

WILDE KAISERIN

DAS FRAUEN.BERGE.PROJEKT

Hüttenwirtin Silvia Huber versteht sich nicht nur auf ihre bekannte „erdige Küche“ und Wohlfühlatmosphäre, sondern weiß auch wie man Frauen in die Berge holt. Das beweist der stetig wachsende Erfolg des individuellen Frauen-Programms WILDE KAISERIN.

Wilde Kaiserinnen fühlen Berge und Natur, leben Erfolg und Freundschaft, sind sinnliche Denkerinnen und vernünftige Genießerinnen.

Alle Kursangebote möchten Frauen in ihrer Einzigartigkeit bestärken und ihre besonderen Fähigkeiten und Bedürfnissen würdigen – der Bogen reicht daher von frauenspezifischen Kletterausbildungen über Persönlichkeitsentwicklung bis zur Kreativitätsförderung.

Seminarort ist das Hans-Berger-Haus im hinteren KaiserInntal bei Kufstein – ein außergewöhnlicher Kraftort in den Bergen, an dem Herz, Hirn und Humor regieren.



Seminarleitung: Brigitte WENINGER aus Kufstein gehört mit 55 Büchern in rund 30 Sprachen zu den international erfolgreichsten Autorinnen Österreichs. Zusätzlich ist sie als freie Journalistin, als Kreativberaterin und als Referentin in der Aus- und Fortbildung von PädagogInnen und BibliothekarInnen tätig. Sie engagiert sich intensiv für Lese- und Schreibförderung, Erzählkultur und soziales Lernen; und ist geprüfte Bergwanderführerin und Naturpädagogin. Mit Hüttenwirtin Silvia Huber initiierte sie das Frauen.Berge-Programm „Wilde Kaiserin“ und die Erste Gipfelbibliothek der Welt; mit Sohn Tom die Genuss-Buchhandlung fein.kost und das Literacy-Projekt „Kufstein liest!“

www.brigitte-weninger.com



UNTERWEGS.SEIN

SCHREIBSEMINARE

Schreiben ist eine besonders schöne und leicht zugängliche Möglichkeit, die Welt um uns bewusst wahrzunehmen und unseren Gedanken Ausdruck zu verleihen. Brigitte Weninger vermittelt ihr umfangreiches Wissen über das Schreiben und Veröffentlichliches und bietet umfassende Unterstützung an. Die maximale TeilnehmerInnenzahl von 6–8 Frauen ermöglicht individuelles Arbeiten und intensive Gemeinschaftserlebnisse.

Literarisches Schreiben

Dieses Seminar vermittelt praxiserprobte Schreibmethoden für Einsteigerinnen und Fortgeschrittene. Im Mittelpunkt stehen die spielerische Freude am Schreiben, kreatives Formulieren und Stilübungen. Tipps zur Veröffentlichung von Texten sind von großem Nutzen bei der Verwirklichung der eigenen Ziele.

Termin: 18.–22. Juli 2012

Treffpunkt: Kaiseraufstieg, Gasthaus Basislager, 15 Uhr.

Preis inklusive Führung, Seminar und Vollpension: € 490.–

Biografisches Schreiben

Lebens.Weg.Geschichten – Erinnerungen und (Auto)Biografie. In diesem Seminar beschreiben wir die Wege und Kreuzungspunkte unseres Lebens; ergründen das Gestern, festigen das Heute und planen das Morgen. Gleichzeitig nähern wir uns der „Wilden Kaiserin“, der weiblichen Kraftquelle in uns. Skizzieren das Erlebte und spüren Geborgenheit in der Frauengruppe.

Termin: 2.–6. September 2012

Treffpunkt: Kaiseraufstieg, Gasthaus Basislager, 15 Uhr.

Preis inklusive Führung, Seminar und Vollpension: € 490.–



FRAUEN.BERGE

DAS G'SPÜRIGE FRAUENWOCHENENDE

Intensives Naturerleben, Sport, Spaß und mit allen Sinnen FrauSein stehen im Mittelpunkt dieses Wochenendes. Brigitte Weninger spürt mit den Teilnehmerinnen verborgene Kräfte in der Natur auf und verhilft zu neuen An-, Ein- und Aussichten. Wer Neuland betreten möchte wagt mit einem Bergführer/in erste sichere Schritte im Fels; während sich Ruhebedürftige im „Himmel-Bett“ im Wolkenschauen üben oder in der Ersten Gipfelbibliothek der Welt schmökern.

Termin: 1.–3. Juni 2012

Treffpunkt: Kaiseraufstieg, Gasthaus Basislager, 15 Uhr.

Preis inklusive Führungen und Vollpension: € 225.–



Der Weg der Wilden Kaiserin

Neue Lebens.Wege für Frauen Modul I

Auch kluge und erfolgreiche Frauen können verwirrt an einer Kreuzung ihres Lebens stehen. Sie müssen sich für einen neuen Weg entscheiden – aber welchen? Brigitte Weninger vermittelt in diesem Intensivseminar erprobte Techniken, um allen Lebensbereichen neue Struktur zu verleihen, Ziele und Werte klar zu formulieren, mögliche Hindernisse sichtbar zu machen und spürbare Veränderungen in Gang zu setzen. Genusswanderungen, Achtsamkeits-Übungen und Rituale für den Alltag bringen die Teilnehmerinnen wieder in Kontakt mit ihrer „Inneren Führerin“.

Termin: 5.–8. Juli 2012, 23.–26. August 2012

Treffpunkt: Kaiseraufstieg, Gasthaus Basislager, 15 Uhr.

Preis inklusive Führung, Seminar und Vollpension: € 380.–

Neue Lebens.Wege für Frauen Modul II

Dieses Aufbau-Seminar soll die Erkenntnisse des ersten Moduls festigen und in den einzelnen Lebensbereichen verankern. Von der Frauengruppe gestützt werden die Wilden Kaiserinnen die Umsetzung ihrer Ziele in den Alltag üben, und zugleich Ruhe und Entspannung in der herrlichen Umgebung des Hans-Berger-Haus finden.

Termin: 29. August bis 2. September 2012

Treffpunkt: Kaiseraufstieg, Gasthaus Basislager, 15 Uhr.

Preis inklusive Führung, Seminar und Vollpension: € 490.–

Erdige Küche–Wilde Wege

Ein Koch-/Wander-Workshop

Würzige Bergkräuter, Biofleisch und naturbelassene Lebensmittel aus der Umgebung wurden am Hans-Berger-Haus schon verwendet als es den Begriff „Regional-Küche“ noch gar nicht gab. Auf vielfachen Wunsch gewähren wir nun erstmals Einblick in die „erdige Küche. Mit maximal acht TeilnehmerInnen streifen wir auf wilden Wegen durchs Kaisertal, sammeln Wildkräuter und -gemüse und verarbeiten sie gemeinsam zu traditionellen Gerichten, die auch zuhause leicht nachgekocht werden können. Dazu gibt es Einblicke in uralte Bräuche, ins Räuchern mit heimischen Kräutern und die reiche Tier- und Pflanzenwelt des Wilden Kaisers. Es sind keine botanischen Vorkenntnisse, aber Kondition für 4–5-stündige Wanderungen und Spaß an der Teamarbeit nötig.

Termin: 20.–24. Mai 2012

Treffpunkt: Kaiseraufstieg, Gasthaus Basislager, 15 Uhr.

Preis inklusive Führung, Seminar und Vollpension: € 490.–



WILDER KAISER
HANS-BERGER-HAUS



A-6330 Kufstein/Kaisertal
++43(0)5372/62575
www.bergsteigerschule.at
www.wilde-kaiserin.com



AUSBILDUNGSKURSE FELSKLETTERN

Felsklettern I für Frauen Die professionelle Einstiegswoche ins Felsklettern

Die professionelle Einstiegswoche ins Felsklettern. Aussagen wie: „Ich wollte schon immer mal das Klettern probieren, aaaber...“ haben uns dazu veranlasst, spezielle Klettergrundkurse nur für Frauen anzubieten. In dieser Woche lernen Sie Klettersteigtechnik und Klettern bis zum Schwierigkeitsgrad III. Praktische Anwendung von Knotenlehre, Standplatzbau und Sicherungstechnik bauen alpine Grundkenntnisse auf. Es sind keine alpinen Grundkenntnisse nötig, nur die körperliche Kondition für 6–8 Stunden moderates Wandern und Bewegen in der Natur. Maximal 4 Frauen pro Bergführer/in gewährleisten optimale Betreuung und Sicherheit.

Termine: 15.–21. Juli 2012, 12.–18. August 2012
Treffpunkt: Hans-Berger-Haus, 18 Uhr
Preis inklusive Führungen und Vollpension: € 650.–



Foto: Paul Koller

Felsklettern II für Frauen Ausbildungskurs für Fortgeschrittene

Dieser Kurs ist das beste Rüstzeug für selbständig geführte Frauenseilschaften. Voraussetzung ist das Ausbildungsniveau von Felsklettern I, bzw. der Vorstieg bis Grad III.

Sie lernen, wie man perfekte Standplätze baut, wie der Ablauf einer Seilschaft am Besten funktioniert und wie man sichere Touren plant. Eine Einführung in Rettungstechnik und Alpine Gefahren vermittelt das Lebenswichtige für Notfälle. Maximal 4 Frauen pro Bergführer/in gewährleisten optimale Betreuung und Sicherheit.

Termine: 15.–21. Juli 2012, 12.–18. August 2012
Treffpunkt: Hans-Berger-Haus, 18 Uhr
Preis inklusive Führungen und Vollpension: € 650.–



FÜR FRAUEN UND MÄNNER

Schööön.Langsam Das Zeit.Genuss.Seminar

Viele von uns wünschen sich mehr Raum für die wirklich wichtigen Dinge des Lebens und schaffen es doch nicht, sich auszuklinken – keine Zeit! In diesem Zeit.Genuss-Seminar der Zeit-Millionärin Brigitte Weninger können Sie die Kunst der Langsamkeit wiederentdecken. Bewusste Achtsamkeit, meditatives Wandern und Wahrnehmungs-Impulse öffnen den Zugang zu unserem individuellen Lebenstempo, denn nur sinnlich erfüllte Zeit ist auch sinnerfüllte Zeit. Und vielleicht gelingt es danach, auch im stressreichen Alltag neue Freiräume zu entdecken und das Leben bewusster zu genießen...

Termin: 16.–19. September 2012
Treffpunkt: Kaiseraufstieg, Gasthaus Basislager, 15 Uhr.
Preis inklusive Führung, Seminar und Vollpension: € 380.–

Offene Textwerkstatt Kreatives und lebendiges Schreiben

Artikel, Briefe, Biografien... viele schreiben gerne und suchen oft vergeblich nach Möglichkeiten, ihre Texte pointierter zu gestalten. Wir erproben Textsorten aus verschiedenen literarischen Bereichen und feilen an unserer Ausdrucksfähigkeit. Genuss-Wanderungen mit Wahrnehmungsaufgaben lockern Muskeln und Gedanken und erleichtern fließendes Schreiben. Gesprächsrunden und Praxistipps zum Thema Lesen, Vorlesen, Präsentieren von Texten nützen beim täglichen Umgang mit Schrift und Sprache.

Termin: 19.–23. September 2012
Treffpunkt: Kaiseraufstieg, Gasthaus Basislager, 15 Uhr.
Preis inklusive Führung, Seminar und Vollpension: € 490.–



Foto: Paul Koller, www.abenteuerberg.at



Mitgliedern alpiner Vereine, Wilden Kaiserinnen und Doppel-/Mehrfach-Bucherinnen gewähren wir 10% Ermäßigung. Die Unterbringung bei allen Veranstaltungen erfolgt in neu gestalteten Doppel- und Mehrbett-Zimmern. Vegetarische Verpflegung wird gerne angeboten. Allergikerinnen bitten wir vorab um Menüvorschläge von Köchin zu Köchin. Ein Gepäcktransport ab dem Lagergebäude Kaisertal-Tunnel kann nach Absprache organisiert werden.

ACHTUNG: Für Frauen-Gruppen ab 4 Personen können auch abweichende Termine vereinbart werden. Außerdem freuen wir uns, wenn Sie Ihre Seminare, Klausur-Tage o.ä. bei uns verbringen möchten und sind Ihnen gerne bei der Organisation behilflich! Bitte denken Sie daran, dass Sie unsere Veranstaltungen auch als Gutschein verschenken können.

Vom Kaisertal-Parkplatz in Ebbs-Eichelwang steigen Sie über die berühmte Treppe des Kaisertalaufstiegs und wandern gemütlich auf einem gut ausgebauten, leicht ansteigenden Weg taleinwärts. Märchenhafte Blumenwiesen, lichter Wald, und einladende Berggasthöfe säumen Ihren Weg – von oben grüßen die sagenumwobenen Kaiser-gipfel. Nach 2 bis 2 ½ Stunden erreichen Sie das Hans-Berger-Haus, wo – der Sage nach – die Wilden Kaiserinnen wohnen...



Das Hans-Berger-Haus ist eine Hütte für MENSCHEN, nicht für Leute. Ein Ort für Freigeister und eine Freidenker-Zone.

Der Berg bringt alle auf die gleiche Größe, und der Geist fügt sie zusammen.

Anmeldung und weitere Informationen zum Programm der Bergsteigerschule Wilder Kaiser und zum Hans-Berger-Haus finden Sie unter www.bergsteigerschule.at oder www.wilde-kaiserin.com



**A-6330 Kufstein/Kaisertal
++43(0)5372/62575
www.bergsteigerschule.at
www.wilde-kaiserin.com**