

Seniorenport

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Akzent : Magazin für Kultur und Gesellschaft**

Band (Jahr): - **(1990-1991)**

Heft 3

PDF erstellt am: **22.07.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Seniorenport



alter+sport

Unfallversicherung

Alle Teilnehmer (ab 55. Altersjahr) unserer Seniorensportgruppen sind während der Kursstunden sowie auf dem direkten Hin- und Rückweg durch die Pro Senectute gegen nichtgedeckte Unfallkosten kollektiv versichert. *Es handelt sich dabei um eine Zusatzversicherung zu Ihrer privaten Unfallversicherung.*

Zeitlich begrenzte Sportangebote

Mitte Oktober beginnen wieder die folgenden, beliebten Sportkurse:

- **Bewegung und Ausdruckstanz**

Mittwoch, 24. Okt.–12. Dez.
9.30–10.30 Uhr / Fr. 40.–

Hagenthalerstrasse 49

Jedermann / jede Frau kann mitmachen. Ziel ist nicht sportliche Höchstleistung sondern Freude am Spiel und an kreativer Bewegung.

- **Atmung und Entspannung**

Di, 16. Okt.–18. Dez. / Fortgeschr.
Do, 18. Okt.–20. Dez. / Anfänger
Di 10.00 Uhr, Do 9.00 Uhr / Fr. 100.–

Blotzheimerstrasse 28

Mit einer verbesserten, bewussten Atemführung versuchen wir Erkältungen vorzubeugen und mit der Entspannung aus der Hektik im Alltag zur Ruhe zu kommen.

- **Gymnastik und Tanz**

Freitag, 19. Okt.–21. Dez.
8.30 Uhr oder 9.30 Uhr / Fr. 50.–

Bruderholzstrasse 104

Auf moderne Musik werden Elemente aus der Jazzgymnastik geübt. Damit versuchen wir, eine gute Grundspannung, Haltung und Beweglichkeit zu erreichen.

- **Selbstverteidigungskurs / NEU**

Mittwoch, 24. Okt.–21. Dez.
10.00–11.15 Uhr / Fr. 35.–

Mülhauserstrasse 17

Lesen Sie dazu auch Seite 21

- **Volkstanzen für Anfänger**

Beginn Ende Oktober*

- **Schwimmkurse**

Beginn Ende Oktober*

* Die genauen Daten standen bei Redaktionsschluss noch nicht fest. Beachten Sie ab September die Ausschreibungen im «Schwarze Brätt» des Baslerstabs.

Nähere Auskünfte über alle Kurse erhalten Sie am Luftgässlein 1 oder Telefon 23 30 71.

Altersturnen

In verschiedenen Lokalen und Gymnastikräumen von Basel, Riehen und Bettingen.

Kursbeitrag

Fr. 3.–

Anmeldung

In der Kursstunde

Gruppeneinteilung

M = Männer, übrige Gruppen gemischt oder Frauengruppen

Grossbasel

Allerheiligen Pfarreiheim

Laupenring 40
Dienstag 14 Uhr

St. Anton Pfarreiheim

Kannenfeldstrasse 35
Montag 14 Uhr, 15 Uhr
Dienstag 14.30 Uhr

Davidsbodenstrasse 9 Alterssiedlung

Dienstag 9 Uhr

Don Bosco Pfarreiheim

Waldenburgerstrasse 32
Dienstag 14.45 Uhr, Donnerstag 15 Uhr

Eglise française

Holbeinplatz 7
Dienstag 14.30 Uhr, Freitag 9 Uhr

Groupe de langue française

Lundi 9.15 h M, Vendredi 14.30 h

Engelgasse Alterssiedlung

Kapellenstrasse 10
Donnerstag 9 Uhr, 10 Uhr

Gellertkirche

Christoph-Merian-Platz 5
Dienstag 9.30 Uhr

Gundeldingerhof Alterssiedlung

Bruderholzweg 3
Mittwoch 9 Uhr

St. Johannes Gemeindehaus

Am Krayenrain 24
Dienstag 14.30 Uhr

St. Leonhard Alterssiedlung

Schweizergasse 23
Freitag 14.30 Uhr

Lukaskirche

Winkelriedplatz 6
Donnerstag 9 Uhr, 10 Uhr

Migros-Klubschule / Gundelitor

Jurastrasse 4
Freitag 16 Uhr, 17 Uhr

Oekolampad Gemeindehaus

Allschwilerplatz 22
Dienstag 9.30 Uhr M, 14.30 Uhr, 16 Uhr

Petersgemeinde

Klingelbergstrasse 57
Montag 14.45 Uhr

Pilatusstrasse 44 Alterssiedlung

Dienstag 9 Uhr, 10 Uhr
Donnerstag 9 Uhr, 10 Uhr M

Providentiasaal Heiligeist

Laufenstrasse 46
Mittwoch 14 Uhr, 15 Uhr
Freitag 14.30 Uhr M

Rhympark Saalbau

Mülhauserstrasse 17
Dienstag 8.30 Uhr, 9.30 Uhr
Donnerstag 8.30 Uhr, 9.30 Uhr

Saal am Dych

Redingstrasse / Gellertstrasse 151
Dienstag 9.45 Uhr

Stephanus Gemeindehaus

Furkastrasse 12
Dienstag 13.45 Uhr, 15 Uhr

Thomaskirche

Hegenheimerstrasse 227
Donnerstag 15 Uhr

Tituskirche

Im Tiefen Boden 75
Dienstag 10 Uhr, Mittwoch 9.30 Uhr

Weiherweg Alterszentrum

Rudolfstrasse 43
Montag 8 Uhr, 9 Uhr

Wibrandishaus Alterssiedlung

Allschwilerplatz 9
Donnerstag 8.45 Uhr, 9.50 Uhr

Wilhelm-Klein-Strasse 19 Alterssiedlung

Donnerstag 14 Uhr, 15.15 Uhr

Zum Wasserturm

Betagtenzentrum und Pflegeheim
Giornicostrasse 144
Donnerstag 9.30 Uhr

Zwinglihaus

Gundeldingerstrasse 370
Donnerstag 8.30 Uhr, 9.30 Uhr
Freitag 15 Uhr

Kleinbasel

St. Clara Pfarrei

Lindenberg 12
Dienstag 8.45 Uhr, 10 Uhr

Claraspital-Turnhalle

Kleinriehenstrasse 79
Montag 15.45 Uhr

Kleinhüningen Gemeindehaus

Wiesendamm 30
Montag 14 Uhr
Dienstag 14 Uhr, 15.30 Uhr

St. Markus Gemeindehaus

Kleinriehenstrasse 71
Donnerstag 9.30 Uhr

St. Matthäus Gemeindehaus

Klybeckstrasse 95
Montag 9.30 Uhr, 14.30 Uhr, 15.30 Uhr
Dienstag 9.30 Uhr M

Rankhof Alterssiedlung

Rankhof 10
Freitag 9.30 Uhr

Sperrstrasse 100

Donnerstag 14.30 Uhr

St. Theodor Gemeindehaus

Claragraben 43
Donnerstag 9 Uhr, 14.15 Uhr

Riehen/Bettingen

Andreashaus

Keltenweg 41
Montag 9 Uhr, 10 Uhr M

Diakonissen-Schwesternhaus

Schützengasse 66
Mittwoch 10 Uhr

St. Franziskus Pfarreiheim

Äussere Baselstrasse 170
Mittwoch 9 Uhr

Kornfeldkirche

Kornfeldstrasse 51
Dienstag 15 Uhr

Bettingen Schulhaus

Mittwoch 15 Uhr

Seniorenturnen

Für rüstige und sportlich geübte Senioren in Turnhallen und Gymnastikräumen.

Kursbeitrag

Fr. 3.-

Anmeldung

In der Kursstunde

Grossbasel

Christoph Merian-Schulhaus

Emanuel Büchel-Strasse 45
Montag 16.30 Uhr (Frauengruppe)

Gotthelfschulhaus

Turnhalle am Bahndamm
St. Galler-Ring 130
Donnerstag 17 Uhr (Männergruppe)

Missionshaus-Turnhalle

Nonnenweg 34
Mittwoch 14.30 Uhr (gemischte Gruppe)

Neubadschulhaus

Marschalkenstrasse 120
Turnhalle Ost
Montag 16.40 Uhr (gemischte Gruppe)
Turnhalle West
Donnerstag 16.30 Uhr (gemischte Gruppe)

Kleinbasel/Riehen

Claraspital-Turnhalle

Kleinriehenstrasse 79
Donnerstag 9 Uhr (gemischte Gruppe)
Skiturnen Montag 9 Uhr, 10 Uhr
(gemischte Gruppe)

Diakonissen-Schwesternhaus

Riehen, Turnsaal, Schützengasse 66
Mittwoch 14 Uhr (gemischte Gruppe)

Schwimmen Sie dem Schmerz davon.

33°C.

Hallenschwimmbad Bethesda

Tel. 42 40 12 Gellertstrasse 144

Schwimmen

In geheizten Schwimmbecken von 28 bis 31°C. Gruppen für Nichtschwimmer, für Schwimmer, die ihre Schwimmkenntnisse verbessern möchten, für Senioren, die gerne frei schwimmen, und für sportliche Schwimmer.

Kursbeitrag

Einzeltritt Fr. 5.- (10er-Abonnement Fr. 40.-/20er-Abonnement Fr. 70.-).

Im Kantonsspital, Bethesdaspital und im Dominikushaus sind die Abonnements nicht gültig, spezielle Eintrittspreise.

Anmeldung

In der Kursstunde.

Grossbasel

Bethesdaspital

Gellertstrasse 144
Wassertemperatur 33°C
Beitrag Fr. 6.- pro Mal

Dienstag

10.00-10.30 Wassergymnastik, freies Schwimmen

«Dalbehof», Kapellenstrasse 17

Montag

09.30-11.00 Wassergymnastik und Schwimmen

Dienstag

09.00-09.45 Wassergymnastik und Schwimmen
09.45-10.30

Donnerstag

14.30-15.30 Nichtschwimmer und Schwimmer

Kantonsspital

Eingang Hebelstrasse 20 (Richtung Spitalgarten, Treppe ins Untergeschoss)
Beitrag: Fr. 4.50 pro Mal

Mittwoch

09.00-10.00 Nichtschwimmer und Schwimmer
10.00-11.00 Freies Schwimmen
14.00-14.45 Nichtschwimmer
14.45-15.30 Freies Schwimmen

Sesselacker

Spiegelbergstrasse 35

Donnerstag

15.00-15.45 Wassergymnastik und Schwimmen

Vincentianum

Socinstrasse 42

Freitag

09.00-11.00 Freies Schwimmen

Weierweg Alterszentrum

Rudolfstrasse 43

Montag

09.30-10.15 Nichtschwimmer
10.15-11.00 Freies Schwimmen
14.00-15.30 Freies Schwimmen
15.30-16.15 Schwimmer
16.15-17.00 Nichtschwimmer

Dienstag

08.30-09.15 Wassergymnastik und Schwimmen
09.15-10.00
14.00-15.30 Freies Schwimmen

Senioren-sport

Mittwoch

14.30-15.15 Nichtschwimmer
15.15-16.00 Freies Schwimmen

Kleinbasel

Bläsischulhaus

Eingang Müllheimerstrasse

Dienstag

16.30-17.15 Methodikkurs für Schwimmer

Mittwoch

16.10-18.10 Freies Schwimmen (Wassertiefe 2 m)

Riehen

Dominikushaus

Albert Oeri-Strasse 7
Beitrag: Fr. 6.- pro Mal

Mittwoch

09.00-10.00 Wassergymnastik

Wasserstelzenschulhaus

Wasserstelzenweg

Mittwoch

16.15-16.45 Nichtschwimmer
17.00-17.45 Freies Schwimmen

Kurz-zentrum Rheinfelden

Wassergymnastik und freies Schwimmen

Spezielle Wassergymnastik im 33°C warmen Natursole-Heilbad unter der Leitung erfahrener TherapeutInnen. Auch freies Schwimmen möglich.

Nächste Kur

2. Oktober - 11. Dezember

Abfahrtszeiten

mit Achermann-Car

Dienstag

08.35 Mustermesse vis-à-vis
Taxistand Riehenring
08.45 Gartenstrasse
(beim Bankverein)

Kosten

Eintritt Fr. 8.30 + Car Fr. 8.70 pro Mal
Einmaliger Organisationsbeitrag pro Kur Fr. 3.-

Miniten-nis

Das attraktive Rückschlagspiel erfreut sich grosser Beliebtheit. Miniten-nis ist ein tennisähnliches Spiel. Wir spielen Doppel mit leichten Schlägern und Softbällen aus Schaumgummi. Keine Vorkenntnisse nötig. Kommen Sie und spielen Sie mit!

Zeit Jeden Mittwoch
9.00-10.30 Uhr

Ort Saalbau Rhyark*
Mülhauserstrasse 17

Kosten Fr. 3.-/Mal

Anmeldung am Kursort

*noch bis 26. September 1990 auf den Sportanlagen St. Jakob (Auskunft über Telefon 23 30 71, Pro Senectute)

Senioren-sport

Tennis

Im Sommer auf Aussenplätzen, im Winter und bei schlechtem Wetter in der Halle. Gespielt wird in der Regel im Doppel, da diese Spielform für Senioren günstig ist.

Zeit	Montag bis Freitag vormittags
Spielort	Tenniszentrum Bächliacker, Frenkendorf
Kosten	Saisonabonnement: Winter ca. 180.- (Oktober-April) Sommer ca. 135.- (April-September)

Anmeldung Tel. 23 30 71, 8-11.30 Uhr

Anfänger-Gruppenunterricht bei dipl. Tennislehrer möglich (mind. 4 Spieler).

Vita Parcours

Ab Ende April bis Ende Oktober einmal wöchentlich, bei jeder Witterung, im Allschwilerwald. Das Übungsprogramm ist speziell auf die Senioren abgestimmt.

Zeit	Jeden Donnerstag 9.15 - ca. 10.30 Uhr
Treffpunkt	9 Uhr beim Garderobengebäude auf dem Parkplatz beim Allschwilerweiher (Endstation 8er-Tram, ca. 5 Minuten zu Fuss in Richtung Schiessstand).
Leitung	Rita Jaus, Tel. 302 10 78
Kosten	Fr. 2.-
Anmeldung	beim Treffpunkt
Kleidung	Bequeme Schuhe und Kleidung, Regenschutz bei schlechter Witterung. Es steht ein abschliessbarer Garderobenraum zur Verfügung.

Lauftrüff

Laufen (Jogging) in den Langen Erlen, bei jedem Wetter, mit erfahrenen Leitern.

Zeit	Dienstag und Freitag 9.30-10.30 Uhr
Treffpunkt	Schorenweg 117 Ökonomiegebäude beim Sportplatz Schorenmatte (Bus 36A bis Schorenweg).
Umkleiden	Beim Ausgangspunkt steht eine abschliessbare Garderobe mit Duschen zur Verfügung.
Kosten	Fr. 2.-
Anmeldung	beim Treffpunkt
Kleidung	Gute Jogging-Schuhe, bequeme Kleidung (z.B. Trainingsanzug), Regenschutz bei schlechter Witterung.

Volkstanzen

Wir lernen Tänze aus verschiedenen Ländern. Musik, Rhythmus und Bewegung bringen Fröhlichkeit und Entspannung in jede Tanzstunde.

Kursbeitrag
Fr. 3.-

Anmeldung
In der Kursstunde.

Grossbasel

Gellertkirche
Christoph-Merian-Platz 5
Donnerstag 15 Uhr

Oekolampad Gemeindehaus
Allschwilerplatz 22
Montag 14.45 Uhr

Stephanus Kirchgemeindehaus
Furkastrasse 12
Freitag, 14.30 Uhr, 15.30 Uhr

**Zum Wasserturm
Betagtenzentrum und Pflegeheim**
Giornicostrasse 144
Montag 9.30 Uhr

Zwinglihaus
Gundeldingerstrasse 370
Freitag 9.30 Uhr

Kleinbasel
Rankhof Alterssiedlung
Rankhof 10, Gruppenraum
Freitag 15 Uhr

Kleinhüningen Gemeindehaus
Wiesendamm 30
Donnerstag 9.30 Uhr

Riehen
Freizeitanlage Landauer
Blutrainweg 12
Montag: 1. Gruppe 14.30 Uhr,
2. Gruppe 16.15 Uhr

Haus zum Wendelin
Inzlingerstrasse 50
Freitag 9.30 Uhr

Kegeln

Regelmässig Kegeln in gemütlicher Gesellschaft.

1. Gruppe
Jeden Donnerstag, 14.30-17.30 Uhr
Restaurant Marmite, Klybeckstrasse 15
Leitung: Paul Häring

2. Gruppe
Vierzehntägig Donnerstag,
14.30-17.30 Uhr
Landgasthof Riehen
Leitung: Marcel Senn

Kosten: Fr. 5.- pro Nachmittag.
Beide Gruppen sind zurzeit besetzt.

Tischtennis

Jeden Freitag Tischtennis für rüstige Senioren im Lukas-Saal in der Schmiedezunft, Rümelinplatz 4.

1. Gruppe 9-11 Uhr
2. Gruppe 14.30-16.30 Uhr
Beide Gruppen sind zurzeit besetzt.

Eislaufen

Der Frauenturnverband Basel-Stadt führt für jüngere Seniorinnen/Senioren (keine Anfänger/innen) einen Eislaufkurs durch.

Datum	17. Okt.-28. Nov. 1990 (6x, ohne 24. 10. 1990)
Zeit	10.00-10.45 Uhr
Ort	Kunsteisbahn Margarethenpark (reserviertes Eisfeld)
Kosten	Fr. 30.- und Eintritt
Auskunft	Frau Rita Waech Telefon 281 33 94

Skisport

Langlauf/Skiwandern
Dezember bis März jeden Donnerstag bei guten Schneeverhältnissen in Basels näherer Umgebung, im Jura oder Schwarzwald.
Anmeldung und **Auskunft:**
Margrit Burgener, Telefon 49 19 54

Alpinski fahren
Januar bis März jeden Dienstag bei guten Schneeverhältnissen.
Anmeldung und **Auskunft:**
Marcel Senn, Telefon 49 61 59

Skiturnen
Als zusätzliches Training einmal wöchentlich Skiturnen in der Claraspital-Turnhalle (Kleinriehenstrasse 79).
Montag 9.00 und 10.00 Uhr

Geschenkgutschein	
<small>PRO SENECTUTE Ambulante Dienste Luftgässlein 1 Basel, 23 30 71</small>	
von _____	
Wert Fr. _____	
für _____	
zugunsten von _____	
Basel, den _____	Unterschrift: _____

Wie wär's mit einem Geschenkgutschein von Pro Senectute Basel für Ihre älteren Freunde, Verwandten und Bekannten?

Den Wert des Gutscheins können Sie selbst bestimmen, je nach Art des auszuführenden Dienstes.

Wir reinigen die Wohnung, helfen beim Transport von Möbeln, bringen die Mahlzeiten direkt ins Haus, waschen und flicken die Wäsche, machen die Frisur wieder frisch und vieles mehr.

Sie sehen, eine vielfältige Palette von Geschenk-Möglichkeiten. Lassen Sie sich von uns beraten und holen Sie sich einen oder mehrere Bons bei uns im Luftgässlein 1, im 1. Stock.

Velofahren

Die Velotouren werden begleitet von erfahrenen Tourenleitern des Schweizerischen Rad- und Motorfahrer-Bundes (SRB) und der Pro Senectute. Sie finden bei jeder Witterung statt.

Organisationsbeitrag

Fr. 2.-

Anmeldung

Beim Treffpunkt. Verantwortlicher für die Velotouren: Fritz Landerer, Sommergasse 47, 4056 Basel, Telefon 43 71 54.

Mitnehmen

Veloausweis, Regenschutz, Pass oder Identitätskarte für eventuellen Grenzübertritt.

Ausrüstung des Velos

Festmontierte Scheinwerfer und Rückstrahler, gute und intakte Bremsen sowie gut gepumpte Reifen sind unerlässlich.

3. Sept. Montag
13.30 Uhr Hegenheimerstrasse / Alter Zoll. Häisingen – Bartenheim – **Kembs** – Rosenau – Neudorf – Hünigen (Sandoz) (35 km).
Tourenleiter: Walter Oes

13. Sept. Donnerstag, ganztags
9.00 Uhr Schorenweg 117 (beim Sportplatz Schorenmatte). Der Wiese entlang nach Steinen (*Znüni*). In einer Schlaufe über Schlächtenhaus – Weitenau – wieder nach **Steinen**: Rest. Löwen (*Mittagessen*). Der Wiese entlang zurück zu den Langen Erlen (50 km).
Tourenleiter: Willy Garzetta

24. Sept. Montag
13.30 Uhr Schorenweg 117 (beim Sportplatz Schorenmatte). Weil – Haltingen – Binzen – Schallbach – **Fischingen**: Rest. Tanne – Lange Erlen (30 km).
Tourenleiter: Waldemar Rüber

4. Okt. Donnerstag
13.30 Uhr Hüniger Zoll (Sandoz). Märkt – Egringen – **Rest. Baselblick** – Eimeldingen – Friedlingen – Kleinhüningen (32 km).
Tourenleiter: Walter Oes

15. Okt. Montag
13.30 Uhr Schorenweg 117 (beim Sportplatz Schorenmatte). Lange Erlen – Tumringen – Lücke – **Ötlingen**: Gasthaus Dreiländerblick – Haltingen – Weil – Lange Erlen (22 km).
Tourenleiter: Fritz Landerer

25. Okt. Donnerstag
13.30 Uhr Dorenbacher Binnigen. Fahrt nach **Dornach** ins Rest. Ochsen. Rückweg über Münchenstein (25 km).
Tourenleiter: Walter Oes

Wandern

Wanderungen in der näheren Umgebung von Basel. Dauer der Wanderungen 1–5 Stunden. Durchführung bei jedem Wetter (evtl. Änderung der vorgesehenen Route).

Organisationsbeitrag

Fr. 2.50 im U-Abo-Bereich, Fr. 3.- ausserhalb der Regio.

Anmeldung

beim Treffpunkt.

Mitnehmen

Gute Schuhe und Regenschutz, Tram- und Bahnabonnements (Umweltschutz-, Halbp reisabonnements), Pass oder Identitätskarte für eventuellen Grenzübertritt.

Dienstaggruppe 1

1½–2½ Stunden

Wanderleiterinnen

Lies Keller Tel. 312 70 10
Rita Müry Tel. 311 41 56

10. Sept. Montag
10.00 Uhr **Sternwanderung auf den Bienenberg.** Abmarsch Pratteln, Endstation 14er-Tram (spätestens 9.32 Uhr ab Aeschenplatz). Wanderung **um den Adler** zum Bienenberg (ca. 2 Stunden).

25. Sept. Schalterhalle Badischer
10.30 Uhr **Bahnhof.** 10.48 Uhr Abfahrt nach Säckingen, mit Bus bis **Rickenbach.** Wanderung über Strick – Hornbergbecken – Ödlandkapelle nach **Herri-schried.** Picknick, DM und Pass mitnehmen.

9. Okt. Tramhaltestelle Theater
11.20 Uhr Abfahrt 11.30 Uhr mit dem 10er nach Flüh, mit Postauto auf die Challhöhe. Wanderung nach **Blauen.**

23. Okt. Bahnhof SBB
12.30 Uhr Abfahrt 12.40 Uhr nach Grellingen, mit Postauto bis Seetalhöhe. Wanderung unter der **Falkenfluh** nach **Aesch.**

6. Nov. Bahnhof SBB
12.40 Uhr Abfahrt 12.52 Uhr nach Sissach, mit Bus auf die Wintersingerhöhe. Wanderung nach **Hersberg.**

20. Nov. Badischer Bahnhof, Schalterhalle. Abfahrt 12.50 Uhr nach Steinen (*Kollektiv-billett*). Wanderung auf dem Wiesentalweg nach **Schopfheim.** Pass und DM mitnehmen.

4. Dez. Neuweilerstrasse (Endstation 8er-Tram). Wanderung durch den Allschwilerwald nach **Allschwil.**

18. Dez. Bettingerstrasse (Bushaltestelle). **Adventswanderung** mit anschliessendem Festli.

Senioren-sport

Dienstaggruppe 2

Kurzwanderungen ca. 1½ Stunden

Wanderleiterinnen:

Martha Fischer Tel. 281 23 88
Astrid Moser Tel. 692 94 33

10. Sept. Montag Sternwanderung auf den Bienenberg. Wir schliessen uns einer anderen Wandergruppe an.

18. Sept. Bahnhof SBB, Schalterhalle
12.15 Uhr 12.29 Uhr Abfahrt nach Gelterkinden, mit Bus nach **Anwilerweiher.** Wanderung der Ergolz entlang nach **Oltingen-Wenslingen,** mit Bus zurück nach Gelterkinden.

16. Okt. Allschwil-Dorf (Endstation 6er-Tram). Abwechslungsreiche **Rundwanderung.**

13. Nov. Riehen Grenze
12.30 Uhr (nach dem Zoll) Mit Bus nach **Ober-tüllingen.** Wanderung durch die Rebberge nach **Haltingen.** Pass und DM nicht vergessen.

11. Dez. Aeschenplatz (14er-Tram).
12.45 Uhr Abfahrt nach **Pratteln** (Güterstrasse). Wanderung über Mayenfels nach **Muttenz.**

Mittwochgruppe 1

2½–3 Stunden

Wanderleiterin

Zita Kuhn, Tel. 63 45 66 oder 036 / 53 17 76

10. Sept. Montag Sternwanderung auf den Bienenberg. Dornach (Endstation 10er-Tram – *letztmögliches Tram ab Heuwaage 8.38 Uhr oder ab Aeschenplatz 8.45 Uhr*). 9.16 Uhr Abfahrt nach **Gempfen.** Schöne Wanderung zum Bienenberg hinunter (ca. 2 Stunden).

26. Sept. Schalterhalle SBB
8.00 Uhr 8.15 Uhr Abfahrt nach **Etzgen,** mit dem Postauto fahren wir nach Bührensteig (*Halbtaxbillett Zone 8 und ab Gansingen für alle noch – 70 ½-Tax-Zuschlag*). Wir wandern auf romantischen Waldwegen nach **Sulz (Mittag)** und hinunter nach **Rheinsulz** und per Bahn nach Basel.

17. Okt. Wanderroute noch offen. Rundtelefon abwarten.

31. Okt. Schalterhalle SBB
9.55 Uhr Abfahrt 10.11 Uhr nach Gelterkinden, mit Postauto zur **Salhöhe.** Wanderung zum Bänggerjoch und **Oberhof (Mittag).** Dann weiter nach **Wittnau** oder **Herznach.**

14. Nov. *Schaltherhalle SBB*
9.25 Uhr Abfahrt 9.40 Uhr nach Grellingen, mit Postauto nach **Engi**. Wanderung über Dietel nach **Nunningen (Mittag)**. Dann fahren wir bis Welschenhans und wandern via Eigenhof nach **Himmelried**.

28. Nov. *Schaltherhalle SBB*
10.10 Uhr Abfahrt 10.29 Uhr nach Sissach – **Sommerau**. Wir wandern nach **Rünenberg (Mittag)** und über den Gelterkinderberg nach **Gelterkinden**.

12. Dez. *Schaltherhalle SBB*
10.10 Uhr Abfahrt 10.22 Uhr nach Laufen, mit Postauto nach **Grindel**. Wanderung nach **Bärschwil (Mittag)** und über den Stürmenhof weiter nach **Laufen**.

19. Dez. *Wanderoute nach offen.*
Rundtelefon abwarten.

Mittwochgruppe 2

2–3 Stunden

Wanderleiter / in:

Lilly und Willy Klossner, Tel. 49 00 74

10. Sept. Montag
9.10 Uhr **Sternwanderung auf den Bienenberg.**
Dornach (Endstation 10er-Tram – letztmögliches Tram ab Heuwaage 8.38 Uhr oder ab Aeschenplatz 8.45 Uhr).
Wir schliessen uns der Wandergruppe Zita Kuhn an.

17. Okt. *Schaltherhalle SBB*
13.00 Uhr Abfahrt 13.15 Uhr nach **Effingen**. Wanderung über Oberzeihen nach **Herznach**.

14. Nov. *Schaltherhalle SBB*
12.30 Uhr Abfahrt 12.40 Uhr nach Grellingen / **Seewen**. Wanderung über Gauset-Bärsberg nach **Reigoldswil**.

12. Dez. *Neuweilerstrasse (Endstation 8er-Tram).* **Adventsbummel.** 13.00 Uhr Wanderung nach **Biel-Benken**. Kleine Adventsfeier.

Donnerstaggruppe 1

bis 3 Stunden

Wanderleiterinnen:

Jacqueline Bloch Tel. 23 53 67

Heidi Gunti Tel. 47 03 74

Rita Waech Tel. 281 33 94

10. Sept. Montag
10.00 Uhr **Sternwanderung auf den Bienenberg.**
Abmarsch Pratteln, Endstation 14er-Tram (spätestens 9.32 Uhr ab Aeschenplatz). Wanderung **um den Adler** zum Bienenberg (ca. 2 Stunden). *Wir schliessen uns der Wandergruppe Lies Keller / Rita Müry an.*

27. Sept. *Schaltherhalle SBB*
11.00 Uhr 11.15 Uhr Abfahrt nach Stein-Säckingen – **Schwaderloch**. Wanderung über Etzgen – Rheinsulz und dem Rhein entlang bis **Laufenburg**.

25. Okt. *Aeschenplatz, Reigoldswilerbus (70er).* Abfahrt 11.48 Uhr nach **Reigoldswil**. Wanderung über **Titterten** – Arboldswil – **Ziefen**.

29. Nov. *Tramhaltestelle Theater*
11.50 Uhr Abfahrt 11.59 Uhr mit 10er-Tram nach Flüh – **Hofstetten**. Wanderung über Amselfels – Vordere Chlus nach **Aesch**.

20. Dez. *Schaltherhalle SBB*
13.45 Uhr Leichte «Berg»-Wanderung. *U-Abo mitnehmen.*

Donnerstaggruppe 2

4–5 Stunden

Wanderleiter / in:

Margrit Burgener Tel. 49 19 54

Heini Krähenbühl Tel. 301 58 38

10. Sept. Montag
9.00 Uhr **Sternwanderung auf den Bienenberg.**
Abmarsch MuttENZ-Dorf (14er-Tram). Wanderung zur **Ruine Wartenberg** – Bad Schauenburg – **Bienenberg*** – Hasenbühl Park – **Liestal**. *Bitte Schläppli und Kleingeld mitnehmen.*
Leitung: M. Burgener

20. Sept. *Schaltherhalle SBB*
6.50 Uhr 7.22 Uhr Abfahrt nach Biel und Brüttelen. Wanderung: **Schaltenrain** (Großhügel) – Ruine Hasenburg – Jolimont – **Tüfelsburdi** – Erlach – **St. Petersinsel** mit Schiff nach Biel und SBB nach Basel. *Picknick mitnehmen.*
Leitung: M. Burgener

*Verpflegungsmöglichkeit

27. Sept. *Schaltherhalle Basel*
8.00 Uhr 8.29 Uhr Abfahrt nach Olten. Wanderung: **Säli-schlössli – Engelberg – Zofingen**. *Picknick oder Restaurant-verpflegung.* **Anmeldung bis 25. Sept.** an: Tel. 44 66 40 oder 311 81 91.
Leitung: M. Lüdi und T. Fingerlin

4. Okt. *Schaltherhalle SBB*
7.15 Uhr Abfahrt 7.40 Uhr nach Zwingen – Passwangtunnel. Wanderung: **Vorderer Erzberg** – Scheltenpass – **Güggel* – Matzendorf**. *Picknick oder Restaurant.*
Leitung: M. Burgener

11. Okt. *Schaltherhalle SBB*
8.00 Uhr Abfahrt nach **Schwaderloch**. Wanderung: Egg – Mettau – **Leidikon* – Laufenburg**. *Gelegenheit zum Fisch essen – Picknick möglich.* **Anmeldung wegen Essen bis 9. Oktober** an: M. Lüdi, Tel. 44 66 40 oder T. Fingerlin, Tel. 311 81 91

18. Okt. *Schaltherhalle SBB*
10.00 Uhr Abfahrt nach Laufenburg – **Kaisten**. Wanderung: **Ittenthal*** – Sulzberg – Heuberg – **Kaisten**. *Picknick oder Restaurant.*
Leitung: A. Dill

25. Okt. *Schaltherhalle SBB*
9.20 Uhr Abfahrt 9.40 Uhr nach **Liesberg**. Wanderung: Spitzenbuel – **Bärschwil***, ev. weiter bis Laufen.
Leitung: M. Lüdi

8. Nov. *Schaltherhalle SBB*
8.20 Uhr Abfahrt nach Grellingen – **Nunningen**. Wanderung: Holzberg – **Bretzwil*** – Dietel – **Nunningen**.
Leitung: M. Burgener

15. Nov. *Schaltherhalle SBB*
9.00 Uhr Abfahrt nach Rheinfelden – **Magden**. Wanderung: **Nusshof* – Magden**.
Leitung: M. Lüdi

22. Nov. *Schaltherhalle SBB*
9.00 Uhr Abfahrt 9.22 Uhr nach Laufen, mit Postauto nach **Grindel**. Wanderung über Oberbergli – Fringeli nach **Bärschwil**. *Restaurant oder Rucksack-verpflegung.*
Leitung: H. Krähenbühl

Freitaggruppe 1

1½-2½ Stunden

Wanderleiterin:

Annemarie Zurflüh, Tel. 313 14 22

10. Sept. Montag

09.40 Uhr

Sternwanderung auf den Bienenberg.*Schaltherhalle SBB.*09.52 Uhr Abfahrt nach **Liestal**. Wanderung Weihermätteli - Goldbrunnen - Röseren - Bienenberg (ca. 2 Stunden).**14. Sept.**

12.40 Uhr

Schaltherhalle SBB

12.52 Uhr Abfahrt nach Sissach, mit PTT nach

Tenniken. Wanderung nach Blittenchopf - Burgenrain - **Sissach**.**5. Okt.**

7.50 Uhr

Gartenstrasse

Abfahrt mit Achermann-Car um 8.00 Uhr

ins **Elsass**. Wanderung: **Osenbuhr** - Bois de Pfaffenheim - Notre Dame de Schauenberg - **Gueberschwihl**. *Fahrt und Wanderbeitrag Fr. 15.-, Verpflegung ca. FF 80-100.-. ID-Karte und FF mitnehmen. Anmeldung bis 1. Oktober* an A. Zurflüh, Tel. 313 14 22**22.-****27. Okt.**

Wanderferien in Lugano

mit A. Zurflüh und A. Weber.

2. Nov.

12.40 Uhr

Aeschenplatz (70er-Bus)

Abfahrt 12.48 Uhr nach

Augst. Wanderung: **Giebenach** - Rankhof - Gründen - **Arisdorf**.**7. Dez.**

13.00 Uhr

Heuwaage (10er-Tram)

Abfahrt 13.11 Uhr nach

Flüh. Adventsbummel: **Flüh** - Eggfeld - Bättwil - Witterswil - **Ettingen**.**28. Sept.**

13.00 Uhr

*Schaltherhalle SBB*13.15 Uhr Abfahrt nach Rheinfelden, mit PTT nach **Buus**. Wanderung nach Heimeren - Stockacker - **Bad-Maisprach** - Maisprach.**12. Okt.**

12.35 Uhr

Schaltherhalle SBB

Abfahrt 12.52 Uhr nach Sissach, mit Postauto nach

Tenniken. Wanderung Mülholden - Horn - **Zunzgen** (ca. 15. Min. mehr).**22.-****27. Okt.**

Wanderferien in Lugano

gemeinsam mit A. Zurflüh.

9. Nov.

13.00 Uhr

Schaltherhalle SBB

Abfahrt 13.22 Uhr nach Laufen, mit Postauto nach

Grindel. Wanderung Niederbergli - **Erschwil**.**23. Nov.**

13.15 Uhr

Schaltherhalle SBB

Abfahrt 13.15 Uhr nach Rheinfelden. Wande-

rung Rilust - Saline Riburg - Riburg - **Möhlin-Station**.**14. Dez.**

13.15 Uhr

*Schaltherhalle SBB*Abfahrt 13.29 Uhr nach **Muttenz**. Kurzwanderung mit Weihnachtsfestli - «Kreuz und Quer» durch die Landschaft. **Anmeldung bis 8. Dezember** an: Tel. 61 56 94**28. Dez.**

12.45 Uhr

*Haltestelle Theater (10er-**Tram)* Abfahrt 12.59 Uhr nach **Flüh**. Wanderung nach **Oberwil**.**Sonntaggruppe**

ca. 2½ Stunden

Wanderleiterin:

Martha Zähndler, Tel. 301 48 62

Auf vielseitigen Wunsch führt Frau Zähndler ab und zu noch Wanderungen durch.

Daten und nähere Einzelheiten entnehmen Sie bitte jeweils dem «Schwarzen Brätt» im Baslerstab.

GORE-TEX®

und

Tenson's MPCWander- und
Trekking-Bekleidung

in Basel bei

kostsport
Freie Strasse 51, 4001 Basel Telefon 061 25 22 55**Freitaggruppe 2**

Kurzwanderungen 1-1½ Stunden

Wanderleiterinnen:

Alice Weber Tel. 61 56 94

Esther Müller Tel. 61 46 41

7. Sept.

13.10 Uhr

Schaltherhalle SBB

13.29 Uhr Abfahrt nach

Sissach, nach **Sommerau**. Wir wandern nach **Rünenberg**.**10. Sept. Montag**

9.40 Uhr

Sternwanderung auf den Bienenberg.*Schaltherhalle SBB.*9.52 Uhr Abfahrt nach **Liestal**. Wanderung Weihermätteli - Goldbrunnen - Röseren - Bienenberg (ca. 2 Stunden).