

# Die innere Dimension des Bergsteigens

Multivisionsvortrag von

Gerlinde Kaltenbrunner

Gerlinde Kaltenbrunner hat als erste Frau der Welt, alle Gipfel der 14 8000er, ohne Zuhilfenahme von zusätzlichem Sauerstoff und ohne Hochträgerunterstützung erreicht.

Im aktuellen Vortrag wird sie Ihnen anhand von verschiedenen Ausschnitten ihrer Expeditionen, ihre Herangehensweise zur inneren Dimension des Bergsteigens weitergeben.

Sie berichtet über ihre körperliche und mentale Vorbereitung, über die ausdauernde Begeisterung, aber auch den Umgang mit Rückschlägen und das Überwinden von äußerst schwierigen Situationen. Wichtige Elemente sind für Gerlinde Kaltenbrunner dazu die Meditation, das innere Bauchgefühl, genauso wie die Ernährung und die tiefe Verbindung zum Berg und zur Natur.

In Teil zwei des Vortrages nimmt Sie Gerlinde mit zur Besteigung des K2, des Schwierigsten aller 8000er. Auf der chinesischen Seite des Berges gelang ihr 2011 in einem internationalen Team im siebten Anlauf der Gipfel über den sehr anspruchsvollen und wenig begangenen Nordpfeiler.

Es erwartet Sie ein inspirierender Vortrag mit sehr persönlichen Eindrücken, untermalt mit spannenden Bildern und Videosequenzen aus der Bergwelt.

## Biografie

Gerlinde Kaltenbrunner

Gerlinde Kaltenbrunner, Profibergsteigerin aus Passion, ist wann immer es die Zeit zulässt beim Sportklettern, unterwegs in den Alpen oder beim Expeditionsbergsteigen.

Zunächst diplomierte Krankenschwester, entschied sie sich, nach einer Zwischenstation im Sportbekleidungsvertrieb, zur unsicheren Karriere als Berufsbergsteigerin.

Heute vermerkt sie alle vierzehn bestiegene Achttausender Hauptgipfel. Mit der Besteigung des K2, des mit 8611 Metern zweithöchsten Berges der Erde, ist sie die erste Frau, die sämtliche Achttausendergipfel ohne Zuhilfenahme von Flaschensauerstoff und ohne Unterstützung von Hochträgern erreicht hat.

Ihre Passion gilt jedoch nicht allein den hohen Bergen. Auch die Zusammenarbeit mit Menschen bewegt, berührt und beflügelt sie sehr. Innere Begeisterung, Hingabe, Dankbarkeit, ein achtsamer, respekt- und liebevoller Umgang mit der Natur und allen Wesen, sind die Grundpfeiler ihres Lebens. In Vorträgen und Seminaren gibt sie ihre Erfahrungen, Erlebnisse und Erkenntnisse weiter. So inspiriert sie seit vielen Jahren unzählige Menschen, aus verschiedensten Kulturen, Religionen und allen sozialen Schichten.

---

Kontaktadresse Nicola Roth | persönliche Assistentin  
Brombachweg 24 a | D-77815 Bühl | Tel.: 0049-(0)7223-911786  
nicola.roth@gerlinde-kaltenbrunner.at | www.gerlinde-kaltenbrunner.at

