



## **Im Reich der stillen Meister**

### **Hochalpine Wege im Herzen der Öztaler Alpen im Einklang der Elemente**

Pension und Alpenvereinshütten/ Ötztal - Tirol

**08.09. – 14./ 15.09.2018 (7-8 Tage)**

**Seminarpreis: 420,- € Pension und Alpenvereinshütten mit Ü/ HP ca. 380,- €**

*„Berge sind stille Meister, sie schaffen schweigsame Schüler“*

J. W. von Goethe

Die Öztaler Alpen gehören zu den höchsten und ursprünglichsten Gebirgszügen der Ostalpen. Hier ist die Energie der vier Elemente allgegenwärtig.

Das Wasserelement bahnt sich mit Urkraft seinen Weg aus den eisigen Gletscherbecken. Das Feuerelement der Sonne spiegelt sich in der Vitalität unserer Muskeln beim Bergsteigen. Der Wind wird zu unserem Atem und trägt uns sanft aber kraftvoll bis in die Gipfelregionen des Erdelements.

Diese äußeren Kräfte der Elemente auch in uns zu spüren und bewusst mit ihnen in Kontakt zu treten verleiht uns innere Stärke, Ausgeglichenheit und Selbstbewusstsein.

Unsere täglichen Touren folgen symbolhaft dem natürlichen Rhythmus des Lebensmusters. Der Aufbruch ins Neuland, das durchwandern des Unbekannten und der Rückkehr, dem Ankommen.

Unterwegs bieten sich immer wieder einzigartige Rundblicke auf die Berg- und Gletscherwelt. Symbolisch sind wir in unserer eigenen Mitte – im Reich der stillen Meister - angekommen. Der Blick schweift über den Horizont und wir lauschen der Sprache der Berge.



*im Aufstieg „Hinteres Eis“ 3269 m (Bild - Tour 2017)*

### **Vorgesehener Seminarinhalt unserer Woche in den Öztaler Bergen**

Bei dieser Bergwoche handelt es sich um kein Seminar im üblichen Sinn. Unser „Seminarraum“ ist die Natur. Das Bergwandern kann zu unserer Meditation – dem äußeren Weg in unsere innere Mitte werden. Da wir den ganzen Tag auf Tour sind gibt es natürlich genügend Zeit für sich allein zu sein und dennoch die Verbundenheit mit der Gruppe zu spüren.

Für uns als Gruppe könnte das Motto lauten:

„Alle zusammen – jeder für sich - gemeinsam auf dem Weg“.

Tägliche Impulse aus den spirituellen Lehren bilden den inhaltlichen Rahmen und vertiefen unsere Naturerfahrungswoche im Reich der Elemente.



*... ein Stützpunkt auf unserem Weg ... das Ramolhaus 3006 m*

### **Voraussetzungen und wichtige Informationen zu dieser Woche:**

Diese Hochgebirgswanderung von Hütte zu Hütte in den zentralen Öztaler Alpen erfordert eine Kondition und Konstitution, die es Ihnen erlaubt, tägliche Gehzeiten von 4 – 6 Stunden im hochalpinen Wandergelände sicher und **selbstständig** zu bewältigen.

Kletterkenntnisse werden nicht benötigt.

Im Laufe der Woche besteht die Möglichkeit mehrere Gipfel über 3000 Meter Höhe zu erwandern – wie z.B. die 3457m hohe Kreuzspitze – einer der höchsten gletscherfreien Gipfel des Alpenraums.

Für die körperliche Anstrengung entschädigt uns ein einzigartiges Panorama das sonst nur sehr erfahrenen Alpinisten vorbehalten bleibt.

Neben einer gewissen Bereitschaft zum Komfortverzicht (4-5 Nächtigungen auf Alpenvereinshütten im Mehrbettzimmer) ist zudem das persönliche Gepäck von ca. 11 – 13 kg an vier bis sechs Tagen selbst zu tragen.

Da wir uns durchwegs auf einer Höhe zwischen 2500m und über 3000m befinden, können Aufgrund der Witterungsverhältnisse Tourenänderungen jederzeit möglich sein. Die Seminarwoche findet aber in jedem Fall statt - bitte bringen Sie Flexibilität mit.

Wenn Sie Fragen bzgl. ihrer Voraussetzungen haben, lässt sich dies am besten in einem persönlichen Gespräch klären.



*im Aufstieg zur Kreuzspitze – „Steinmännchen“ weisen den Weg (Bild - Tour 2013)*

**Achtung: Aufgrund der umfangreichen organisatorischen Planungen bitte ich um eine rechtzeitige Anmeldung bis Anfang Mai 2018 – vielen Dank!**

**Gruppengröße:** 8 – 10 Teilnehmer

**Sonstige Kosten:**

- persönliche An- Abreise Ötztal/ Tirol
- Bergbahnen und Lift ca. 15 – 25 €
- Getränke und Speisen außerhalb der HP/ Pension
- Getränke und Speisen auf der Wanderung außerhalb der HP/ Alpenvereinshütten

**Mit der Anmeldung erhalten Sie eine detaillierte Ausrüstungsliste und alle weiteren nötigen Informationen.**

*Ich freue mich auf erlebnisreiche Tage in den Öztaler Alpen und stehe für persönliche Rückfragen gerne zur Verfügung.*

[Anmeldeformular \(PDF\)](#) - [Kontakt](#)