one thing in common – crystal-clear waters, nestled like pearls in the autumnal alpine world of Kufsteinerland. Small coves beckon to put in a brief, refreshing Kneipp bath. Creative souls craft a leaf-mandala from the colourful autumn leaves. Budding craftsmen collect natural materials for colourful autumn-wreaths. We get our inspiration from the magic of nature.*



📍 Kufstein, Treffpunkt/meeting point: Parkplatz zum Längsee (unterhalb „Marblinger-Höhe“), Zeit/time: 10 – ca. 14 h. Kostenlos für Gäste mit der KufsteinerlandCard. Diese bitte auch mitbringen! Anmeldung bis spätestens 16.30 h am Vortag erforderlich! Registration required – by 4.30 p.m. the day before at the latest!

### TIPP Lama- und Alpaka-Wandern in Schwoich

Ein Besuch am Breitenhof bei Hans Gschwentner ist für alle Tierfreunde ein wahres Vergnügen. Bei der geführten Lama- und Alpaka-Wanderung lernen wir die sanften, aber neugierigen Wesen und die herrliche Landschaft kennen. Die ca. 2-stündige Wanderung in tierischer Begleitung ist für alle ein kleines Abenteuer und wirkt entschleunigend. **Treffpunkt:** „Breitenhof“ Osterndorf 35, Schwoich. Nur bei gutem Wetter, festes Schuhwerk, Hunde nur nach Absprache. Kinder unter 8 Jahren nur in Begleitung mit Erwachsenen. Maximal 10 Personen inkl. Kinder.

**Dauer:** kleine Wanderung (zur Kapelle): 2 Stunden (reine Gehzeit 1,5 Stunden). Größere Wanderungen sind bis zu 5 Stunden möglich. **Termine nur nach Absprache:** T +43 664 1520 630 (Hans Gschwentner). Kosten: Erwachsene € 15,- pro Stunde, Kinder € 5,- pro Stunde (Kinder unter 8 Jahren bzw. ohne Lama frei)



#### Lama and Alpaca Hiking in Schwoich

*A trip to the Breitenhof with Hans Gschwentner is a real pleasure for all animal lovers. On the guided llama and alpaca hike, we will get to know the soft, but curious creatures and the amazing landscape. The approx. 2-hour hike with animal accompaniment is a little adventure for all and has a relaxing effect.*



## Geführte Radtouren

... mit Jürgen Mauracher (ausgebildeter Bike- und Mountainbike-Guide) auf zwei Rädern durch das Kufsteinerland. Ein vielfältiges Tourenangebot steht zur Auswahl, wie zum Beispiel:

- + **Genussradeln mit oder ohne E-Bike**
- + **Dörferrunde:** Bad Häring–Langkampfen–Mariastein (40 km)
- + **Walchsee-Tour:** Am Innradweg nach Ebbs und über die Schwemm nach Walchsee, Rückfahrt über Rettenschöss und St. Nikolaus (ca. 42 km)
- + **Rund um den Pölven:** Auf dem Eiberg–Radweg nach Söll, Bruckhäusl und Bad Häring (ca. 41 km)
- + **MTB Touren zum Hintersteinersee** (ca. 31 km und 700 HM) oder über den Aschenbrenner zum Brentenjoch (ca. 25 km und 1000 HM)

Termine und Preise auf Anfrage!

**Kontakt:** Rita Mauracher,  
Tel. +43 6506714960 oder  
rita.mauracher@gmx.at

## Guided cycling tours

... Jürgen Mauracher (certified bike- and mountain bike guide) takes us through Kufsteinerland on two wheels.

A wide range of tours are available to choose from, such as:

- + **leisure cycling with or without e-bike**
- + **village circuit:** Bad Häring – Langkampfen – Mariastein (ca. 40 km)
- + **Walchsee-tour:** Along Inn Cycle Path to Ebbs and via the Schwemm to Lake Walchsee return trip via Rettenschöss and St. Nikolaus (ca. 42 km)
- + **around Pölven Mountain:** On Eiberg-cycle path to Söll, Bruckhäusl and Bad Häring (ca. 41 km)
- + **MTB tours to Lake Hintersteiner** (ca. 31 km and 700 EG) or via Aschenbrenner to Brentenjoch (ca. 25 km and 1,000 m EG)  
Times and prices on request!

### TIPP

*Unsere Kräuterexpertin Maria Bachmann empfiehlt...*

**... den Kräutergarten auf der Festung Kufstein**

Zwischen den dicken Mauern und Türmen der Festung Kufstein befindet sich ein wunderschön angelegter Garten mit einer Vielzahl an verschiedenen Kräutern. Jede Pflanzenart im Garten der historischen Annabatterie ist mit Tafeln beschriftet, sie geben sogar einen Überblick über die Verwendung in vergangenen Zeiten. (ACHTUNG: Nicht alles ist genießbar, es gibt durchaus giftige Gewächse, die sich unerkannt untermischen.)



**Führungen:** Phytotherapeutin und Kräuterexpertin Maria Bachmann gibt bei einer ca. 2 stündigen Führung einen faszinierenden Einblick in die heilende Wirkung und Kraft der verschiedenen Kräuter und Arzneipflanzen. Termine und Preis auf Vereinbarung direkt bei Maria Bachmann unter Tel. +43 699 18253364.

### **Herb garden at Kufstein Fortress**

*Between the walls and towers of Kufstein Fortress you'll find a beautifully landscaped garden with a wide range of different herbs. Every plant species in the garden of the historic Annabatterie is described on boards. (CAUTION: Not everything is edible, there are also toxic plants that grow there and are hard to detect.*

**Guided tours:** Phyto-therapist and herbal expert Maria Bachmann takes us on a two-hour guided tour, providing fascinating insights into the healing effect and power of the various herbs and medicinal plants. Times and prices by agreement directly with Maria Bachmann on Tel. +43 699 18253364.



Wenn ich und alle anderen diese Regeln einhalten, kann einem perfekten Naturerlebnis nichts mehr im Wege stehen!

**Viel Freude in unseren wunderschönen Bergen!**

## Wie verhalte ich mich am Berg

### How should I behave in the mountains

- ✓ Am Berg trage ich festes Schuhwerk.
  - ✓ Ich habe genügend zum Trinken und Essen dabei.  
An heißen Tagen nehme ich einen halben Liter mehr zum Trinken mit.
  - ✓ Ein Regenschutz ist immer eingepackt.  
Für sonnige Tage nehme ich mir ausreichend Sonnenschutz und eine Kopfbedeckung mit.
  - ✓ Meinen Müll nehme ich selbstverständlich wieder mit ins Tal.
- ✓ *I wear sturdy shoes on the mountain.*
  - ✓ *I bring enough to drink and eat.  
On hot days I take half a litre more to drink.*
  - ✓ *I always bring rain protection. For sunny days, I take enough sunscreen and headgear with me.*
  - ✓ *Of course, I take my rubbish back down to the valley.*

## So lange „lebt“ dein Müll in der Natur

### That's how long your garbage "lives" in nature

<b>Zeitung</b> 1-3 Jahre	<b>Nylonfasern</b> 60 Jahre	<b>Newspaper</b> 1-3 years	<b>Nylon fibres</b> 60 years
<b>Bananenschale</b> 2 Jahre	<b>Plastiksack</b> 120 Jahre	<b>Banana peel</b> 2 years	<b>Plastic bag</b> 120 years
<b>Orangenschale</b> 3 Jahre	<b>Blechbüchse</b> 100-500 Jahre	<b>Orange peel</b> 3 years	<b>Tin can</b> 100-500 years
<b>Wolle</b> 4 Jahre	<b>Babywindel</b> 500 Jahre	<b>Wool</b> 4 years	<b>Baby nappy</b> 500 years
<b>Kaugummi</b> 5 Jahre	<b>Aluminiumpapier</b> 700 Jahre	<b>Chewing gum</b> 5 years	<b>Aluminium paper</b> 700 years
<b>Papiertaschentuch</b> 5 Jahre	<b>Plastikflasche</b> 100-1000 Jahre	<b>Paper handkerchief</b> 5 years	<b>Plastic bottle</b> 100-1000 years
<b>Zigarettenstummel</b> 7 Jahre	<b>Styropor</b> 6000 Jahre	<b>Cigarette butt</b> 7 years	<b>Styrofoam</b> 6000 years
<b>Leder</b> 50 Jahre	<b>Glasflasche</b> 4000-8000 Jahre	<b>Leather</b> 50 years	<b>Glass bottle</b> 4000-8000 years

# 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](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 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 Brenenjoch 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 Brenenjoch. 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](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 „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](http://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](http://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](http://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](http://www.kufstein.com)

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