

Outdoor-Programm 2012

ERLEBE DIE KRAFT DER NATUR



Powerful Moments



»Vater & Sohn« Back to Nature



Leben in Einfachheit

DIE TRAINER



»WENDE DAS GESICHT DER SONNE ZU,
DANN FALLEN DIE SCHATTEN HINTER DICH«

HANS-PETER BEINGRÖBL,
COACH UND CHANGE-BEGLEITER, LEBENS- UND SZIALBERATER,
OUTDOOR GUIDE FÜR DIE LEITUNG VON GRUPPEN IN DER NATUR (SYSTEMISCHER ANSATZ)



»LIEBEN HEISST DIE ANGST VERLIEREN«

DI DOMINIK BERGER,
UNTERNEHMENSBERATER, TRAINER UND ENERGETISCHER COACH,
INITIATORISCHER MÄNNERARBEITER



»AUF DEM BERG DROBEN FÜHLT
MAN SICH DEM HIMMEL NÄHER.«

MARIO SCHOBER,
SKI- UND BERGFÜHRER

POWERFUL MOMENTS

ABENTEUER IM SCHNEE MIT SPIEL, SPASS UND SPORT

Österreich/Dachstein: 20.–22. Jän |
24.–26. Feb | 23.–25. März | 27.–29. April |
16.–18. Nov | 14.–16. Dez 2012

Auch Erwachsene dürfen im Schnee herumtollen und dabei auch noch Spaß haben...! Ganz unter diesem Motto steht das Abenteuerwochenende im mächtigen Dachsteinmassiv – eines der beeindruckendsten Gebiete der Alpen. Trapper-Feeling kommt auf, wenn Sie mit den Schneeschuhen fernab überfüllter Pisten durch die verschneite Winterlandschaft stapfen. Natur in ihrer reinsten Form. Ausblick auf die Bergwelt und sich selbst. Frischekick für jede einzelne Zelle...

Auf den täglichen Schneeschuhwanderungen lernen Sie richtiges und sicheres Verhalten im winterlich-alpinen Gelände und das Interpretieren von Schneequalitäten und Lawinenberichten. Der gemeinsame Bau des Iglus oder Schneehöhle ist ein besonderes Erlebnis. Spaß und Freude am gemeinsamen Tun. Die Tage in der winterlichen Bergwelt geben Ihnen Sicherheit im Umgang mit der weißen Pracht. Dabei entsteht eine neue Sensibilisierung für die Schönheit und Kraft der Natur. Entdecken Sie die spielerische Seite in Ihnen. Ein neues Gefühl der Unbeschwertheit.



DIE HÜTTE DER GJAIDALM LIEGT AUF 1.700 M UNTERHALB DER GONDELSTATION KRIPPENSTEIN – DIE AUFFAHRT ERFOLGT VON OBERTRAUN AUS. DIE HÜTTE IST DAS BASISLAGER FÜR DIESES WOCHENENDE.

Inhalt:

- 3 Tage Schneeschuhwanderung in einer Höhe von 1.500 m bis 2.200 m
- Austausch der Erfahrungen und des Erlebten
- Schnee- und Lawinenkunde
- Wetterkunde und Geländebeurteilung
- Orientierung mit Kompass und Karte
- Iglu Bau und/oder Schneehöhle

Vorraussetzungen:

Für Anfänger und Fortgeschrittene.
Gesunde körperliche Verfassung vorausgesetzt.

Ausrüstungsliste wird bei Anmeldung übermittelt!

Trainerteam: Hans-Peter Beingröbl & Mario Schober

Inkludierte Leistungen:

- 2 Nächte in der Hütte mit Halbpension
- Seilbahnfahrt Krippenstein
- Programm »Powerful moments«

Kosten: EUR 590,- pro Person

LEBEN IN EINFACHHEIT

RAUS AUS DEM ALLTAG – REIN IN DIE BEGEISTERUNG!

Österreich/Dachstein: 7.–10. Juni & 13.–16. Sept 2012

Erleben Sie die kraftvolle Natur der Dachstein Region (UNESCO Weltnaturerbe) und kehren Sie in diesen vier abenteuerlichen Tagen mit uns zurück zu den Wurzeln des Nomadentums. Losgelöst von so manchen Zwängen bewegen wir uns einfach, selbstverständlich und sicher in den Bergen, leben und kochen im Freien und richten uns einen geschützten Schlaf- und Lagerplatz ein. Bei Impulsen und Reflexionen zur eigenen Lebenssituation und Lebensmustern wird der Blick nach Innen gerichtet.

Diese Tage bieten die Möglichkeit, die wunderschöne Naturlandschaft dieser Region zu erleben und dabei sich selbst wieder ein Stück näher zu kommen. Mit Leichtigkeit und Begeisterung schaffen wir eine Auszeit vom Alltag und richten den Blick auf die eigenen Ressourcen. eben in Einfachheit fördert unsere Kreativität, Intuition und Freude am Sein.



ÖSTERREICH/OBERTRAUN/GJAIDALM.
ATEMBERAUBEND. EINZIGARTIG.
NATUR VON IHRER SCHÖNSTEN SEITE.

Programmschwerpunkte:

- 4 Tage Bergwanderung in einer Höhe von 1.700 m bis 2.500 m
- 3 Nächte im Freien (inklusive Einrichten eines Leben in Einfachheit)
- Land Art-Skulpturen und Gestaltung
- Meditationen & aktive Körperübungen
- Impulse & Reflexionen zur eigenen Lebenssituation
- Austausch von Erfahrungen und Sichtweisen

Trainerteam: Hans-Peter Beingröbl & DI Dominik Berger

Hinweis: die Programmschwerpunkte sind von der Witterung abhängig. Gesunde körperliche Verfassung vorausgesetzt.

Inkludierte Leistungen:

- 3 Nächte wie beschrieben
- Seilbahn Klippenstein
- Verpflegung (Frühstück und Abendessen)
- Programm "Leben in Einfachheit"

Kosten: EUR 540,-



»VATER & SOHN« BACK TO NATURE

STARKES TEAM – STARKE EINDRÜCKE



Österreich/Dachstein: 13.-15. Juli & 24.-26. Aug 2012

Dieses Outdoor-Programm gibt Vater und Sohn die Möglichkeit, im gemeinsamen Tun und Erleben die Beziehung zu stärken, Verhaltensmuster respektvoll zu hinterfragen und vor allem Freude am Miteinander zu haben. Den ganz besonderen Wert dieser »Freundschaft« erkennen und schätzen lernen. Die wundervolle Natur tut das ihrige dazu...

An diesem Wochenende für »echte Kerle« erkunden wir gemeinsam die abenteuerliche Bergwelt des Dachsteinmassivs – eine der beeindruckendsten Regionen der Alpen. Bei den täglichen Aktivitäten in der Natur lassen wir unter anderem den Komfort der Hütte hinter uns, ziehen los wie einst die Trapper, kochen, essen und schlafen draußen im Freien.

Im Team erlernen wir spielerisch grundsätzliche und technische Kompetenzen für das aufregende Outdoorleben. Ganz eins mit der Natur. Diese harmonische Einheit beeinflusst jede einzelne Beziehung. Und die schönen Erinnerungen an das gemeinsam Erlebte lassen das Band der lebenslangen Verbundenheit stark, aber geschmeidig und vor allem besonders werden.

BEI DER GEMEINSAMEN AUFFAHRT MIT DER KRIPPENSTEINBAHN ZUR GJAIDALM IM DACHSTEINGEBIET WIRD BEREITS DIE FASZINATION DIESES GEBIETES KLAR.



Inhalt:

- 2 Bergwanderungen in einer Höhe von 1.500 m bis 2.400 m
- Land Art-Skulpturen und Gestaltung
- 1 Nacht in der Hütte (Lagerschlafplätze)
- 1 Nacht im Freien (inkl. kochen im Freien, Schlafstelle einrichten)
- Orientierung (Kompass und Karte)
- Spaß & Spiele

Trainerteam: Hans-Peter Beingröbl & DI Dominik Berger

Inkludierte Leistungen:

- 2 Nächte wie beschrieben
- Seilbahnfahrt Krippenstein
- Frühstück und Abendessen
- Programm »Vater & Sohn back to nature«

Kosten: EUR 540,- pro Vater/Sohn Paar (Söhne ab 12 Jahren)

ANMELDUNG

**Indigourlaub – Besondere Reisen
für besondere Menschen**

Postfach 57, A - 4046 Linz
Tel.: + 43 (0) 676 3 17 12 71
office@indigourlaub.com
www.indigourlaub.com

KONTAKT TRAINER

Hans-Peter Beingröbl
+43 664 161 93 14
contact@pushkar.at
www.pushkar.at

DI Dominik Berger
+43 676 579 2234
dominik.berger@2-be-1.com
www.2-be-1.com

Mario Schober
M: +43 664 67626194
info@mario-schober.at
www.marioschober.com

PARTNER

