

# **E** rlebnisprogramm 2023/2024

*... gemeinsam im  
Kufsteinerland durch  
die vier Jahreszeiten*



Deutsch / English

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

**K**  
**Kufsteinerland**  
verbindet

# Wie kommst Du zu Deinem einzigartigen Erlebnis?

## How to enjoy a unique experience?

### ✓ **Anmeldung**

Wir möchten Dich bitten, Dich **bis spätestens 16:30 Uhr 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 unter +43 5372 62207 oder per Mail unter [booking@kufstein.com](mailto:booking@kufstein.com) möglich.



**Solltest Du kurzfristig verhindert sein, so bitten wir Dich, uns verlässlich darüber zu informieren.** Falls die Wetterbedingungen die Durchführung der Veranstaltung nicht zulassen, obliegt es der Verantwortung des Guides eine Veranstaltung abzusagen oder abzubrechen.

### ✓ **Mit der KufsteinerlandCard nimmst Du an vielen Programmen kostenlos teil!**

Es entstehen nur Gebühren für Transfers, Verpflegung oder Eintritte. Mit der KufsteinerlandCard sind jedoch auch einige Eintritte und der Nahverkehr kostenlos! Für Erwachsene ohne KufsteinerlandCard fallen zu den genannten Kosten noch pauschal € 10,00 und für Kinder ohne KufsteinerlandCard € 5,00 an. Vergiss nicht, die KufsteinerlandCard zur jeweiligen Veranstaltung mitzubringen.



### ✓ **Verpflegung und Ausrüstung**

Bei längeren Wandertouren oder bei Touren ohne geplante bzw. mögliche Einkehr empfehlen wir das Mitnehmen einer Brotzeit und eines Getränkes. Bitte passe Deine Bekleidung und Dein Schuhwerk der Witterung und dem Programm an. Bei Winter- und Bergwanderungen sind festes Schuhwerk und entsprechende Kleidung eine Grundvoraussetzung. Entspricht die Ausrüstung nicht dem angemeldeten Programmpunkt, so ist der durchführende Guide berechtigt, diese Person aus Sicherheitsgründen von der Teilnahme auszuschließen.

### **Folgende Symbole sind für Dich wichtig:** *The following symbols are important for you:*

Dieses Programm eignet sich besonders für Familien mit Kindern.  
*This program is also particularly suitable for families with children.*



Dieses Programm findet nur in der Adventszeit statt.  
*This program takes place only during the Advent season.*



### **Registration**

*Registration is required! We would like to ask you to register one day before the event at the latest by 4:30 p.m. online in the store on our homepage at [www.kufstein.com](http://www.kufstein.com) at the respective program item. The registration is also possible by phone at +43 5372 62207 or by mail at [booking@kufstein.com](mailto:booking@kufstein.com).*

*If you are prevented at short notice, please inform us reliably. If the weather conditions do not allow the execution of the event, it is the responsibility of the guide to cancel or abandon an event.*

### **With the KufsteinerlandCard you participate in many programs free of charge!**

*There are only fees for transfers, catering or admissions. With the KufsteinerlandCard some admissions and local transport are also free! For adults without KufsteinerlandCard there is an additional flat fee of € 10,00 and for children without KufsteinerlandCard € 5,00. Don't forget to bring your KufsteinerlandCard to the respective event.*

### **Catering and equipment**

*For longer hiking tours or tours without a planned or possible stop, we recommend that you take along a snack and drinks. Please adapt your clothing and footwear to the weather and the program. For winter and mountain hikes, sturdy shoes and appropriate clothing are a basic requirement. If the equipment does not correspond to the registered program item, the guide is entitled to exclude this person from participation for safety reasons.*



# Naturerlebnis Kaisergebirge

## Nature Experience „Kaisergebirge“



Dieses Zeichen zeigt, welche Programme hoch oben auf 1.250 m an der Bergstation des Kaiserliftes (Brentenjoch) stattfinden.

*This sign shows which programmes are taking place high up at 1,250 m at the Kaiserlift mountain station (Brentenjoch).*

Das Naturerlebnis Kaisergebirge ist eine Kooperation zwischen den Stadtwerken Kufstein, der Stadt Kufstein und dem Tourismusverband Kufsteinerland. Gemeinsam möchten wir unseren Gästen Erlebnisse im Kaisergebirge bieten, um ihnen das Naturschutzgebiet und die Tiroler Berglandschaft näher bringen zu können.

Für die Führungen wird ein gültiges Liftticket benötigt. Bei der KufsteinerlandCard ist eine Berg- und Talfahrt inklusive. Die Teilnahme selbst ist mit KufsteinerlandCard und für Einheimische kostenlos, sonst dürfen wir € 10,00 pro Person verrechnen.

*The Nature Experience „Kaisergebirge“ is a co-operation between the Stadtwerke Kufstein, the city Kufstein and the Tourism Association Kufsteinerland. Together we would like to offer our guests activities in the „Kaisergebirge“ to be able to bring the nature reserve and the Tyrolean Mountain landscape closer to them.*

*A valid lift ticket is required for the tours. With the KufsteinerlandCard one ascent and descent is free of charge. The participation itself is free with KufsteinerlandCard and for locals, otherwise we may charge € 10,00 per person.*

Gerne empfehlen wir Dir unser neues Handbuch zum Naturschutzgebiet Kaisergebirge, welches anlässlich des 60 Jahre Naturschutzgebiet-Jubiläums gestaltet worden ist. Du findest das Handbuch unter [www.kufstein.com](http://www.kufstein.com), unter [www.naturerlebnis-kaisergebirge.at](http://www.naturerlebnis-kaisergebirge.at) oder erhältst es in jedem unserer Infobüros.



*We are pleased to recommend our new handbook on the „Kaisergebirge“ nature reserve, which was designed on the occasion of the 60th anniversary of the nature reserve. You can find the handbook at [www.kufstein.com](http://www.kufstein.com), [www.naturerlebnis-kaisergebirge.at](http://www.naturerlebnis-kaisergebirge.at) or get it at any of our information offices.*

Weitere Infos zum Naturerlebnis Kaisergebirge und zu den Kaiserlift Betriebszeiten unter [www.kufstein.com](http://www.kufstein.com) und [www.naturerlebnis-kaisergebirge.at](http://www.naturerlebnis-kaisergebirge.at)



*For more information on the Nature Experience „Kaisergebirge“ and Kaiserlift opening hours, visit [www.kufstein.com](http://www.kufstein.com) and [www.naturerlebnis-kaisergebirge.at](http://www.naturerlebnis-kaisergebirge.at).*

# Alle Erlebnisprogramme

	Montag	Dienstag	Mittwoch
<b>Winter</b>	Wanderung „Tirol entdecken“ - Land, Leute, Lebensstil (Ende November - März)	Sonnenwanderung ins Kaisertal (Ende November - März)	Faszinierende Sonnbergwanderung (Ende November - März)
	QiGong-Wanderung - Entspannung in kristallklarer Winterluft (Ende November - März)	Winterwandern mit Energie-Impulsen (Ende November - Februar)	Krafttanken beim Kraftplatz St. Nikolaus - Kapelle (Ende November - März)
	Winterwandern auf den Spuren der Knappen (Ende November - März)	Kräuterpower macht winterfit (Ende November - März)	Abendliche Entspannung - QiGong für innere Ruhe und Wohlbefinden (Ende November - März)
	Kräutertreff mit Maria Bachmann (Ende November - März)	Wundertropfen und Tiroler Schnapskultur - Brennerei „Zum Messerschmied“ (Ende November - März)	
	Eine Filmreise durch Kufsteins Geschichte (April - Mitte November)		
<b>Sommer</b>	Morgen-QiGong im Stadtpark (Mai - September)	Sonnseitwanderung ins Kaisertal (April - Mitte November)	Sagenhaftes Gipfelglück am Pendling (April - Mitte November)
	Wanderung „Tirol entdecken“ - Land, Leute, Lebensstil (April - Mitte November)	Wandern und Pendeln (April - Juni)	Krafttanken beim Kraftplatz St. Nikolaus - Kapelle (April - Mitte November)
	Entschleunigendes „Waldbaden“ im Hochwald (April - Mitte November)	Wandern und Jodeln (August - Oktober)	Abendliche Entspannung - QiGong für innere Ruhe und Wohlbefinden (April - Mitte Oktober)
	Kräutertreff mit Maria Bachmann (April - Mitte November)	Heilende Wirkung der Glückskräuter (April - Mitte November)	
	Eine Filmreise durch Kufsteins Geschichte (April - Mitte November)	Themenführung - Pflanzenschätze im Kaisergebirge (Mai - Oktober)	
		Wundertropfen und Tiroler Schnapskultur - Brennerei „Zum Messerschmied“ (April - Mitte November)	

# auf einen Blick

Donnerstag	Freitag	Samstag	
Vier-Elemente-Wanderung (Ende November - März)	Von See zu See zur Thierberg-Kapelle (Ende November - März)	Idyllischer Winterspaziergang mit Wildkräuter-Räucherung (Adventszeit)	Winter
Winterwandern und genießen - Regionale Köstlichkeiten erleben (Ende November - März)	Stadtführung - Die Perle Tirols entdecken (Ende November bis März)		
Räuchern nach alter Tradition - Wohlfühlmomente in der kalten Jahreszeit (Ende November - März)	Wegbegleiter - Fichte, Lärche und Tanne		
Nachtwächterführung im Winter - Ein Stadtrund- gang der besonderen Art (Ende November - März)	Krippen-Wanderung (Ende November - Jänner)		
	Feuer und Eis-Fackelwanderung um den Thiersee (Adventszeit)		
Zum Sonnenaufgang aufs Feuerköpfl (Mitte Juni - Mitte September)	Von See zu See zur Thierberg-Kapelle (April - Mitte November)	Themenführung - Wunderwelt der Geologie (Juli - Mitte September)	Sommer
Mit Yoga den Morgen am See begrüßen (Juli - August)	Stadtführung - Die Perle Tirols entdecken (April - November)	Trail-Running-Workshop für Anfänger (Juli - August)	
Almkräuterwanderung - zwischen Wildpflanzen und Heilkräuter	Besuch im Kräuterschaugarten (Mai - Oktober / nicht im September!)	Themenführung- Pflanzenschätze im Kaisergebirge (Juli - Anfang September)	
Workshop Salbenküche „Wie zu Omas Zeiten“ (Juni - August)	Natürliche Balance mit Harald Löffel (Mai - Mitte Oktober)	Morgeyoga am Brentenjoch (Juli - Mitte September / nicht am 20.07.24!)	
Nachtwächterführung - Ein Stadtrundgang der besonderen Art (April - Mitte November)	Trail-Running-Workshop für Anfänger (Juni - Anfang September)		

**Genauere Infos zu den einzelnen Programmpunkten findest Du auf den folgenden Seiten oder auf unserer Homepage [www.kufstein.com](http://www.kufstein.com).**



# W

## inter Erlebnisprogramm

### 20.11.2023 - 22.03.2024

**Der Winter im Kufsteinerland – erholsam und kulinarisch**



Willkommen im Kufsteinerland, der Erlebnis-Destination für Deinen Winter-Traumurlaub. Entdecke die Festungsstadt Kufstein und die acht umliegenden Dörfer. Hier erlebst Du Natur, Tradition und regionale Vielfalt.

Auf den nächsten Seiten findest Du abwechslungsreiche Aktivitäten für jeden Wochentag: Natur, Kultur, Kulinarik und Sport. Egal, wo Du in der Region bist – nimm teil und erhole Dich bei genussreichen sowie einzigartigen Wintererlebnissen im Kufsteinerland.

### **Winter in Kufsteinerland - restful and culinary**

*Welcome to Kufsteinerland, the adventure destination for your winter dream vacation. Discover the fortress town Kufstein and the eight surrounding villages. Here you can experience nature, tradition and regional diversity.*

*Find varied activities for every day of the week on the next pages: nature, culture, culinary delights and sports. No matter where you are in the region – take part and enjoy pleasurable recreation as well as unique winter experiences in Kufsteinerland.*

#### **TIPP**

Ein Besuch unserer zauberhaften Weihnachtsmärkte rundet das winterliche Programm vor Weihnachten perfekt ab. Schlendern, staunen, regionale Köstlichkeiten genießen, der weihnachtlich geschmückte Stadtpark mit seinen zahlreichen Ständen oder die Festung Kufstein mit ihrem romantischen „Weihnachtszauber“ laden dazu ein. Weitere kulinarische Ereignisse und andere Veranstaltungen findest Du in unserem Veranstaltungskalender unter [www.kufstein.com](http://www.kufstein.com).



*A visit to our enchanting Christmas markets perfectly rounds off the winter programme before Christmas. Stroll, marvel, enjoy regional delicacies, the Christmas-decorated city park with its numerous stalls or Kufstein Fortress with its romantic „Christmas magic“ invite you to do so. You can find more culinary events and other events in our calendar of events at [www.kufstein.com](http://www.kufstein.com).*

## Wanderung „Tirol entdecken“ – Land, Leute, Lebensstil

20.11.2023 – 18.03.2024



Abseits bekannter Wanderwege, machen wir uns auf, um „Tirol zu entdecken“. Es geht durch Wälder vorbei an alten Bauernweilern und winterlichen Gärten. Immer wieder gibt es überraschende Ausblicke, die schroffen Nordhänge des Zahmen Kaisers oder das Inntal mit dem markant aufragenden Pendling geraten in unser Blickfeld.

Auf Wunsch besuchen wir auch eine Jausenstation und probieren uns durch die regionalen Köstlichkeiten.

### Hiking tour „Discover Tyrol“ – country, people, lifestyle

*Away from well-known hiking trails, we set out to „discover Tyrol“. It goes through forests and past old farm hamlets and winter gardens. Again and again there are surprising views, the rugged northern slopes of the „Zahmer Kaiser“ or the Inn Valley with the strikingly towering Pendling come into our field of vision. If desired, we also visit a small restaurant and taste our way through the regional delicacies.*



Einen Überblick über alle Verkaufsstellen regionaler Produkte und Hofläden im Kufsteinerland findest Du hier:

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



📍 Niederndorf/Niederndorferberg, Treffpunkt/meeting point Parkplatz hinter Heimatmuseum „Zur alten Schmiede“ (Dorf 24) · Zeit/time Mo 09:30 – ca. 14:00 Uhr, kostenlos für Gäste mit der KufsteinerlandCard! Diese mitbringen! Anmeldung: bis spätestens am Vortag 16:30 Uhr!

## QiGong-Wanderung – Entspannung in kristallklarer Winterluft

20.11.2023 – 18.03.2024



Die QiGong-Wanderung führt uns durch die winterliche Landschaft rund um Hinterthiersee und lässt uns verbrauchte Energie loswerden, um Blockaden zu lösen. Die aus China stammende energetische Methode soll Körper, Geist und Seele in Harmonie und Einklang bringen. Die leichten Bewegungen sind für jedes Alter geeignet. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

### QiGong hike

*The Qi Gong hike takes us through the wintry landscape around Hinterthiersee and lets us get rid of used energy to release blockades. The energetic method originating from China is to bring body, mind and soul into harmony and unison. The easy movements are suitable for all ages. Previous knowledge is not necessary.*

📍 Thiersee, Treffpunkt/meeting point Dorfplatz Hinterthiersee · Zeit/time Mo 13:00 – ca. 16:00 Uhr, kostenlos für Gäste mit der KufsteinerlandCard! Diese mitbringen! Anmeldung: bis spätestens am Vortag 16:30 Uhr!



## Winterwandern auf den Spuren der Knappen

20.11.2023 - 18.03.2024



Vom Bergbau-Museum geht es über den Panorama-Loipenweg hinaus in die winterliche Landschaft, wo wir den Pölven, den Hausberg von Bad Häring, bewundern können. Wir durchqueren den Winterwald und kehren zum Ausgangspunkt zurück. Während der Wanderung erfahren wir spannende Geschichten über den ehemaligen Bergbauort. Ein Besuch im örtlichen Bergbau-Museum rundet die Nachmittagswanderung perfekt ab.

### Winter hiking in the footsteps of the miners

*From the mining museum we head out via the panoramic cross-country ski trail into the wintry landscape, where we can admire the Pölven, Bad Häring's local mountain. We cross the winter forest and finally return to the starting point. During the hike we learn exciting stories about the former mining village. A visit to the local mining museum perfectly rounds off the afternoon hike.*



📍 Bad Häring, Treffpunkt/meeting point Vor dem Bergbau Museum · Zeit/time Mo 13:00-15:30 Uhr, kostenlos für Gäste mit der KufsteinerlandCard! Diese mitbringen! Anmeldung: bis spätestens am Vortag 16:30 Uhr!

## Kräutertreff mit Maria Bachmann

20.11.2023 - 18.03.2024



Ein Abend rund um Kräuter. Maria Bachmann lernt uns einiges über die saisonalen Kräuter und was man damit in den kalten Wintermonaten alles zaubern kann. **Dieser Programmpunkt findet an jedem ersten Montag im Monat beim Gasthof „Schönau“ in Erl und an den folgenden Montagen im Hotel „Das Kaiser“ in Ebbs statt.**

### Herb meeting with Maria Bachmann

*An evening all about herbs. Maria Bachmann teaches us a lot about seasonal herbs and what you can conjure up with them in the cold winter months. **This program takes place on every first Monday of the month at the inn "Schönau" in Erl and on the following Mondays at the hotel "Das Kaiser" in Ebbs.***

📍 Erl/Ebbs, Treffpunkt/meeting point Gasthof „Schönau“ / Hotel „Das Kaiser“ · Zeit/time Mo 19:00 - 19:30 Uhr, kostenlos für Gäste mit der KufsteinerlandCard! Diese mitbringen! Anmeldung: bis spätestens am Vortag 16:30 Uhr!

## Eine Filmreise durch Kufsteins Geschichte

18.12.2023 - 18.03.2024



Bei diesen Foto- und Videoabenden nimmt uns Erwin Weiskirchner, Clubobmann des Film- und Video Clubs Kufstein, mit auf eine Zeitreise. Wir erfahren spannende Fakten und Geschichten über Kufstein und sehen, wie sich die Perle Tirols in den letzten Jahrzehnten verändert hat.

### A film journey through Kufstein's history

*At the photo and video evenings, Erwin Weiskirchner, club chairman of the Kufstein Film and Video Club, takes us on a journey through time. We learn exciting facts and stories about Kufstein and see how the pearl of Tyrol has changed over the past decades.*

📍 Kufstein, Treffpunkt/meeting point Hotel Goldener Löwe · Zeit/time Mo 19:00 - ca. 21:00 Uhr, Unkostenbeitrag von € 5,00 bar vor Ort zu zahlen! Anmeldung: bis spätestens am Vortag 16:30 Uhr!



## Sonnenwanderung ins Kaisertal

21.11.2023 – 19.03.2024

Wir starten vom Kaiseraufstieg über 300 Stufen und einem Höhenunterschied von ca. 110 Meter aufwärts bis zu den Wiesen vor der Ritzau Alm. Dort erwartet uns das eindrucksvolle Panorama des Wilden Kaisers. Wenig später erreichen wir die Ritzau Alm. Zurück wandern wir an der Antonius-Kapelle vorbei wieder ins Tal. Auf Wunsch kehren wir in einem der Berggasthöfe ein. Auf alle Fälle empfehlen wir aber eine Brotzeit und ein Getränk in den Rucksack zu packen. Sollte sich der Weg etwas eisig gestalten, hat unser Wanderführer Snowspikes zur Hand.

### **Sunshine hike into the „Kaisertal“**

*We start from the Kaiseraufstieg over 300 steps and a difference in altitude of about 110 meters up to the meadows in front of the Ritzau Alm. There, the impressive panorama of the Wilder Kaiser awaits us. A little later we reach the Ritzau Alm. Back we hike past the Antonius Chapel back down into the valley. If you wish, we can stop at one of the mountain inns. In any case we recommend to pack a snack and a drink in your backpack. Should the path be a bit icy, our hiking guide has snowspikes at hand.*

📍 Ebbs, Treffpunkt/meeting point ab Kaiseraufstieg/Gasthaus „Basislager Harmonie“ · Zeit/time Di 10:00– ca. 15:00 Uhr, kostenlos für Gäste mit der KufsteinerlandCard! Diese mitbringen! Anmeldung: bis spätestens am Vortag 16:30 Uhr!

## Winterwandern mit Energie-Impulsen

12.12.2023 – 27.02.2024



Wir wandern, kommen in Balance und tanken Energie bei dieser winterlichen Wanderung mit Human-Energetiker Helmut Payr. Schwerpunkt dieser Vitalwanderung auf feinstofflicher Ebene ist es, in der Natur zur eigenen Mitte zu finden, Vitalität und Ausstrahlung zu steigern, Kraft zu tanken und die Selbstheilungskräfte zu aktivieren. Es sind keine besonderen Vorkenntnisse notwendig, jedoch warme Kleidung und winterfestes Schuhwerk sind erforderlich.

### **Winter hiking with end energy impulses**

*We hike, come into balance and recharge our batteries on this wintry hike with human energetic Helmut Payr. The focus of this vitality hike on a subtle level is to find one's own center in nature, to increase vitality and radiance, to recharge one's batteries and to activate one's self-healing powers. No special previous knowledge is necessary, but warm clothing and winter-proof shoes are required.*

📍 Thiersee Treffpunkt/meeting point Musikpavillon am Thiersee · Zeit/time Di 09:30 – 12:30 Uhr, kostenlos für Gäste mit der KufsteinerlandCard! Diese mitbringen! Anmeldung: bis spätestens am Vortag 16:30 Uhr!

## Kräuterpower macht winterfit – Kräuterworkshop mit Maria Bachmann



21.11.2023 – 19.03.2024

Im Winter können uns haltbar gemachte Kräuter durch die dunkle Jahreszeit helfen und unser Immunsystem stärken. Wie köstliche Kräutertees, heilsame Salben und entspannendes Räucherwerk daraus gemacht werden, das alles erklärt unsere Kräuterfachfrau Maria. Natürlich dürfen sich alle Teilnehmer selber am Kräutermischen, Rühren und Mörsern beteiligen. Als Souvenir zum Mitnehmen gibt es für alle eine Kostprobe aus der Tiroler Kräuterküche.

### **Herb workshop with Maria Bachmann**

*In winter, preserved herbs can strengthen our immune system. The delicious herbal teas, healing ointments and relaxing incense that can be made from it, is all explained by our herbalist Maria. Of course, all participants are allowed to mix their own herbs. There is a taste of Tyrolean herbal cuisine for everyone as a souvenir.*



📍 Bad Häring Treffpunkt/meeting point Das SIEBEN · Zeit/time Di 16:00 – ca. 18:00 Uhr,  
Unkostenbeitrag von € 5,00 bar vor Ort zu zahlen! Anmeldung: bis spätestens am Vortag 16:30 Uhr!

## Wundertropfen und Tiroler Schnapskultur – Brennerei „Zum Messerschmied“

21.11.2023 – 19.03.2024



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 kannst Du den einen oder anderen Wundertropfen – Edelbrände, Liköre und Kräuteransätze – probieren und käuflich erwerben.

### **Miracle drops and Tyrolean schnapps culture – „Zum Messerschmied“ distillery**

*We visit Albert Schmider in his almost 500-year-old, lovingly restored farmhouse. Listen intently to his talk about the continuation of an old family tradition – the schnapps distillery. Learn a lot about the history, technology and the right way to drink and taste. Afterwards, you will have the opportunity to taste and purchase one or the other of the miracle drops – noble brandies, liqueurs and herbal preparations.*

📍 Ebbs, Treffpunkt/meeting point Schnapsbrennerei „Zum Messerschmied“ · Zeit/time Di 20:00 – ca. 21:30 Uhr,  
mit der KufsteinerlandCard ermäßigter Eintritt von € 4,00! Dieser wird bei einem Einkauf berücksichtigt!  
Anmeldung: bis spätestens am Vortag 16:30 Uhr!

## Faszinierende Sonnbergwanderung

22.11.2023 – 20.03.2024



Auf abgelegenen Pfaden entdecken wir die Sonnenseite des Thierseeetals, wir durchstreifen die winterlichen Wiesen und Wälder. Unser Weg führt uns vorbei an traditionellen Bauernhöfen und idyllischen Weidegebieten. Erlebe eine entspannte und reizvolle Wanderung, abseits der Hauptrouten, inmitten dieses Naturjuwels.

### **Fascinating „Sonnberg“ hike**

*On secluded paths we discover the sunny side of the Thiersee valley, we roam the wintry meadows and forests. Our path takes us past traditional farms and idyllic pastures. Experience a relaxing and charming hike, off the main routes, in the middle of this natural jewel.*

📍 Thiersee, Treffpunkt/meeting point Raiffeisenbank Vorderthiersee · Zeit/time Mi 09:30 – 14:30 Uhr, kostenlos für Gäste mit der KufsteinerlandCard! Diese mitbringen! Anmeldung: bis spätestens am Vortag 16:30 Uhr!

## Krafttanken beim Kraftplatz St. Nikolaus-Kapelle

22.11.2023 – 20.03.2024

Unser Ziel führt uns zur majestätischen St. Nikolaus Kapelle, einem mystischen Kraftplatz in Ebbs. Wir nutzen die Ruhe für spezielle Atemübungen zur Steigerung von Konzentration und Gelassenheit. Am Ziel statten wir dem Schutzpatron der Reisenden, dem heiligen St. Nikolaus im inneren der Kapelle einen Besuch ab und erleben ein kleines magisches Steinritual mit unseren Wanderführern.

### **Recharge your batteries at the power place St. Nicholas Chapel**

*Our destination leads us to the majestic St. Nicholas Chapel, a mystical place of power in Ebbs. We use the tranquility for special breathing exercises to increase concentration and serenity. At the destination we pay a visit to the patron saint of travelers, St. Nicholas inside the chapel and experience a small magical stone ritual with our hiking guides.*



📍 Ebbs, Treffpunkt/meeting point Raiffeisenbank Ebbs · Zeit/time Mi 10:00 – 13:00 Uhr, kostenlos für Gäste mit der KufsteinerlandCard! Diese mitbringen! Anmeldung: bis spätestens am Vortag 16:30 Uhr!

## Abendliche Entspannung – QiGong für innere Ruhe und Wohlbefinden

22.11.2023 – 20.03.2024

Lass den Stress des Tages hinter Dir und genieße abends eine entspannende QiGong-Session mit unserem Trainer Harald Löffel. Erfahre, wie sanfte Bewegungen und Atemübungen Körper und Geist in Einklang bringen können. Die Übungen sind für alle Altersgruppen geeignet, außerdem sind keine Vorkenntnisse notwendig. Gönn Dir diese wertvolle Auszeit und spüre die innere Ruhe und Entspannung.



### **Evening relaxation - QiGong for inner peace and well-being**

Leave the stress of the day behind and enjoy a relaxing QiGong session with our trainer Harald Löffel in the evening. Learn how gentle movements and breathing exercises can bring body and mind into harmony. The exercises are suitable for all age groups and no previous knowledge is necessary. Treat yourself to this valuable time out and feel the inner peace and relaxation.

📍 Kufstein, Treffpunkt/meeting point Lebensmittel. Kufstein · Zeit/time Mi 19:00 – 20:00 Uhr,  
Unkostenbeitrag von € 5,00 bar vor Ort zu zahlen! Anmeldung: bis spätestens am Vortag 16:30 Uhr!

#### TIPP

### Augmented-Reality

Kufstein bietet Dir mit der Augmented-Reality-App Livi AR-App die spannende Möglichkeit, die Stadt, den historischen Rundwanderweg und andere Sehenswürdigkeiten durch Videos, Audiobeiträge oder 360°-Aufnahmen zu erkunden. So kannst Du durch die Festungsstadt schlendern und sie auf eigene Faust entdecken. Tauche ein und erlebe Kufstein auf neue Weise!

Lade Dir hierfür die Livi AR-App herunter und scanne das Schild der Sehenswürdigkeit, die Dich interessiert.

Weitere Infos unter [www.livi-ar.at](http://www.livi-ar.at)



#### Augmented reality

With the augmented reality app Livi AR-App Kufstein offers you the exciting opportunity to explore the town, the historical hiking trail and other sights through videos, audio contributions or 360° recordings. This way you can stroll through the city and discover it on your own. Immerse yourself and experience Kufstein in a new way!  
To do this, download the Livi AR app and scan the entire sign of the sight that interests you.  
Further details under [www.livi-ar.at](http://www.livi-ar.at)

**Donnerstag / Thursday**

## Vier-Elemente-Wanderung

**22.11.2023 - 21.03.2024**

Während einer leichten und zauberhaften Wanderung entlang des Stadtrands von Kufstein werden wir auf vielfältige Weise den Elementen Feuer, Luft, Wasser und Erde begegnen. Dafür werden wir auch den Felsenkeller als Kraftquelle aufsuchen. In dieser natürlichen Umgebung und den Wäldern erleben wir unmittelbar die kraftvolle Präsenz dieser Elemente.

### *Four elements hike*

*During an easy and enchanting hike along the outskirts of Kufstein, we will encounter the elements of fire, air, water and earth in a variety of ways. For this we will also visit the rock cellar as a source of power. In this natural environment and the woods we will directly experience the powerful presence of these elements.*



📍 Kufstein, Treffpunkt/meeting point Marienbrunnen Unterer Stadtplatz · Zeit/time Do 10:00 – 13:00 Uhr, mit der KufsteinerlandCard ermäßigter Eintritt von € 7,00! Anmeldung: bis spätestens am Vortag 16:30 Uhr!

## Winterwandern und genießen - Regionale Köstlichkeiten erleben

**22.11.2023 - 21.03.2024**

Die winterliche Wanderung entlang des klaren Jenbachs, der die Gemeinden Niederndorf und Ebbs teilt, bietet eine Vielzahl von abwechslungsreichen Eindrücken. Wir machen einen kleinen Abstecher am Fohlenhof Ebbs und beenden unsere Reise mit einer Genusspause in der Käserei Plangger. Hier kannst Du aus einer Auswahl feiner regionaler Käsespezialitäten oder köstlicher Bio-Milchprodukte wählen. Selbstverständlich findest Du hier auch herzhaften Speck und frisches Bauernbrot, um Deine Wanderung kulinarisch abzurunden.

### *Winter hiking and enjoy - Experience regional delicacies*

*The wintry hike along the clear Jenbach River, which divides the communities of Niederndorf and Ebbs, offers a variety of diverse impressions. We make a short detour at the Fohlenhof Ebbs and end our journey with a break for enjoyment at the Plangger cheese dairy. Here you can choose from a selection of fine regional cheese specialties or delicious organic dairy products. Of course, you will also find hearty bacon and fresh farmhouse bread to round off your hike in a culinary way.*

📍 Ebbs/Niederndorf, Treffpunkt/meeting point Parkplatz hinter Heimatmuseum „Zur alten Schmiede“ (Dorf 24) · Zeit/time Do 10:30 – 14:30 Uhr, kostenlos für Gäste mit der KufsteinerlandCard! Diese mitbringen! Anmeldung: bis spätestens am Vortag 16:30 Uhr!

## Räuchern nach alter Tradition - Wohlfühlmomente in der kalten Jahreszeit



22.11.2023 - 21.03.2024



Der Kräutergarten von Christine Kirchmair in Hinterthiersee öffnet sogar im Winter seine Pforten. Beim warmen Lichterschein am glimmenden Holzofen und einer Tasse heißem Glühwein erzählt Christine, was es mit dem alten Ritual, dem Räuchern mit heimischen Pflanzen, auf sich hat. In wundervollem winterlichen Ambiente erfahren wir, welche Wirkung Kräuter wie Meisterwurz, Beifuss, Holunder und Fichtenharz entfalten. Das ein oder andere wirkungsvolle Räucherwerk gibt es auch bei der Kräuterfachfrau zu erwerben.

### Smoking according to old tradition

*Christine Kirchmair's herb garden in Hinterthiersee is even open in winter. With the warm glow of lights on the smouldering wooden stove and a cup of hot mulled wine, Christine tells you all about the old ritual of smoking with native plants. In a wintry ambience, we experience the effect of herbs such as masterwort, mugwort or elderberry. The incense can also be purchased from the herb specialist.*

📍 Thiersee, Treffpunkt/meeting point Kräuterwelt Hinterthiersee · Zeit/time Do 16:00 - ca. 18:00 Uhr, kostenlos für Gäste mit der KufsteinerlandCard. Anmeldung: bis spätestens am Vortag 16:30 Uhr!

## Nachwächter-Führung im Winter - Ein Stadtrundgang der besonderen Art



22.11.2023 - 21.03.2024

Mit Laterne, Umhang und Hellebarde führt Dich unser Nachwächter durch die geschichtsträchtige Festungsstadt Kufstein und erzählt so manches G`schichterl aus vergangenen Zeiten. Du erfährst Interessantes zu Brauchtum und Sagengeschichten aus Tirol. Eine spannende Reise in die Vergangenheit.

### Nightwatchman tour

*With lantern, cape and halberd, our night watchman will guide you through the historic fortress town of Kufstein and tell you many stories from times gone by. You will learn interesting facts about customs and legends from Tyrol. An exciting journey into the past.*



📍 Kufstein, Treffpunkt/meeting point Unterer Stadtplatz Marienbrunnen, Zeit/time Do 21:00 - ca. 22:30 Uhr, kostenlos für Gäste mit der KufsteinerlandCard! Anmeldung: bis spätestens am Vortag 16:30 Uhr!

## Von See zu See zur Thierberg-Kapelle

22.11.2023 – 21.03.2024



Pfrillsee, Längsee, Egelsee und Hechtsee – diese zaubernden Bergseen begegnen uns auf unserer Winterwanderung. Jeder See zeigt sich im Winter in seinem eigenen Zauber, aber sie alle teilen eines – ihre klaren Gewässer, umrahmt von einer winterlichen Berglandschaft. Je nach Schneelage ändern wir die Route zur Thierberg-Kapelle ein klein wenig ab. Am Thierberg angekommen, können wir das Panorama des Kufsteinerlandes vom Burgfried aus genießen, eine Kerze in der kleinen Wallfahrtskapelle anzünden oder in der Vorweihnachtszeit die besondere Krippe bestaunen.

### **From lake to lake to the Thierberg Chapel**

*Pfrillsee, Längsee, Egelsee and Hechtsee – we encounter these enchanting mountain lakes on our winter hike. Each lake shows its own magic in winter, but they all share one thing – their clear waters framed by the wintry mountain landscape of Kufsteinerland. Depending on the snow conditions, we change the route to the Thierberg Chapel a little bit. When we arrive at Thierberg, we can enjoy the panorama of Kufsteinerland from the castle keep, light a candle in the small pilgrimage chapel or admire the special nativity scene in the pre-Christmas season.*

📍 Kufstein, Treffpunkt/meeting point Parkplatz zum Längsee (unterhalb „Marblinger-Höhe“) · Zeit/time Fr 10:00 – 14:30 Uhr, kostenlos für Gäste mit der KufsteinerlandCard! Diese mitbringen! Anmeldung: bis spätestens am Vortag 16:30 Uhr!

## Stadtführung – Die Perle Tirols entdecken

22.11.2023 – 21.03.2024



Die engen Wege der Altstadt. Die Geschichte der Römerhofgasse. Die Architektur des Rathauses. Die Hintergründe der einzelnen Sehenswürdigkeiten. Kufstein von allen Seiten entdecken, keine der Besonderheiten der Festungsstadt versäumen. Ein Blick in die Vergangenheit. Kultur. Geografische Besonderheiten. Soziale Zusammenhänge. Eine Entdeckungsreise durch die Festungsstadt mit einem unserer Austria-Guides.

### **Tour of the town – discovering the Pearle of Tyrol**

*The narrow paths of the old town. The history of the Römerhofgasse. The architecture of the town hall. The background of the individual sights. Discover Kufstein from all sides, and don't miss any of the special features of the fortress city. A look into the past. Culture. Special geographical features. Social contexts. An expedition through the fortress city with one of our Austria guides.*



📍 Kufstein, Treffpunkt/meeting point Unterer Stadtplatz Marienbrunnen · Zeit/time Fr 11:00 – 12:00 Uhr, kostenlos für Gäste mit der KufsteinerlandCard! Diese mitbringen! Anmeldung: bis spätestens am Vortag 16:30 Uhr!



## Wegbegleiter – Fichte, Lärche und Tanne

22.11.2023 – 21.03.2024



Nadelhölzer wie Fichte, Lärche und Tanne werden seit langem für Heilzwecke genutzt. In der Volksmedizin wurden Baumnadeln zur Inhalation bei Lungenkrankheiten und frische Triebe zur Zubereitung von Hustentee verwendet. Harz schützt verletzte Bäume vor Infektionen und wurde als „Waldweihrauch“ traditionell geräuchert. Bei einer Wanderung erfahren wir mehr über diese Bäume und die heilsame Wirkung des Waldes. Zum Abschluss stellen wir gemeinsam ein Produkt aus Baumharz her, wie etwa eine traditionelle „Pechsalbe“.

### Companions – spruce, larch and fir

*Conifers such as spruce, larch and fir have long been used for medicinal purposes. In folk medicine, tree needles were used for inhalation in lung diseases and fresh shoots for making cough tea. Resin protects injured trees from infections and was smoked as „forest incense“. During a hike we learn more about these trees and the healing effects of the forest. Finally, we make a product together from tree resin, such as a traditional „pitch ointment“.*

📍 Thiersee, Treffpunkt/meeting point Kräuterwelt Thierseetal in Hinterthiersee · Zeit/time Fr 13:30 – ca. 15:30 Uhr, kostenlos für Gäste mit der KufsteinerlandCard! Diese mitbringen! Anmeldung: bis spätestens am Vortag 16:30 Uhr!



## Krippen-Wanderung

01.12.2023 – 02.02.2024

In Bad Häring folgen wir der Tiroler Tradition des „Kripperschauens“. Bei sanftem Laternenlicht erkunden wir die Dorfkrippe, das Bergbaumuseum mit seiner einzigartigen Bergbaukrippe, die „Hildegard von Bingen-Kapelle“ mit einer prächtigen orientalischen Krippe und die idyllische Antonius-Kapelle mit einer besonderen Kastenkrippe. Unsere Wanderung endet mit einem Besuch bei Krippenbauer Walter Peer, der uns weitere spannende Einblicke in diese Tiroler Handwerkskunst gibt.

### Nativity hike

*In Bad Häring we follow the Tyrolean tradition of „Kripperschauen“. By soft lantern light we explore the village nativity scene, the mining museum with its unique mining nativity scene, the „Hildegard von Bingen Chapel“ with a magnificent oriental nativity scene and the idyllic Antonius Chapel with a special box nativity scene. Our hike ends with a visit to cot maker Walter Peer, who gives us further exciting insights into this Tyrolean craft.*

📍 Bad Häring, Treffpunkt/meeting point Infobüro Bad Häring · Zeit/time Fr 16:00 – 18:00 Uhr, kostenlos für Gäste mit der KufsteinerlandCard! Diese mitbringen! Anmeldung: bis spätestens am Vortag 16:30 Uhr!



## Feuer und Eis – Fackelwanderung um den Thiersee

02.12. – 29.12.2023



Mit Fackeln geht es bei dieser romantischen Wanderung rund um den Thiersee. Genieße die klare Winterluft, die Ruhe und das romantische Glitzern des vereisten Sees im leuchtenden Feuerschein. Da stellt sich eine fast mystische Stimmung ein, und es gibt eine kleine zauberhafte Überraschung.

### Fire and ice – torchlight hike around Lake Thiersee

*Equipped with torches, this romantic hike takes you around Lake Thiersee. Enjoy the clear winter air, the peace and quiet and the romantic glitter of the icy lake in the torchlight and glowing firelight. An almost mystical atmosphere sets in and there is a little magical surprise.*

📍 Thiersee, Treffpunkt/meeting point Raiffeisenbank Thiersee · Zeit/time Fr 20:00 – 21:30 Uhr, kostenlos für Gäste mit der KufsteinerlandCard! Diese mitbringen! Anmeldung: bis spätestens am Vortag 16:30 Uhr!



## Idyllischer Winterspaziergang mit Wildkräuter-Räucherung

02.12. - 22.12.2023



Zur Einstimmung auf die Weihnachtszeit kommen wir bei einer gemütlichen Wanderung um den winterlichen Thiersee zur Ruhe. Wir öffnen unsere Sinne für die kleinen Besonderheiten der Natur in der stillen Jahreszeit. Aus den, im Sommer gesammelten Kräuterschätzen, kreieren wir unsere persönliche Räuchermischung und entspannen bei diesem sinnlichen Duft. Natürlich kann jeder Teilnehmer noch seine eigene, ganz spezielle Räuchermischung mit nach Hause nehmen.



### *Idyllic winter walk with wild herbs fumigation*

*To get in the mood for the Christmas season we come to rest during a leisurely hike around the wintry Lake Thiersee. We open our senses for the small peculiarities of nature in the quiet season. From the herbal treasures collected in summer, we create our personal incense blend and relax with this sensual scent. Of course, each participant can still take home his own, very special incense blend.*

📍 Thiersee, Treffpunkt/meeting point Raiffeisenbank Thiersee · Zeit/time Sa 10:00 – 12:30 Uhr, kostenlos für Gäste mit der KufsteinerlandCard! Diese mitbringen! Anmeldung: bis spätestens am Vortag 16:30 Uhr!

**Wir dürfen darauf hinweisen, dass die Winterprogrammpunkte von 24.12 - 26.12.2023 sowie am 01. und 02.01.2024 nicht stattfinden!**

*Please note that the winter programme will not take place from 24.12 - 26.12.2023 and on 01. and 02.01.2024!*

### TIPP

## Lichtfestival Kufstein – Stimme der Burg

In der audiovisuellen Inszenierung „Stimme der Burg“ erhebt die Festung erneut ihre Stimme. Dabei nimmt sie das Publikum mit auf einen Streifzug durch Vergangenheit und Gegenwart, mittelalterliche Gemäuer und bewegte Lebensgeschichten. Noch nie zuvor erstrahlte das Wahrzeichen Kufsteins in derart farbenprächtigem, tiefberührendem und lebendigem Licht. Täglich ab dem 27.12.2023 bis zum 28.01.2024.

Weitere Infos findest Du unter [www.lichtfestival.kufstein.at](http://www.lichtfestival.kufstein.at)



*In the audiovisual production "Voice of the Castle", the fortress once again raises its voice. It takes the audience on a journey through past and present, medieval walls and moving life stories. Never before has Kufstein's landmark shone in such a colourful, deeply moving and lively light.*



Pioba Herrgott  
a Herrgotts Iden

Family of three sitting on a bench in front of the cross.

# Sommer Erlebnisprogramm

## 01.04. - 22.11.2024

*Der Sommer im Kufsteinerland – aufregend und abwechslungsreich*



Im Kufsteinerland erlebst Du im Sommer die perfekte Kombination aus aktiver Erholung und einzigartigen Erlebnissen. Umgeben von beeindruckenden Alpenkulissen und kristallklaren Seen, bietet die Region eine Fülle von Aktivitäten wie Wandern, Klettern und Mountainbiken. Der Kaiserlift ermöglicht Dir spektakuläre Ausblicke auf die Bergwelt und erleichtert den Zugang zu abgelegenen Naturgebieten. Nach Deinen Abenteuern in der Natur kannst Du Dich in den gemütlichen Restaurants und Hütten der Region verwöhnen lassen. Hier kannst Du die Tiroler Kulinarik in vollen Zügen genießen. Ob herzhaftes Spezialitäten oder süße Leckereien – für jeden ist etwas dabei.

### *Summer in Kufsteinerland – exciting and varied*

*In Kufsteinerland you will experience the perfect combination of active recreation and unique experiences in summer. Surrounded by impressive alpine scenery and crystal clear lakes, the region offers a wealth of activities such as hiking, climbing and mountain biking. The Kaiser lift allows you to enjoy spectacular views of the mountains and facilitates access to remote natural areas. After your adventures in nature, you can indulge in the region's cozy restaurants and huts. Here you can enjoy Tyrolean culinary delights to the fullest. Whether hearty specialties or sweet treats – there is something for everyone.*

#### **TIPP** *Geführte Radtouren*

Mit Jürgen Mauracher hast Du die Möglichkeit, eine individuelle kulinarische Radtour zu regionalen Produzenten zu machen.

Einen kleinen Einblick bekommst Du durch unsere Kaiserweis Genussradrouten-Karte:



Gerne kann auch eine Dörferrunde, eine Walchsee-Tour, eine Runde um den Pölven oder eine MTB Tour zum Hintersteinersee gebucht werden.



**Termine und Preise auf Anfrage:**  
Rita Mauracher, +43 6506714960  
rita.mauracher@gmx.at

#### **Guided bike tours**

With Jürgen Mauracher you have the opportunity to take an individual culinary bike tour to regional producers. You can get a small insight through our Kaiserweis' Culinary Bikeroutes-map.

You can also book a village tour, a Walchsee tour, a tour around the Pölven or a MTB tour to Lake Hinterstein.

*Dates and prices on request!*

## Morgen-QiGong im Stadtpark

01.04. - 01.10.2024

Wir starten voller Energie und innerer Ruhe mit Morgen-QiGong in den Tag. Dafür treffen wir uns im Stadtpark, um gemeinsam die heilenden Bewegungen und Atemübungen zu praktizieren. Eine wunderbare Möglichkeit, Körper und Geist in Einklang zu bringen und den Tag gestärkt zu beginnen.

### *Morning QiGong in the city park*

*We start the day full of energy and inner peace with our morning QiGong. We meet in the city park to practise the healing movements and breathing exercises together. A wonderful way to bring body and mind into harmony and start the day strengthened.*



📍 Kufstein, Treffpunkt/meeting point Stadtpark Kufstein · Zeit/time Mo 06:30 – 07:30 Uhr, kostenlos!  
Anmeldung nicht erforderlich! Bei Regen findet die Veranstaltung nicht statt!

## Wanderung „Tirol entdecken“ – Land, Leute, Lebensstil

01.04. - 18.11.2024



Abseits der altbekannten Pfade erkunden wir die vielfältige Tiroler Kulturlandschaft. Wir wandern durch Wälder, blühende Wiesen und vorbei an historische Bauernweiler. Unterwegs bieten sich uns immer wieder überraschende Ausblicke auf den Zahmen Kaiser und das Inntal mit dem imposanten Pendling. Traditionelle Tiroler Bauernhöfe, idyllische Gärten und geschmückte Balkone laden zum Fotografieren ein. Inmitten der Natur gönnen wir uns dann eine gemeinsame Brotzeit.

### *Hiking tour „Discover Tyrol“ - country, people, lifestyle*

*Off the beaten track we explore the diverse Tyrolean cultural landscape. We hike through forests, blooming meadows and past historic farm hamlets. On the way, we are offered again and again surprising views of the Zahmen Kaiser and the Inn Valley with the imposing Pendling. Traditional Tyrolean farms, idyllic gardens and decorated balconies invite us to take pictures. In the midst of nature we then treat ourselves to a communal snack.*

Falls Du ein paar Tiroler Schmankerl probieren willst, finden Du hier eine Liste unserer Hofläden und Verkäufer regionaler Produkte.

*If you want to try some Tyrolean delicacies, here is a list of our farm stores and sellers of regional products.*



📍 Niederndorf/Niederndorferberg, Treffpunkt/meeting point Parkplatz hinter Heimatmuseum „Zur alten Schmiede“ (Dorf 24) · Zeit/time Mo 09:30 – 14:00 Uhr, kostenlos für Gäste mit der KufsteinerlandCard! Diese mitbringen!  
Anmeldung: bis spätestens am Vortag 16:30 Uhr!

**Montag / Monday****Entschleunigendes „Waldbaden“ im Hochwald****01.04. - 18.11.2024**

Der Modalwald am Rande des Bergdorfs Hinterthiersee bietet den perfekten Ort für unser Vorhaben. Hohe Tannen und majestätische Fichten stehen hier eng beieinander und laden förmlich zum „Waldbaden“ ein, einem bewussten Aufenthalt in der Natur. Schon allein der Anblick eines Baumes kann nachweislich unsere Selbstheilungskräfte anregen. Wir nutzen die Wirkung der Terpene (Duftstoffe, die von Nadelbäumen freigesetzt werden), um Stress abzubauen und unser Immunsystem zu stärken. Leichte Übungen des Wald-QiGong begleiten uns auf diesem Weg.

***Decelerating „forest bathing“ in the high forest***

*The Modal forest on the edge of the mountain village of Hinterthiersee offers the perfect location for our project. Tall firs and majestic spruces stand close together here and literally invite us to „forest bathing“, a conscious stay in nature. It has been proven that the mere sight of a tree can stimulate our self-healing powers. We use the effect of terpenes (scents released by conifers) to reduce stress and strengthen our immune system. Light forest qigong exercises accompany us on this path.*

📍 Thiersee, Treffpunkt/meeting point Dorfplatz Hinterthiersee · Zeit/time Mo 10:00 – ca. 14:00 Uhr, kostenlos für Gäste mit der KufsteinerlandCard! Diese mitbringen! Anmeldung: bis spätestens am Vortag 16:30 Uhr!

**Kräutertreff mit Maria Bachmann****01.04. - 18.11.2024**

Ein Abend rund um Kräuter. Maria Bachmann lernt uns einiges über die saisonalen Kräuter und was man damit alles zaubern kann. **Dieser Programmpunkt findet an jedem ersten Montag im Monat beim Gasthof „Schönau“ in Erl und an den folgenden Montagen im Hotel „Das Kaiser“ in Ebbs statt.**

***Herb meeting with Maria Bachmann***

*An evening all about herbs. Maria Bachmann teaches us a lot about seasonal herbs and what you can conjure up with them in the cold winter months. **This program takes place on every first Monday of the month at the inn „Schönau“ in Erl and on the following Mondays at the hotel „Das Kaiser“ in Ebbs.***

📍 Erl/Ebbs, Treffpunkt/meeting point Gasthof „Schönau“ / Hotel „Das Kaiser“ · Zeit/time Mo 19:30 – 21:00 Uhr, kostenlos für Gäste mit der KufsteinerlandCard! Diese mitbringen! Anmeldung: bis spätestens am Vortag 16:30 Uhr!

**Eine Filmreise durch Kufsteins Geschichte****01.04. - 18.11.2024**

Bei diesen Foto- und Videoabenden nimmt uns Erwin Weiskirchner, Clubobmann des Film- und Video Clubs Kufstein, mit auf eine Zeitreise. Wir erfahren spannende Fakten und Geschichten über Kufstein und sehen, wie sich die Perle Tirols in den letzten Jahrzehnten verändert hat.

***A film journey through Kufstein's history***

*At this photo and video evenings, Erwin Weiskirchner, club chairman of the Kufstein Film and Video Club, takes us on a journey through time. We learn exciting facts and stories about Kufstein and see how the pearl of Tyrol has changed over the past decades.*

📍 Kufstein Treffpunkt/meeting point Hotel Goldener Löwe · Zeit/time Mo 19:00 – ca. 21:00 Uhr, Unkostenbeitrag von € 5,00 bar vor Ort zu zahlen! Anmeldung: bis am Vortag 16:30 Uhr!



## Sonnseitwanderung ins Kaisertal

02.04. – 19.11.2024

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 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 Almbrotzeit geht es dann über die Antonius Kapelle wieder zurück ins Tal.



### *A walk on the sunny side into the „Kaisertal“*

*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 meters 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.*

📍 Kaisertal, Treffpunkt/meeting point: Kaiseraufstieg/Restaurant „Basislager-Harmonie“, Zeit/time 09:30 – ca.15:00 Uhr. Kostenlos für Gäste mit der KufsteinerlandCard. Anmeldung: bis spätestens am Vortag 16:30 Uhr!

## Wandern und pendeln

02.04. – 25.06.2024



Jeder kann pendeln! Wir erleben den farnefrohen Frühling am Ufer des Thiersees, wo sich der majestätische Pendling im Wasser spiegelt. In Begleitung des Human-Energetikers Helmut Payr begeben wir uns auf eine einzigartige Wanderung, um die Geheimnisse der Einhandrute (Tensor) zu entdecken. Dabei erfahren wir Hintergrund-Informationen, Einsatzmöglichkeiten und schärfen unsere feinstofflichen Fähigkeiten. Diese Erkenntnisse setzen wir praktisch um. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, aber geeignete Outdoor-Bekleidung, da die Wanderung bei jedem Wetter stattfindet.

### *Hike and commute*

*Anyone can commute! We experience the colorful spring on the shores of Lake Thiersee, where the majestic Pendling is reflected in the water. Accompanied by human energeticist Helmut Payr, we embark on a unique hike to discover the secrets of the one-handed rod (tensor). We will learn background information, possible applications and sharpen our subtle abilities. We will put this knowledge into practice. Previous knowledge is not required, but suitable outdoor clothing, as the hike takes place in all weathers.*

📍 Thiersee, Treffpunkt/meeting point Musikpavillon am Thiersee · Zeit/time Di 09:30 – 12:30 Uhr, kostenlos für Gäste mit der KufsteinerlandCard! Diese mitbringen! Anmeldung: bis spätestens am Vortag 16:30 Uhr!



## Wandern und jodeln

06.08. – 29.10.2024



Jeder kann jodeln! Es geht um die Freude und Leichtigkeit des Jodelns und um Mut und Freiheit. Unsere Stimme hat die großartige Fähigkeit, unser Innerstes spontan zum Ausdruck zu bringen, Verschüttetes hervorzuholen und Kontakt zum inneren Kind aufzunehmen. Klares Wasser, grüne Wiesen, Kraftplätze und gesunde Waldluft sind unser Orchester bei dieser Jodel-Wanderung mit Bergwanderführer Helmut Payr. Es sind keine Vorkenntnisse nötig, aber geeignete Outdoor-Bekleidung, weil die Wanderung bei jeder Witterung stattfindet.

### Hike and jodel

*Anyone can yodel! It is about the joy and lightness of yodeling and about courage and freedom. Our voice has the great ability to spontaneously express our innermost, to bring out what has been buried and to make contact with our inner child. Clear water, green meadows, power spots and healthy forest air are our orchestra on this yodeling hike with mountain guide Helmut Payr. No previous experience is necessary, but suitable outdoor clothing, because the hike takes place in any weather.*

📍 Thiersee, Treffpunkt/meeting point Musikpavillon am Thiersee · Zeit/time Di 09:30 – 12:30 Uhr, kostenlos für Gäste mit der KufsteinerlandCard! Diese mitbringen! Anmeldung: bis spätestens am Vortag 16:30 Uhr!

## Themenführung – Pflanzenschätze im Kaisergebirge

07.05. – 29.10.2024



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. 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.



### Themed tour - Plant treasure in the Kaiser Mountains

*We are allowed to discover the facets of the Nature Experience „Kaisergebirge“ in terms of its medicinal plants, herbs and trees with Maria Bachmann, hiking guide and herbal expert. Immerse yourself in the wonderful world of medicinal and poisonous plants, herbs and trees. You will learn through Maria's wealth of knowledge about the plant world around the Brentenjoch to recognise and use herbs. What does the life of trees look like, how do they feed, what happens underground, how do they survive the winter? Learn why the forest is good for us and what „tree encounters“ are all about.*

📍 Kaisergebirge, Treffpunkt/meeting point TALstation Kaiserlift · Zeit/time Di 09:30 – 12:30 Uhr, kostenlos für Einheimische und Gäste mit der KufsteinerlandCard! Diese mitbringen! Anmeldung: bis spätestens am Vortag 16:30 Uhr!



## Heilende Wirkung der Glückskräuter

03.04. - 19.11.2024



Wir entdecken wertvolle, unscheinbare Pflanzen am Wegesrand bei einem Rundgang mit Kräutereachfrau Maria. Danach besuchen wir den „Hildegard von Bingen-Kräutergarten“. Diese besondere Äbtissin aus dem Mittelalter hinterließ einen großen Schatz an Kräuterwissen.

### *Healing effect of happiness herbs*

*We discover valuable, inconspicuous plants along the way on a tour with herbalist Maria. Afterwards, we visit the „Hildegard von Bingen Herb Garden“. This special abbess from the Middle Ages left behind a great treasure of herbal knowledge.*



📍 Bad Häring, Treffpunkt/meeting point Kurpark · Zeit/time Di 16:00 – ca. 18:00 Uhr, kostenlos für Gäste mit der KufsteinerlandCard! Diese mitbringen! Anmeldung: bis spätestens am Vortag 16:30 Uhr!

## Wundertropfen und Tiroler Schnapskultur – Brennerei „Zum Messerschmid“

03.04. - 19.11.2024

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 kannst Du den einen oder anderen Wundertropfen – Edelbrände, Liköre und Kräuteransätze – probieren und käuflich erwerben.



### *Miracle drops and Tyrolean schnapps culture - „Zum Messerschmid“ distillery*

*We visit Albert Schmider in his almost 500-year-old, lovingly restored farmhouse. Listen intently to his talk about the continuation of an old family tradition - the schnapps distillery. Learn a lot about the history, technology and the right way to drink and taste. Afterwards, you will have the opportunity to taste and purchase one or the other of the miracle drops - noble brandies, liqueurs and herbal preparations.*

📍 Ebbs, Treffpunkt/meeting point Schnapsbrennerei „Zum Messerschmid“ · Zeit/time Di 20:00 – ca. 21:30 Uhr, mit der KufsteinerlandCard ermäßigter Eintritt von € 4,00! Dieser wird bei einem Einkauf berücksichtigt! Anmeldung: bis spätestens am Vortag 16:30 Uhr!

**Mittwoch / Wednesday**

## Sagenhaftes Gipfelglück am Pendling

**04.04. - 20.11.2024**

Wir erklimmen unseren imposanten Hausberg, der stolze 1.563 Meter hoch ist. Diesen Berg kann man auch alleine besteigen, aber unser Wanderführer Harald verwandelt dies in ein besonderes Bergerlebnis. Er teilt faszinierende Geschichten über die geologische Entwicklung und die spannende Sagenwelt des Berges. Vom Gipfelkreuz aus genießen wir eine atemberaubende Aussicht über das Inntal bis zum Kaisergebirge und sogar bis zum Großglockner, wenn die Bedingungen ideal sind. Nach dem Aufstieg belohnen wir uns mit einer herzhaften Brotzeit oder einem köstlichen Schweinebraten im „Pendlinghaus“. Trittsicherheit und gutes Schuhwerk sind für diese Gipfelwanderung erforderlich!

### **Legendary summit happiness at the Pendling**

*We climb our imposing local mountain, which is a proud 1,563 meters high. Of course, you can climb this mountain on your own, but our hiking guide Harald turns this into a special mountain experience. He shares fascinating stories about the geological development and the exciting legends of the mountain. From the summit cross, we enjoy a breathtaking view over the Inn Valley to the Kaiser Mountains and even to the Großglockner, if conditions are ideal. After the ascent we reward ourselves with a hearty snack or a delicious roast pork in the „Pendlinghaus“. Surefootedness and good shoes are required for this summit hike!*

📍 Thiersee, Treffpunkt/meeting point Parkplatz GH Schneeberg (970 m) · Zeit/time Mi 10:00 – ca. 15:00 Uhr, kostenlos für Gäste mit der KufsteinerlandCard. Diese mitbringen! Anmeldung: bis spätestens am Vortag 16:30 Uhr!

## Krafttanken beim Kraftplatz St. Nikolaus-Kapelle

**04.04. - 20.11.2024**

Unser Ziel führt uns zur majestätischen St. Nikolaus Kapelle, einem mystischen Kraftplatz in Ebbs. Wir nutzen die Ruhe für spezielle Atemübungen zur Steigerung von Konzentration und Gelassenheit. Am Ziel statten wir dem Schutzpatron der Reisenden, dem heiligen St. Nikolaus im inneren der Kapelle einen Besuch ab und erleben ein kleines magisches Steinritual mit unseren Wanderführern.

### **Recharge your batteries at the power place St. Nicholas Chapel**

*Our destination leads us to the majestic St. Nicholas Chapel, a mystical place of power in Ebbs. We use the tranquility for special breathing exercises to increase concentration and serenity. At the destination we pay a visit to the patron saint of travelers, St. Nicholas inside the chapel and experience a small magical stone ritual with our hiking guides.*



📍 Ebbs, Treffpunkt/meeting point Raiffeisenbank Ebbs · Zeit/time Mi 10:00 – 13:00 Uhr, kostenlos für Gäste mit der KufsteinerlandCard! Diese mitbringen! Anmeldung: bis spätestens am Vortag 16:30 Uhr!

## Abendliche Entspannung – QiGong für innere Ruhe und Wohlbefinden

04.04. – 16.10.2024

Lass den Stress des Tages hinter Dir und genieße abends eine entspannende QiGong-Session mit unserem Trainer Harald Löffel. Erfahre, wie sanfte Bewegungen und Atemübungen Körper und Geist in Einklang bringen können. Die Übungen sind für alle Altersgruppen geeignet, außerdem sind keine Vorkenntnisse notwendig. Gönn Dir diese wertvolle Auszeit und spüre die innere Ruhe und Entspannung.



### *Evening relaxation - QiGong for inner peace and well-being*

*Leave the stress of the day behind and enjoy a relaxing QiGong session with our trainer Harald Löffel in the evening. Learn how gentle movements and breathing exercises can bring body and mind into harmony. The exercises are suitable for all age groups and no previous knowledge is necessary. Treat yourself to this valuable time out and feel the inner peace and relaxation.*

📍 Kufstein, Treffpunkt/meeting point Lebensmittel. Kufstein · Zeit/time Mi 19:00 – 20:00 Uhr, Unkostenbeitrag von € 5,00 bar vor Ort zu zahlen! Anmeldung: bis spätestens am Vortag 16:30 Uhr!

### TIPP

## **Bierol – Brauerei mit Biergarten und Hauben-Restaurant**

Sie sind heimatliebende Grenzgänger, unabhängigkeitserkämpfende Kreativmacher. Sie sind Regionalitätspreisträger und Gault & Millau Gewinner. Sie sind das Gegenteil von Mainstream im Bier. Bierol – das sind Bier-Unikate aus Tirol. Was genau dahinter steckt und welche kreativen Geschmackserlebnisse man dabei erlebt, kann man bei einer Führung inkl. Verkostung erfahren.

### **Öffnungszeiten:**

Siehe Website [www.bierol.at](http://www.bierol.at)

**Führungen** ab 6 Personen und auf Anmeldung

Dauer: ca. 90 Minuten.

**Kosten:** pro Person € 20,00 (inkl. 4 x 0,1 Bier).

**Anmeldung** unter [info@bierol.at](mailto:info@bierol.at) oder unter +43 660 4977795 (08:00–18:00 Uhr)



### **Bierol – brewery with beer garden and gourmet restaurant**

*They are home-loving border crossers, advocates of independent thinking and creative decision-makers. They are regional winners and Gault & Millau winners. They are the antithesis of mainstream in beers. Bierol – beer from Tyrol that is one-of-a-kind. Find out just what creative taste experiences there are in store during a guided tour, complete with tasting session.*

**Donnerstag / Thursday****Zum Sonnenaufgang aufs Feuerköpfl**

20.06. – 19.09.2024



Diese Wanderung verspricht unvergessliche Momente und es lohnt sich, schon bei Dunkelheit die Wanderschuhe zu schnüren. Nur vereinzelt hören wir Vogelgezwitscher, das Rauschen des Waldes oder die Schritte der anderen Wanderer. Angelangt am Höhlenstein, wird der Weg nun steiler. Achtsam und vorsichtig wandern wir weiter bis zu unserem Ziel, dem Feuerköpfl auf 1.292 Meter. 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.

Ausrüstung: Stirnlampe, Brotzeit, Getränk, feste Wanderschuhe und du eventuell Wanderstöcke.

**To the sunrise on the Feuerköpfl**

*This hike promises unforgettable moments and it is worthwhile to lace up your hiking boots already in the dark. Only occasionally we hear birdsong, the rustle of the forest or the footsteps of other hikers. Arrived at the cave stone, the path now becomes steeper. Carefully and cautiously we hike on to our destination, the Feuerköpfl at 1,292 meters. Tentative dawn spreads over the Inn valley below us. The first rays of sunlight seek their way through the surrounding mountain peaks. Now it's just a matter of marveling and enjoying. Equipment: headlamp, snack, drink, sturdy hiking boots and possibly hiking poles.*

📍 Thiersee, Treffpunkt/meeting point Dorfplatz Hinterthiersee · Zeit/time Do zwischen 03:30 und 05:15 h (die genaue Startzeit wird bei der Anmeldung bekanntgegeben oder ist unter [www.kufstein.com](http://www.kufstein.com) zu finden), kostenlos für Gäste mit der KufsteinerlandCard! Diese mitbringen! Anmeldung: bis spätestens am Vortag 16:30 Uhr!

**Mit Yoga den Morgen am See begrüßen**

04.07. – 29.08.2024

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 gesundheitlichen Beschwerden oder Vorerkrankungen erkundige Dich bitte bei Deinem Arzt, ob Yoga für Dich empfehlenswert ist. Yoga-Matten bitte selbst mitbringen, es können aber auch welche vor Ort ausgeliehen werden.

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

*Gently arriving in the meadow. Relaxed breathing. Flowing movements. This morning we dedicate ourselves to gently awakening to the balancing and empowering energy through yoga with instructor Tamara Lohr ([www.dieyogatante.de](http://www.dieyogatante.de)). The exercises are suitable for beginners as well as for experienced yogis. If you have any health problems or pre-existing conditions, check with your doctor to see if yoga is recommended for you. Please bring your own yoga mats, but you can also borrow some on site.*



📍 Thiersee, Treffpunkt/meeting point Musikpavillon am Thiersee · Zeit/time Do 08:00 – 09:00 Uhr, kostenlos! Anmeldung nicht erforderlich! Bei Regen findet die Veranstaltung nicht statt!

## Almkräuterwanderung – Zwischen Wildpflanzen und Heilkräuter

04.04. – 21.11.2024



Auf der Aschingeralm am Fuße des Zahnen Kaisers erkunden wir mit Kräuterexpertin Maria die Welt der Wildpflanzen und Heilkräuter. Hier auf der Alm entfalten sie ihre besondere Kraft. Bei einer leichten Wanderung lernen wir altes Heilkräuterwissen und erfahren mehr über die Magie der Bäume und die Bedeutung des Wassers. Danach verarbeiten wir einige duftende Kräuter zu einem köstlichen „Grünen Kräutersalz“.

### Alpine herb hike

*On the Aschingeralm at the foot of the „Zahnen Kaiser“ we explore the world of wild plants and medicinal herbs with herbal expert Maria. During an easy hike we learn ancient knowledge of medicinal herbs and learn more about the magic of trees and the importance of water. After the hike we process some fragrant herbs to a delicious „Green Herbal Salt“.*

📍 Ebbs, Treffpunkt/meeting point Gasthof Aschingeralm · Zeit/time Do 10:30 – ca. 15:00 Uhr, kostenlos für Gäste mit der KufsteinerlandCard! Diese mitbringen! Anmeldung: bis spätestens am Vortag 16:30 Uhr!

## Workshop Salbenküche – „Wie zu Omas Zeiten“

06.06. – 29.08.2024



Salben für den Eigenbedarf sind einfach herzustellen. In Christines Kräuterwelt kann jeder seine 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, Hexenschuss oder Sonnenbrand. Aber wir lernen auch das Anfertigen natürliche Cremes für die Hautpflege.

### Workshop balm kitchen – „Like in grandma's times“

*Ointments for personal use are easy to make. In Christine's world of herbs, everyone can mix their own personal healing ointment from fresh herbs under expert guidance. We learn the basics and tips for making ointments for various minor ailments such as minor sports injuries, mosquito bites, lumbago or sunburn. But we also learn how to make natural creams for skin care.*

📍 Thiersee, Treffpunkt/meeting point Kräuterwelt Thierseetal in Hinterthiersee · Zeit/time Do 14:00 – ca. 16:00 Uhr, Unkostenbeitrag von € 10,00 bar vor Ort zu zahlen! Anmeldung: bis spätestens am Vortag 16:30 Uhr!

## Nachtwächter-Führung – Ein Stadtrundgang der besonderen Art

04.04. – 21.11.2024



Mit Laterne, Umhang und Hellebarde führt Dich unser Nachtwächter durch die geschichtsträchtige Festungsstadt Kufstein und erzählt so manches G'schichtl aus vergangenen Zeiten. Erfahre Interessantes zu Brauchtum und Sagengeschichten aus Tirol. Eine spannende Reise in die Vergangenheit.

### Nightwatchman tour

*With lantern, cape and halberd, our night watchman will guide you through the historic fortress town of Kufstein and tell you many stories from times gone by. You will learn interesting facts about customs and legends from Tyrol. An exciting journey into the past.*



📍 Kufstein, Treffpunkt/meeting point Unterer Stadtplatz Marienbrunnen · Zeit/time Do 21:00 – ca. 22:30 Uhr, kostenlos für Gäste mit der KufsteinerlandCard! Diese mitbringen! Anmeldung: bis spätestens am Vortag 16:30 Uhr!

**Freitag / Friday****Von See zu See zur Thierberg-Kapelle**

05.04. - 22.11.2024



Pfrillsee, Längsee, Egelsee und Hechtsee – diese bezaubernden Bergseen begegnen uns auf unserer Wanderung zur Thierberg-Kapelle. Jeder See zeigt sich in seinem eigenen Zauber, aber sie alle teilen eines – ihre klaren, glitzernden Gewässer, umrahmt von einer atemberaubenden Berglandschaft. Am Thierberg angekommen, können wir das Panorama des Kufsteinerlandes vom Burgfried aus genießen oder eine Kerze in der kleinen Wallfahrtskapelle anzünden.

**From lake to lake to the Thierberg Chapel**

*Pfrillsee, Längsee, Egelsee and Hechtsee – we encounter these enchanting mountain lakes on our hike to the Thierberg Chapel. Each lake presents its own magic, but they all share one thing – their clear, sparkling waters, framed by a breathtaking mountain landscape. Once we arrive at Thierberg, we can enjoy the panorama of Kufsteinerland from the castle keep or light a candle in the small pilgrimage chapel.*

📍 Kufstein, Treffpunkt/meeting point Parkplatz zum Längsee (unterhalb „Marblinger-Höhe“) · Zeit/time Fr 10:00 – 14:30 Uhr, kostenlos für Gäste mit der KufsteinerlandCard! Diese mitbringen! Anmeldung: bis spätestens am Vortag 16:30 Uhr!

**Stadtführung – Die Perle Tirols entdecken**

05.04. - 22.11.2024



Die engen Wege der Altstadt. Die Geschichte der Römerhofgasse. Die Architektur des Rathauses. Die Hintergründe der einzelnen Sehenswürdigkeiten. Kufstein von allen Seiten entdecken, keine der Besonderheiten der Festungsstadt versäumen. Ein Blick in die Vergangenheit. Kultur. Geografische Besonderheiten. Soziale Zusammenhänge. Eine Entdeckungsreise durch die Festungsstadt mit einem unserer Austria-Guides.

**Tour of the town - discovering the Pearl of Tirol**

*The narrow paths of the old town. The history of the Römerhofgasse. The architecture of the town hall. The background of the individual sights. Discover Kufstein from all sides, and don't miss any of the special features of the fortress city. A look into the past. Culture. Special geographical features. Social contexts. An expedition through the fortress city with one of our Austria guides.*



📍 Kufstein, Treffpunkt/meeting point Unterer Stadtplatz Marienbrunnen · Zeit/time Fr 11:00 – 12:00 Uhr, kostenlos für Gäste mit der KufsteinerlandCard! Diese mitbringen! Anmeldung: bis spätestens am Vortag 16:30 Uhr!

## Besuch im Kräuterschaugarten

02.05. – 31.10.2024 / nicht im September



Kräuterexpertin Christine entführt uns in ihren wunderschönen Kräuter-Schaugarten. Hier duftet, sprießt und gedeiht 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 nutzen können. Ein spannender und lehrreicher Nachmittag in der Welt der Heilkräuter erwartet uns.



### Visit to the herb garden

*Herb expert Christine takes us to her wondrous herb show garden. Here it smells, sprouts and thrives in many colours. Christine explains to us the simple, practical applications and healing effects of herbs and how we can use each of them for our health and well-being. An exciting and informative afternoon in the world of medicinal herbs awaits us.*

📍 Thiersee, Treffpunkt/meeting point Kräuterwelt Thierseetal in Hinterthiersee · Zeit/time Fr 13:30 – ca. 15:30 Uhr, kostenlos für Gäste mit der KufsteinerlandCard! Diese mitbringen! Anmeldung: bis spätestens am Vortag 16:30 Uhr!

#### TIPP

### Tiroler Bienenalm – Audienz bei der Königin

Tauche ein in die faszinierende Welt der Bienen in der Tiroler Bienenalm in Thiersee! Bei einer einstündigen Führung erfährst Du Spannendes über das Leben der Bienen, über die vielfältigen Produkte, die sie hervorbringen, und über die Ernte des süßen Honigs. Von April bis September bietet die Bienenalm auch die Möglichkeit, die Bienen hautnah zu erleben.

Ein Besuch oder eine Führung ist jederzeit nach Vereinbarung möglich (auch an Sonn- und Feiertagen).

Anmeldung bei Familie Sandra und Dieter Christen, [info@tirolerbienenalm.at](mailto:info@tirolerbienenalm.at) oder +43 664 2601937

**Kosten:** Erwachsene € 6,00 / Kinder € 3,00

Vor Ort kannst Du auch frische Bienenprodukte erwerben (Mit KufsteinerlandCard -15% Rabatt auf das „Bienenalm's Power-Set“. Statt € 78,00 für € 66,00).



### Tyrolean bee pasture – Audience with the Queen

*Immerse yourself in the fascinating world of bees at the Tyrolean bee pasture in Thiersee! During a one-hour guided tour you will learn exciting facts about the life of bees, about the diverse products they produce and about the harvest of the sweet honey. From April to September, the Bienenalm also offers the opportunity to experience the bees up close.*

*A visit or a guided tour is possible at any time by appointment (also on Sundays and holidays). On site you can also purchase fresh bee products. (with KufsteinerlandCard -15% discount on the „Bienenalm's Power-Set“. Instead of € 78,00 for € 66,00).*

**Die Freitage in unserem Kaisergebirge stehen im Sommer ganz unter dem Motto:**  
*The motto of the Fridays in the „Kaisergebirge“ in summer is:*

## **Vital durch Bewegung und Balance** *Vital through movement and balance*

### **Natürliche Balance mit Harald Löffel**

10., 17., 24. und 31.05.2024; 14., 21. und 28.06.2024; 12., 19. und 26.07.2024;  
 09., 16., 23. und 30.08.2024; 13., 20. und 27.09.2024 und 11.10.2024



„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 QiGong-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 QiGong exercises and the power of nature. No prior experience is necessary.*



📍 Kaisergebirge, Treffpunkt/meeting point: TALstation Kaiserlift · Zeit/time Fr 09:30 – ca. 13:00 Uhr, kostenlos für Einheimische und Gäste mit der KufsteinerlandCard! Diese mitbringen! Anmeldung: bis spätestens am Vortag 16:30 Uhr!

### **Trail-Running-Workshop für Anfänger**

07.06.2024; 05.07.2024; 02.08.2024. und 06.09.2024



An vier Freitagen 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.

#### **Trail-Running-Workshop for beginners**

*On four Fridays, Paul Koller gives us valuable tips on surefootedness, coordination, fitness, equipment and orientation in the terrain as we run through meadows and forests – uphill and downhill – on the Brentenjoch. Anyone who enjoys running 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 left at the mountain station.*

📍 Kaisergebirge, Treffpunkt/meeting point: TALstation Kaiserlift · Zeit/time Fr 09:30 – ca. 13:00 Uhr, kostenlos für Einheimische und Gäste mit der KufsteinerlandCard! Diese mitbringen! Anmeldung: bis spätestens am Vortag 16:30 Uhr!



# Morgenfahrten mit dem Kaiserlift

## Morning trips on the Kaiserlift

An den Samstagen vom 06.07. bis 14.09.2024 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 (Anmeldung bis spätestens 12:00 Uhr am Vortag unter [www.kufstein.com](http://www.kufstein.com), unter +43 5372 62207 oder unter [booking@kufstein.com](mailto:booking@kufstein.com)).

*On Saturdays from July 06 to September 14, the Kaiserlift starts as early as 7 a.m. – the perfect opportunity to greet the day on the mountain while the sun rises over the Wilder Kaiser. Morning yoga, an exciting themed tour or a sporty trail running workshop are on the program (Registration by 12:00 noon the day before at the latest).*

### Themenführung – Wunderwelt der Geologie

13. und 27.07.2024; 17. und 31.08.2024 und 14.09.2024



An fünf 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

*On five morning trip dates, our geologist Paul Koller guides you through the „Wonder World of Geology“. More than just rocks: Learn a lot about the formation of the Alps. A fascinating journey through the different types of rocks in the „Kaisergebirge“ nature reserve. With small experiments, our interest in the exciting topic of geology is awakened.*

📍 Kaisergebirge, Treffpunkt/meeting point: TALstation Kaiserlift · Zeit/time Sa 07:00 – ca. 10:30 Uhr, kostenlos für Einheimische und Gäste mit der KufsteinerlandCard! Diese mitbringen! Anmeldung: bis spätestens am Vortag 12:00 Uhr!

### Themenführung – Pflanzenschätze im Kaisergebirge

06.07.2024; 03.08.2024; 07.09.2024



Wir dürfen die Facetten des Naturerlebnisses Kaisergebirge hinsichtlich seiner Heilpflanzen, Kräuter und Bäume mit Maria Bachmann, Wanderführerin und Kräutereexpertin, 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. 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.



#### Themed tour – Plant treasure in the Kaiser Mountains

*We are allowed to discover the facets of the Nature Experience „Kaisergebirge“ in terms of its medicinal plants, herbs and trees with Maria Bachmann, hiking guide and herbal expert. Immerse yourself in the wonderful world of medicinal and poisonous plants, herbs and trees. You will learn through Maria's wealth of knowledge about the plant world around the Brentenjoch to recognise and use herbs. What does the life of trees look like, how do they feed, what happens underground, how do they survive the winter? Learn why the forest is good for us and what „tree encounters“ are all about.*

📍 Kaisergebirge, Treffpunkt/meeting point: TALstation Kaiserlift · Zeit/time Sa 07:00 – ca. 10:00 Uhr, kostenlos für Einheimische und Gäste mit der KufsteinerlandCard! Diese mitbringen! Anmeldung: bis spätestens am Vortag 12:00 Uhr!

**Samstag / Saturday****Trail-Running-Workshop für Anfänger**

20.07.2024; 10.08. und 24.08.2024



An drei 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. 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.

**Trail-Running-Workshop for beginners**

*On three morning trip dates, Paul Koller gives us valuable tips on surefootedness, coordination, fitness, equipment and orientation in the terrain as we run through meadows and forests on the Brentenjoch. Anyone who enjoys running in the valley but also wants to try out the terrain is in the right place here. A certain basic 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 left at the mountain station.*

📍 Kaisergebirge, Treffpunkt/meeting point TALstation Kaiserlift · Zeit/time Sa 07:00 – ca. 10:30 Uhr, kostenlos für Einheimische und Gäste mit der KufsteinerlandCard! Diese mitbringen! Anmeldung: bis spätestens am Vortag 12:00 Uhr!

**Morgenyoga am Brentenjoch**

Jeden Samstag vom 06.07.2024 bis 14.09.2024 / nicht am 20.07.2024



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

**Morning yoga on the Brentenjoch**

*The platform at Brentenjoch is a unique energy place, a yoga session on the platform in the early morning is something really special. We use the unique mood and the power of the mountains for a guided yoga session, including a brief meditation and a relaxation to finish off. Please bring a good yoga mat (!), a blanket, warm clothing and possibly sun protection.*



📍 Kaisergebirge Treffpunkt/meeting point: TALstation Kaiserlift · Zeit/time Sa 07:00 – ca. 09:30 Uhr, oder Yoga-Plattform Brentenjoch · Zeit/time Sa 08:00 Uhr, kostenlos für Einheimische und Gäste mit der KufsteinerlandCard! Diese mitbringen! Anmeldung: bis spätestens am Vortag 12:00 Uhr!

**Bei Regenwetter entfallen das Morgenyoga, die Themenführungen und der Trail-Running-Workshop!**

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

# Gut zu wissen! In unserem Kaisergebirge gibt es noch viel mehr zu entdecken...

Good to know! There is much more to discover in our „Kaisergebirge“...

## ✓ **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 „Pflanzenschätze im Kaisergebirge“ jeden Dienstag und in den Monaten Juli, August und September auch an jedem ersten Samstag.

## ✓ **Geologiepfad**

Der Geologiepfad mit seinen neun Stationen lädt ein, mehr über das Kaisergebirge und seinen Unterbau zu erfahren. Man kann die Stationen selbstständig besuchen oder lässt sie sich bei der Erlebnis tour „Wunderwelt Geologie“ von einem Geologen erklären. Hier geht's zur Tour:



## ✓ **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 Naturerlebnisweg** 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).

## ✓ **Wie verhalte ich mich am Berg?**

**Ausrüstung:** Trage geeignetes Schuhwerk und nimm eine Trinkflasche, Regenschutz und je nach Wetter Handschuhe, Mütze, Sonnencreme und zusätzliches Wasser mit.

**Umweltschutz:** Nimm Abfall wie leere Flaschen und Verpackungen mit, um die Natur sauber zu halten.

**Respekt vor der Natur:** Bleibe auf den markierten Wegen, bewundere Blumen, aber pflücke sie nicht. In Naturschutzgebieten keine Pflanzen ausgraben.

**Tierfreundlichkeit:** Halte Deinen Hund an der Leine und entsorge Hundekot verantwortungsvoll.

**Wildtiere:** Bewundere Wildtiere, störe sie aber nicht, indem Du ihnen nachläufst.

Kurz gesagt, genieße die Natur, respektiere sie und achte auf die Bedürfnisse von Tieren und anderen Wanderern.



## **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“ every Tuesday and in July, August and September also on every first saturday of the month.

## **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:



## **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 middle-station (via the Hinterdux mountain inn to the chapel „Marienkapelle“ on the Duxer Köpfl and back, approx. 1.5 hours).

## **How do I behave on the mountain?**

**Equipment:** Wear suitable footwear and have a water bottle, rain gear and, depending on the weather, gloves, hat, sunscreen and extra water.

**Environmental protection:** Take along waste such as bottles and packaging to keep nature clean.

**Respect for nature:** Stay on the marked trails, admire flowers but do not pick them. Do not dig up plants in nature reserves.

**Kindness to animals:** Keep your dog on a leash and dispose of dog excrement responsibly.

**Wildlife:** Admire wildlife, but don't disturb it by chasing after it.

In short, enjoy nature, respect it and be sensitive to the needs of animals and other hikers.

# Coworking Space - Innovationsraum Kufstein Arbeit und Urlaub verbinden

*Coworking Space Kufstein - A combination between Work and Holiday*



Entdecke den Innovationsraum Kufstein, wo Du in entspannter Atmosphäre arbeiten kannst. Bei uns hast Du die einzigartige Gelegenheit, Deine Arbeit auch im Urlaub zu erledigen. Warum nicht einen Tag Urlaub hinzufügen und Dein Home Office in einer der schönsten Umgebungen Kufsteins genießen? Willkommen im Innovationsraum, wo Arbeit und Erholung Hand in Hand gehen! Zusätzlich erhältst Du mit der KufsteinerlandCard eine Ermäßigung von 15% auf alle Tarife.

Weitere Infos findest Du unter  
[www.innovationsraum.kufstein.at](http://www.innovationsraum.kufstein.at)  
Further details under [www.innovationsraum.kufstein.at](http://www.innovationsraum.kufstein.at)



*Discover the Coworking Space Kufstein, where you can work in a relaxed atmosphere. With us you have the unique opportunity to get your work done even when you are on holiday. Why not add a day of holiday and enjoy your home office in one of Kufstein's most beautiful settings? Welcome to the innovation space where work and relaxation go hand in hand!*

*In addition, with the Kufsteinerland-Card you get a 15% discount on all fares.*



## Kufsteinerland

verbindet

TVB Kufsteinerland

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

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

#### Impressum:

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