Zeitschrift: Akzent : Magazin für Kultur und Gesellschaft

Herausgeber: Pro Senectute Basel-Stadt

Band: - (1993-1994)

Heft: 1

Rubrik: Seniorensport

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 12.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Zeit	09.30–10.20 Uhr
Ort	Begegnungszentrum Gundeldingen, Werkraum 1 Bruderholzstrasse 104
Leitung	Eva Surbeck
Stufe	Mittelstufe

Dienstag

Zeit	15.00–15.50 Uhr
Ort	Begegnungszentrum Gundeldingen, Kursraum Bruderholzstrasse 104
Leitung	Francine Hanselmann
Stufe	fortgeschritt. Anfänger

Donnerstag

Zeit	08.45–09.35 Uhr
Ort	Begegnungszentrum Gundeldingen, Werkraum 1 Bruderholzstrasse 104
Leitung	Eva Surbeck
Stufe	Mittelstufe

Italienisch

Donnerstag

Zeit	14.00–14.50 Uhr
Ort	Begegnungszentrum Gundeldingen, Kursraum Bruderholzstrasse 104
Leitung	Evelyne Alvarado
Stufe	leichtere Mittelstufe
Zeit	15.00–15.50 Uhr
Ort	Begegnungszentrum Gundeldingen, Kursraum Bruderholzstrasse 104
Leitung	Evelyne Alvarado
Stufe	fortgeschr. AnfängerInnen

Spanisch

Donnerstag

Zeit	10.00–10.50 Uhr
Ort	Seniorentreffpunkt Kaserne Klybeckstrasse 1b
Leitung	Rosa Streuli
Stufe	leichtere Mittelstufe

Spezialangebote

Club de Conversation française
English Conversation Club
Russisch

Interessentinnen und Interessenten können sich melden bei:
Frau M. Häcky/Frau E. Ludwig
Tel. 272 30 71 (Mo–Fr 8.00–11.30 Uhr)

NEU: Lateinkurs

Latein gilt als «tote» Sprache. Wir wissen aber alle aus unserem Alltag, dass man dem Latein immer wieder in irgendeiner Form begegnet.
Warum nicht einmal den Versuch unternehmen, sich mit den (einfachen!) Grundlagen dieser Sprache zum ersten (allenfalls auch zum zweiten) Mal zu beschäftigen?

Kursbeginn	25. März 1993
Kursform	15 x 1½ Lektionen
Zeit	Donnerstag, 10–11.15 Uhr
Ort	Luftgässlein 1, Kurslokal
Leitung	Dr. Manfred Hauser
Stufe	Anfänger oder Wiedereinsteiger

Unfallversicherung

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

Information und Anmeldung für alle Kurse:

Montag – Freitag, 08.00 – 11.30 Uhr

am Luftgässlein 1 oder über Telefon 272 30 71

GUTSCHEIN

für eine Gratis Zahnprothesen-Reinigung (jeweils samstags)

Voranmeldung
Telefon 482 02 33

Seniorensport

alter+sport

Teilnehmerbeiträge

Wenn nichts anderes vermerkt, gelten für unsere Sportangebote folgende Teilnehmerbeiträge (pro Sportart)

- **Quartalsabonnement: Fr. 40.–**
- **Halbjahresabonnement: Fr. 70.–**

Die Abonnements können Sie direkt bei Ihrer Sportleiterin/Ihrem Sportleiter beziehen.

Auskunft:
Pro Senectute, Telefon 272 30 71

Altersturnen

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

Anmeldung
In der Kursstunde
Gruppeneinteilung
M = Männer, übrige Gruppen gemischt oder Frauengruppen

Grossbasel

Allerheiligen Pfarreiheim
Laupenring 40
Dienstag 14.00 Uhr

St. Anton Pfarreiheim
Kannenfeldstrasse 35
Montag 14.00 Uhr, 15.00 Uhr
Dienstag 14.30 Uhr

Don Bosco Pfarreiheim
Waldenburgerstrasse 32
Dienstag 14.45 h, Mittwoch 10.00 h

Eglise française
Holbeinplatz 7
Freitag 09.00 Uhr
Groupe de langue française
Lundi 9.15 h M, Vendredi 14.30 h

Engelgasse Alterssiedlung
Kapellenstrasse 10
Freitag, 14.30 Uhr

Gundeldingerhof Alterssiedlung
Bruderholzweg 3
Mittwoch 09.00 Uhr

St. Johannes Gemeindehaus
Am Krayenrain 24
Dienstag 14.30 Uhr

St. Leonhard Alterssiedlung

Schweizergasse 23
Freitag 14.30 Uhr

Lukaskirche
Winkelriedplatz 6
Donnerstag 09.00 Uhr, 10.00 Uhr

Oekolampad Gemeindehaus
Allschwilerplatz 22
Dienstag 09.30Uhr M, 14.30Uhr

Petersgemeinde
Klingelbergstrasse 57
Montag 14.45 Uhr

Pilatusstrasse 44 Alterssiedlung
Dienstag 09.00 Uhr, 10.00 Uhr
Donnerstag 09.00 Uhr, 10.00 Uhr M

Providentiasaal Heiliggeist
Laufenstrasse 46
Mittwoch 15.00 Uhr

Rhypark Saalbau
Mülhauserstrasse 17
Dienstag 08.30 Uhr, 09.30 Uhr
Donnerstag 08.30 Uhr, 09.30 Uhr

Saal am Dych
Redingstrasse/Gellertstrasse 151
Dienstag 09.30 Uhr

Stephanus Gemeindehaus
Furkastrasse 12
Dienstag 13.45 Uhr, 15.00 Uhr

Thomaskirche
Hegenheimerstrasse 227
Donnerstag 15.00 Uhr

Tituskirche
Im Tiefen Boden 75
Dienstag 10.00 h, Mittwoch 09.30 h

Weiherweg Alterszentrum
Rudolfstrasse 43
Montag 08.00 Uhr, 09.00 Uhr

Wibrandishaus Alterssiedlung
Allschwilerplatz 9
Donnerstag 08.45 Uhr, 09.50 Uhr

Wilhelm-Klein-Strasse 19 Alterssiedlung
Donnerstag 14.30 Uhr

Zum Wasserturm
Betagtenzentrum und Pflegeheim
Giornicostrasse 144
Donnerstag 09.30Uhr

Zwinglihaus
Gundeldingerstrasse 370
Donnerstag 08.30 Uhr, 09.30 Uhr
Freitag 15.00 Uhr

Kleinbasel

St. Clara Pfarrei
Lindenberg 12
Dienstag 08.45 Uhr, 10.00 Uhr

Claraspital-Turnhalle
Kleinriehenstrasse 79
Montag 15.30 Uhr

Glaibasel Altersheim
Sperrstrasse 100
Donnerstag 14.30 Uhr

Kleinhüningen Gemeindehaus
Wiesendamm 30
Montag 14.00 Uhr
Dienstag 14.00 Uhr, 15.30 Uhr

St. Markus Gemeindehaus
Kleinriehenstrasse 71
Donnerstag 09.30 Uhr

St. Matthäus Gemeindehaus
Klybeckstrasse 95
Montag 09.30 Uhr, 15.00 Uhr
Dienstag 09.30 Uhr M

Rankhof Alterssiedlung
Rankhof 10, Saal
Freitag 09.30 Uhr

St. Theodor Gemeindehaus
Claragraben 43
Mittwoch 14.15 Uhr
Donnerstag 09.00 Uhr

Riehen/Bettingen

Andreashaus
Keltenweg 41
Montag 09.00 Uhr, 10.00 Uhr M

Diakonissen-Schwesternhaus
Schützengasse 66
Mittwoch 09.30 Uhr

St. Franziskus Pfarreiheim
Äussere Baselstrasse 170
Mittwoch 09.00 Uhr

Kornfeldkirche
Kornfeldstrasse 51
Dienstag 15.00 Uhr

Bettingen Schulhaus
Mehrzweckraum
Mittwoch 15.15 Uhr

Seniorenturnen

Für rüstige und sportlich geübte Senioren in Turnhallen und Gymnastikräumen.

Anmeldung
In der Kursstunde

Grossbasel

Christoph Merian-Schulhaus
Emanuel Büchel-Strasse 45
Montag 16.30 Uhr (Frauengruppe)

Davidsbodenstrasse 9, Alterssiedlung
Dienstag, 08.45, 10.00 Uhr

Gotthelfschulhaus
Turnhalle am Bahndamm
St. Galler-Ring 130
Donnerstag 16.45 h (Männergruppe)

Missionshaus-Turnhalle
Nonnenweg 34
Mittwoch 14.30h (gemischte Gruppe)

Neubadschulhaus
Marschalkenstrasse 120
Turnhalle Ost
Montag 16.40 h (gemischte Gruppe)
Turnhalle West
Donnerstag 16.30 h (gem. Gruppe)

Providentiasaal Heiliggeist
Mühlhauserstrasse 17
Freitag, 14.30 Uhr (Männergruppe)

Krankenmobilienmagazin der Gesellschaft für das Gute und Gemeinnützige

in der Engel-Apotheke, Basel, Bäumleingasse 4
Telefon 272 70 07, Postcheck 40–234

Wir vermieten und verkaufen viele Hilfsmittel, die das Pflegen erleichtern.
Zudem haben wir gute Ratschläge und Ideen, wie wir Ihr spezielles Problem lösen können.

Dienst für Hauspflege und Betreuung

in Basel und Region.

Wir vermitteln Betreuer/innen und Pfleger/innen für Menschen, die zu Hause gepflegt werden müssen, die den Haushalt nicht mehr selber erledigen können oder einfach jemanden brauchen, der einkauft, kocht, vorliest.

Telefon 061/691 95 35
Leuengasse 6, 4057 Basel

Kleinbasel/Riehen/Bettingen

Claraspital-Turnhalle
Kleinriehenstrasse 79
Donnerstag 09.00 h (gemischte Gruppe)

Diakonissen-Schwesternhaus
Riehen, Turnsaal, Schützengasse 66
Montag 14.00 h (gemischte Gruppe)

Bettingen Schulhaus
Turnhalle
Mittwoch 14.15 h (gemischte Gruppe)

Schwimmen und Wassergymnastik

In geheizten Schwimmbecken, für Schwimmer und Nichtschwimmer*, Lektionen à 45 Minuten. *(*siehe auch spezielle Anfängerschwimmkurse).*

Anmeldung: direkt in der Kursstunde.
Auskunft: Pro Senectute, Tel. 272 30 71

Grossbasel

Dalbehof Kapellenstrasse 17

Montag 09.30 Uhr (besetzt)
10.15 Uhr (besetzt)
Dienstag 09.00 Uhr
Donnerstag 14.00 Uhr (besetzt)

Kantonsspital
Eingang Hebelstrasse 20 (Richtung Spitalgarten, Treppe ins Untergeschoss)

Mittwoch 09.00 Uhr, 09.45 Uhr
14.00 Uhr, 14.45 Uhr

Weiherweg Alterszentrum
Rudolfstrasse 43

Montag 09.30 Uhr, 10.15 Uhr
14.00 Uhr, 14.45 Uhr
15.30 Uhr, 16.15 Uhr
Dienstag 08.30 Uhr (besetzt)
09.15 Uhr (besetzt)
14.00 Uhr
Mittwoch 14.30 Uhr, 15.15 Uhr

Kleinbasel

Bläsischulhaus
Eingang Müllheimerstrasse

Dienstag 16.30 Uhr
Mittwoch 15.30 Uhr*, 16.15 Uhr
*(*Wassertiefe 2 m)*

Waisenhaus
Theodorskirchplatz 7

Dienstag 09.15 Uhr

Riehen

Dominikushaus
Albert Oeri-Strasse 7
Abonnement ungültig
Beitrag: Fr. 7.– pro Mal

Mittwoch 09.00 Uhr

Wasserstelzenschulhaus
Wasserstelzenstrasse

Mittwoch 15.30 Uhr

Kurzentrum Rheinfelden

Spezielle Wassergymnastik
im 33°C warmen Natursole-Heilbad unter der Leitung erfahrener TherapeutInnen. Auch freies Schwimmen möglich. Hin- und Rückfahrt mit Achermann-Car:

Datum Jeden Dienstag
6. April – 15. Juni 1993

Abfahrtszeiten 08.35 Uhr Mustermesse vis-à-vis Taxistand Riehenring
08.45 Uhr Gartenstr. (beim Bankverein-Gebäude)

Kosten pro Mal: Fr. 9.30 Eintritt und Fr. 8.70 Carfahrt
(einmaliger Organisationsbeitrag Fr. 4.– pro Kur)

Anmeldung beim Treffpunkt

Rückenschwimmkurs für Anfänger

In diesem Kurs haben sie die Möglichkeit unter der Leitung erfahrener Schwimmleiterinnen sicher und angstfrei Schwimmen zu lernen. Sie werden die wohltuende Wirkung des Wassers mit noch mehr Freude geniessen können.

Datum Jeden Dienstag
16. März – 18. Mai 1993
(ohne 6. und 13. April)

Zeit 11.00 - 11.45 Uhr

Ort Schwimmbecken des Kantonsspitals
Eingang Hebelstrasse 20

Leitung Frau Yvonne Beeler
Frau Cécile Vecchioli

Kosten Fr. 80.–

Anmeldung Pro Senectute, Tel. 272 30 71

Rücken/Brustschwimmkurs für Fortgeschrittene

In diesem Kurs können sie Ihr Rückenschwimmen verbessern und das stilgerechte Brustschwimmen erlernen.

Datum Jeden Dienstag
16. März – 18. Mai 1993
(ohne 6. und 13. April)

Zeit 10.15 - 11.00 Uhr

Ort Schwimmbecken des Kantonsspitals
Eingang Hebelstrasse 20

Leitung Frau Yvonne Beeler
Frau Cécile Vecchioli

Kosten Fr. 80.–

Anmeldung Pro Senectute, Tel. 272 30 71

Volkstanzen

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

Anmeldung In der Kursstunde

Grossbasel

Alban-Breite Alterszentrum
Zürcherstrasse 143
Freitag, 15.00 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, 09.30 Uhr

Rollstühle, verschiedene Marken und Modelle
Rollstühle, Aktiv-Sport-Rollstühle
Elektro-Rollstühle
Service und Reparaturen
sanitätshaus st. johann
Spitalstr. 40, 4056 Basel
061-322 02 02

Zwinglihaus
Gundeldingerstrasse 370
Freitag, 09.30 Uhr

Kleinbasel

Rankhof Alterssiedlung
Rankhof 10, Saal
Freitag, 15.00 Uhr

Kleinhüningen Gemeindehaus
Wiesendamm 30
Donnerstag, 09.30 Uhr

Riehen

Freizeitanlage Landauer
Bluttrainweg 12
Montag: 14.30 Uhr, 16.15 Uhr

Haus zum Wendelin
Inzlingerstrasse 50
Freitag, 09.30 Uhr

Volkstanz-Schnupperstunden

Tanzen beschwingt und lenkt ab vom Alltag. Es löst «Rostansätze» im körperlichen und seelischen Bereich. Beim Seniorentanz können alle mitmachen, egal ob man allein kommt oder mit einem Partner. Wollen Sie es nicht auch versuchen? Wir laden Sie ein zu einer kostenlosen Schnupperstunde. Kommen Sie, tanzen Sie mit! Wir freuen uns auf Sie.

Datum **Freitag, 12. März 1993**
Zeit 15.00 Uhr
Ort Rankhof Alterssiedlung Rankhof 10
Leitung T. Wegmann

Datum **Freitag, 2. April 1993**
Zeit 09.30 Uhr
Ort Zwinglihaus Gundeldingerstrasse 370
Leitung S. Bolliger, M. Heuss

Datum **Montag, 3. Mai 1993**
Zeit 09.30 Uhr
Ort Zum Wasserturm Betagtenzentrum Giornicostrasse 144
Leitung H. Löbb, E. Schütze

Anmeldung ist nicht erforderlich.

Mitnehmen: Bequeme, flache Schuhe oder Gymnastikschläppli (keine Strassenschuhe)
Auskunft Pro Senectute, Tel. 272 30 71

Kegeln

Wöchentlich, 14.30–17.30 Uhr
Auskunft über Ort und Wochentag bei Paul Häring, Telefon 601 66 26
Anmeldung Pro Senectute, Tel. 272 30 71

Jazz-Gymnastik

In diesem Kurs bewegen Sie sich zu moderner Musik und entfalten Ihre Bewegungsfreiheit. Wir beginnen die Stunde mit Gymnastik und lernen dann Schritte und Schrittkombinationen. Unsere Haltung und unser Rhythmusgefühl werden gefördert.
Kommen Sie und bewegen Sie sich mit!

Datum Jeden Dienstag vom 20. April – 22. Juni 1993
Zeit 14.30 Uhr
Ort Gymnastikraum der Eglise française Holbeinplatz 7
Leitung Franziska Thomke
Kosten Fr. 70.–
Anmeldung Pro Senectute, Tel. 272 30 71

Rückengymnastik

Viele reden von Rückenschmerzen. Reden wir nicht nur davon – tun wir etwas dagegen.
In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie Ihren Rücken im Alltag schonen können. Sanfte Gymnastikübungen für den täglichen Gebrauch helfen Ihnen, Ihren Rücken besser kennenzulernen und Rückenschmerzen vorzubeugen.

Datum Jeden Donnerstag vom 22. April – 24 Juni 1993 (ohne 13. und 20. Mai)
Zeit 9.00–10.00 Uhr
Ort Davidsbodenstrasse 9 Alterssiedlung Gymnastikraum im UG
Leitung Marie-Luise Fink
Kosten Fr. 56.–
Anmeldung Pro Senectute, Tel. 272 30 71

Gymnastik und Tanz

Ein Kurs für bewegungsfreudige Seniorinnen und Senioren, die gerne moderne Musik hören und sich auch gerne dazu bewegen. Im Kurs werden Elemente aus der Jazzgymnastik geübt. Das Kursziel ist, eine gute Beweglichkeit zu erreichen. Kommen sie und tanzen Sie mit!

Datum Jeden Freitag vom 2. April – 4. Juni 1993 *(ohne 9., 16.4. und 21.5.)*
Zeit 08.30 und 09.30 Uhr
Ort Gymnastikraum im Begegnungszentrum Gundeldingen Bruderholzstrasse 104
Leitung Frau Suzy Egli
Kosten Fr. 35.–
Anmeldung Pro Senectute, Tel. 272 30 71

Kreatives Bewegen

In diesem Kurs wollen wir auf vergnügliche Art unsere Beweglichkeit fördern. Wir werden uns mit Gymnastik aufwärmen, Lockerungs- und Entspannungsübungen lösen Verkrampfungen und tragen zu unserem Wohlbefinden bei, Musik regt zum freien Bewegen und Tanzen an.
Jedermann/-frau kann mitmachen. Ziel ist nicht sportliche Höchstleistung sondern Freude am Spiel und an kreativer Bewegung. Kommen Sie und machen Sie mit!

Datum Jeden Mittwoch vom 14. April – 19. Mai 1993
Zeit 14.30 – 15.30 Uhr
Ort Hagentalerstrasse 49 (vis-à-vis Isaac Iselin-Schulhaus)
Leitung Frau Hilda Jauslin
Kosten Fr. 30.–
Anmeldung Pro Senectute, Tel. 272 30 71

Atmung und Entspannung

Erkälten Sie sich leicht? Bereitet Ihnen

Medizinische Kompressionsstrümpfe
verschiedene Fabrikate für Damen und Herren
alle Grössen und Kompr.-Klassen,
Massanfertigungen
sanitätshaus st. johann
Spitalstr. 40, 4056 Basel
061-322 02 02

das Atmen Mühe? Im Kurs «Atmung und Entspannung» versuchen wir unsere Atemtechnik zu verbessern und den Blutkreislauf anzuregen. Spüren Sie selbst, wie eine gute Atmung und ein angeregter Blutkreislauf Ihr Wohlbefinden und Selbstbewusstsein stärken. Kommen Sie und atmen Sie mit!

Datum Jeden Donnerstag vom 22. April–24. Juni 1993 *(ohne 20. Mai)*

Zeit 09.00 Uhr Grundkurs
10.00 Uhr Fortsetzungskurs

Ort Studio für Atem- und Bewegungsschulung Blotzheimerstrasse 28

Leitung Frau Carmen Siegrist

Kosten Fr. 90.–

Anmeldung Pro Senectute, Tel. 272 30 71

Badminton

Ein Rückschlagspiel, das seinen Ursprung schon in den Hochkulturen Mittel- und Südamerikas hat, möchte sich in einem Grundkurs vorstellen. Badminton wird im Vergleich zum sehr ähnlichen Federball im Einzel oder im Doppel in einem begrenzten Feld über ein Netz gespielt.
Vorkenntnisse sind keine nötig, es gilt das Motto:
«Aafänger mien sich nit scheniere – Badminton leersch bim trainieere!»

Ort Badminton-Centrum St. Jakob (Eingang Seite 14er Tram, vis-à-vis Fussballstation)

Leitung Herr Fritz Seidler Trainer und Leiter des Badminton-Centrum

Material Rackets und Spielmaterial werden zur Verfügung gestellt.

Kleidung Bequemes Turntenue

Anmeldung Pro Senectute, Tel. 272 30 71

Minitennis

Minitennis ist ein tennisähnliches Spiel. Wir spielen im Doppel, mit leichten Schlägern und Softbällen aus Schaumgummi. Keine Vorkenntnisse nötig. Kommen Sie und spielen Sie mit!

Tag / Zeit Jeden Mittwoch
08.30–09.45 Uhr Gruppe 1
09.45–11.00 Uhr Gruppe 2

Ort Saalbau Rhypark Mühlhauserstrasse 17

Leitung Frau E. Guiglia

Anmeldung nicht erforderlich

Tischtennis

Tag / Zeit Jeden Donnerstag 09.00–11.00 Uhr

Ort Kirchgemeindehaus Matthäus, Klybeckstr. 95

Leitung: Herr R. Bornand

Anmeldung Pro Senectute, Tel. 272 30 71

Die beiden Tischtennis-Gruppen im Lukas-Saal in der Schmiedezunft am Freitag sind zurzeit besetzt.

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. Fr. 210.– *(Oktober–April)*
Sommer ca. Fr. 145.– *(April–September)*

Anmeldung Pro Senectute, Tel. 272 30 71

Skisport

Langlauf / Skiwandern
Dezember bis März jeden Donnerstag bei guten Schneeverhältnissen in Basels näherer Umgebung, im Jura oder Schwarzwald.

Anmeldung Margrit Burgener

Auskunft Telefon 601 19 54

Alpinskifahren
Januar bis März jeden Dienstag bei guten Schneeverhältnissen.

Anmeldung Marcel Senn

Auskunft Telefon 601 61 59

Skiturnen
Als zusätzliches Training einmal wöchentlich Skiturnen in der Claraspital-Turnhalle (Kleinriehenstrasse 79), Montag, 09.00 und 10.00 Uhr

Vita-Parcours

Ab Ende April bis Ende Oktober im Allschwilerwald, bei jedem Wetter. Das Übungsprogramm ist speziell auf Senioren abgestimmt.

Tag / Zeit Jeden Donnerstag 09.15 – ca. 10.30 Uhr

Treffpunkt um 09.00 Uhr beim Garderobengebäude auf dem Parkplatz beim Allschwilerweiher (Endstation 8er-Tram, ca. 5. Min. zu Fuss Richtung Schiessstand). Es steht eine abschliessbare Garderobe zur Verfügung.

Kleidung Bequeme Schuhe und Kleidung, Regenschutz bei schlechter Witterung.

Leitung Rita Jaus, Tel. 302 10 78

Anmeldung nicht erforderlich

Laufträff

Laufen (Jogging) mit Gymnastik, bei jedem Wetter, mit erfahrenen Leitern. Gruppen für Anfänger und Fortgeschrittene.

Kleidung Gute Jogging-Schuhe, bequeme Kleidung (z.B. Trainingsanzug), Regenschutz bei schlechter Witterung.

Anmeldung nicht erforderlich

Ort **Allschwilerwald**

Tag / Zeit Jeden Donnerstag von 09.15–ca. 10.30 Uhr

Treffpunkt um 09.00 Uhr beim Garderobengebäude auf dem Parkplatz beim Allschwilerweiher (Endstation 8er-

Geh-, Steh-, Umsetzhilfen
Gehböckchen, Rollatoren, Gehstöcke
Rutschbrett, Drehscheiben, etc.
sanitätshaus st. johann
Spitalstr. 40, 4056 Basel
061-322 02 02

Tram, ca. 5 Minuten zu Fuss Richtung Schiessstand). Es steht eine abschliessbare Garderobe zur Verfügung.

oder

Ort **Lange Erlen**

Tag/Zeit Jeden Dienstag und Freitag 09.30–10.30 Uhr

Treffpunkt Schorenweg 117 Ökonomiegebäude beim Sportplatz Schorenmatte (Bus 36A bis Schorenweg). Es steht eine abschliessbare Garderobe mit Dusche zur Verfügung.

Velofahren

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

Einzelbeitrag/pro Fahrt **Fr. 4.–**
Saisonabonnement April-Okt. **Fr. 40.–**

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.

22. April
13.30 Uhr
Donnerstag
Schorenweg 117
(beim Sportplatz Schorenmatte).
Lange Erlen – Weil – Haltingen – Binzen – Fischingen – **Baselblick** – Efringen – Märkt – **Kleinhüningen** (30 km)
Tourenleiter:
Willy Garzetta

3. Mai
13.30 Uhr
Montag
Dorenbachcenter
Binningen.
Oberwil–Therwil–Leymen – Eichwald – **Hagenthal le Bas:** – Rest. Jenny – Hegenheim – **Allschwil:** Rest. Elsässerhof (25 km)
Tourenleiter:
Gottfried Egloff

13. Mai
13.30 Uhr
Donnerstag
St. Jakob/Gartenbad.
Münchenstein – Dornach – Aesch – Ettingen – **Flüh:** Rest. Bad Flüh – Oberwil – **Binnigen** (28 km)
Tourenleiter:
Jean-Pierre Périsset

24. Mai
08.30 Uhr
Montag, ganztags
Hegenheimerstr./Alter Zoll
Folgensbourg – Knöringen (Znünihalt) Tagsdorf – Wahlbach – **Koetzingen** (Mittagessen) – Sierentz – Kembs – Rosenau – Neudorf – **Hüningen**/Sandoz (ca. 60 km)
Tourenleiter:
Walter Oes

3. Juni
13.30 Uhr
Donnerstag
Schorenweg 117 (beim Sportplatz Schorenmatte).
Weil – Binzen – **Hammerstein** – Holzen – Egringen – **Lange Erlen** (ca. 40 km)
Tourenleiter:
Willy Garzetta

14. Juni
09.00 Uhr
Montag, ganztags
St. Jakob/Gartenbad – Lausen (Znünihalt) – Sissach – Thürnen – **Rünenberg:** Rest. Löwen (Mittagessen) – Gelterkinden – Pratteln: Rest. Klemme – St. Jakob (ca. 65 km)
Tourenleiter:
Gottfried Egloff

24. Juni
09.00 Uhr
Donnerstag, ganztags
Dorenbachcenter
Binningen.
Oberwil – Biel-Benken – Leymen (Znünihalt) – Rodersdorf – Bettlach – **Cäsarhof** (Mittagessen) – Folgensbourg – Hellfrantzkirch–Bartenheim–Rosenau – **Hüningen**/Sandoz (ca. 60 km)
Tourenleiter:
Jean-Pierre Périsset

Bergwanderungen

Ein Angebot für SeniorInnen die problemlos 7 Stunden wandern können und trittsicher sind. Die Wanderungen werden jeweils am Mittwoch (Zweitägige Dienstag/Mittwoch) durchgeführt. Gute Berg- oder Wanderschuhe sind unentbehrlich.
(KEINE Turn- oder Halbschuhe!).

Daten der diesjährigen Wanderungen:

23. Juni, 7. Juli, 27./28. Juli, 4. August, 15. September, 21./22. September, 6. Oktober 1993

Die Fahrten zu den Ausgangsorten der Wanderungen werden fast ausschliesslich mit öffentlichen Verkehrsmitteln unternommen. Mit Ausnahme von Fahrten per Taxi oder Bus in entlegene Täler.

Wenn Sie sich für diese Wanderungen interessieren, verlangen Sie das entsprechende Programm bei uns:
Pro Senectute, Telefon 272 30 71,
Ressort Alter + Sport.

Wandern

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

Teilnehmerbeiträge

Einzelbeitrag	Fr. 4.–
Quartalsbeitrag	Fr. 40.–
Semesterbeitrag	Fr. 70.–

Anmeldung
beim Treffpunkt

Mitnehmen
Gute Schuhe, Regenschutz, Tram- und

Bade-, Duschen-, Toilettenhilfen
Badelifte, Toiletten-Sitzerhöhungen, Duschenstühle, Toilettenstühle, Badegriffe, etc.
sanitätshaus st. johann
Spitalstr. 40, 4056 Basel
061-322 02 02

Bahnabonnements (U-Abo, Halbtax-Abo), Pass oder ID-Karte bei ev. Grenzübertritt.

ACHTUNG!
Ende Mai ist **Fahrplanwechsel!**
Bitte im «Schwarzen Brätt» nachsehen, ob Besammlungs- und Abfahrtszeiten noch stimmen.

Montaggruppe

2 1/2 – 3 Stunden
Wanderleiterinnen:
Jacqueline Bloch Telefon 272 53 67
Heidi Gunti Telefon 421 03 74
Rita Waech Telefon 281 33 94

29. März 11.40 Uhr — *Schalterhalle SBB*
Abfahrt 11.51 Uhr nach **Liestal.** Wanderung über die Sichteren – Nuglar – St. Pantaleon nach **Büren/SO.**

26 April 10.55 Uhr — *Riehen-Grenze (6er-Tram)*
Abfahrt 11.23 Uhr mit Bus ab Stetten bis **Lörrach.** (Haagenerstrasse). Wanderung durchs Grütt – Röttelerschloss – Käferholz nach **Untertüllingen** (Einkehr) – **Weilstrasse.** Kosten für Bus: U-Abo + Billett à Fr. 2.– (kann am Billettautomat, z.B. Riehengrenze gelöst werden). Zwischenverpflegung, DM und ID-Karte mitnehmen

24. Mai 11.15 Uhr — *Schalterhalle SBB*
Abfahrt 11.29 Uhr nach Sissach und mit Bus bis **Wintersinger-Höhe.** Wanderung über Rickenbacher-Höhe – Staufenhof nach **Maisprach.**

28. Juni 10.15 Uhr — *Schalterhalle SBB*
Abfahrt 10.29 Uhr nach Gelterkinden und mit Bus auf die **Salhöhe.**
Wanderung durch den Nesselgraben – Schafmatt – **Zeglingen.** Picknick mitnehmen.

Dienstaggruppe 1

1 1/2 – 2 1/2 Stunden

Wanderleiterinnen:
Lies Keller Telefon 312 70 10
Rita Müry* Telefon 311 41 56
*noch bis Ende März

9. März 12.00 Uhr — *Bahnhof SBB*
Abfahrt 12.08 Uhr nach Liestal, mit Bus nach **Hersberg.**
Wanderung nach **Olsberg.**

23. März 12.20 Uhr — *Bahnhof SBB*
Abfahrt 12.29 Uhr nach Liestal, mit Bus nach **Titterten.** Wanderung über Liedertswil nach **Oberdorf.**

20. April 12.10 Uhr — *Bahnhof SBB*
Abfahrt 12.23 Uhr nach Laufen, mit Postauto nach **Fehren.** Wanderung nach **Brislach.**

18. Mai 11.30 Uhr — *Bahnhof SBB*
Abfahrt 11.41 Uhr nach Frick, mit Postauto nach **Oberdorf.** Wanderung nach **Herznach.** Kleines Picknick mitnehmen.

15. Juni 12.15 Uhr — *Bahnhof SBB*
Abfahrt 12.29 Uhr nach **Lausen.** Wanderung über den Landschachen nach **Hölstein.**

Dienstaggruppe 2

Kurzwanderungen ca. 1 1/2 Stunden

Wanderleiterin:
Martha Fischer Telefon 281 23 88

16. März 12.30 Uhr — *Schalterhalle SBB*
Abfahrt 12.40 Uhr nach **Duggingen.**
Wanderung nach **Aesch.**

27. April 12.15 Uhr — *Schalterhalle SBB*
Abfahrt 12.29 Uhr nach Gelterkinden, mit Bus nach **Anwil.** Wanderung nach **Wegenstetten.**

25. Mai 12.50 Uhr — *Heuwaage (10er-Tram)*
Abfahrt 13.10 Uhr nach Flüh, mit Bus nach **Hofstetten.**
Wanderung nach **Ettingen.**

22. Juni 12.40 Uhr — *Aeschenplatz (10er-Tram)*
Abfahrt 12.45 Uhr nach Dornach, mit Bus nach **Gempen.**
Wanderung nach **Büren.**

Mittwochgruppe 1

2 1/2 – 3 Stunden

Wanderleiterlin:
Zita u. Peter Kuhn Tel. 481 45 66
oder (im Sommer) Tel. 036 53 17 76

10. März 10.00 Uhr — *Allschwil (Endstation 6er Tram)* Wanderung nach **Schönenbuch** (Mittag) und via Neuwiller zum **Allschwiler Weiher** (Endstation 8er-Tram).

24. März 10.10 Uhr — *Dornach (10er-Tram; spätestens 09.45 Uhr ab Aeschenplatz).*
Abfahrt 10.16 Uhr mit Bus nach **Hochwald.**
Wanderung nach **Gempen** (Mittag) und hinunter nach **Arlesheim.**

7. April 09.10 Uhr — *Schalterhalle SBB*
Abfahrt 09.29 Uhr nach Gelterkinden/**Zeglingen.**
Wir wandern Richtung Wisenberg nach **Bad Ramsach** (Mittag), dann weiter nach **Rünenberg.**

21. April 08.30 Uhr — *Schalterhalle SBB*
Abfahrt 08.51 Uhr nach Liestal – Waldenburg, mit mit dem Postauto nach **Langenbruck.** Wir wandern um den Berettenkopf nach **Holderbank** (Mittag), dann zurück nach **Langenbruck.**

5. Mai 09.25 Uhr — *Schalterhalle SBB*
Abfahrt 09.41 Uhr nach **Stein.** Wanderung dem Rhein entlang über Mumpf nach **Wallbach** (Mittag), danach mit dem Postauto nach **Möhlin** und zu Fuss nach **Rheinfelden.**

16.–23. Mai **Ferien** im Hotel «Matt», Bildungs- und Ferienzentrum **Schwarzenberg/LU.** Sonniges Bergdorf auf 850 m ü.M., auf der andern Seite des Pilatus.
Auskunft: Tel. 481 45 66

2. Juni 09.25 Uhr — *Schalterhalle SBB*
Abfahrt 09.41 Uhr nach Möhlin, mit dem Bus nach **Zeiningen.**
Wanderung über Chlei-Sunneberg nach **Magden** (Mittag) und weiter nach **Rheinfelden.**

16. Juni 08.55 Uhr — *Schalterhalle SBB*
Abfahrt 09.14 Uhr nach Frick – **Elfingen.**
Wanderung nach **Sulz** (Mittag). Weiter nach Rheinsulz ev. bis **Laufenburg.**

Mittwochgruppe 2

2 – 2 1/2 Stunden

WanderleiterInnen:
Lilly u. Willy Klossner Tel. 601 00 74
Liliane Ottenburg Tel. 691 70 69
Juliette Kieffer Tel. 601 68 09

17. März 12.40 Uhr — *Schalterhalle SBB*
Abfahrt 12.51 Uhr nach Sissach – **Wintersingerhöhe.**

Wanderung über **Nusshof** nach **Magden.**
Leitung: L. und W. Klossner

31. März 11.50 Uhr
Schalterhalle SBB
Abfahrt 12.07 Uhr nach Dornach mit Postauto nach **Gempen.**
Wanderung durch Feld und Wald nach **Büren.**
Leitung: L. Ottenburg und J. Kieffer

14. April 12.10 Uhr
Schalterhalle SBB
Abfahrt 12.23 Uhr nach Laufen/**Nenzlingen.**
Wanderung über Glöggli-felsen – **Ruine Pfeffingen** – nach **Aesch.**
Leitung: L. und W. Klossner

28 April 10.20 Uhr
Schalterhalle SBB
Abfahrt 10.40 Uhr nach Grellingen, mit dem Postauto nach **Himmelried.**
Wanderung nach **Duggingen**. Picknick mitnehmen.
Leitung: L. Ottenburg und J. Kieffer

12. Mai 13.15 Uhr
Schalterhalle SBB
Abfahrt 13.29 Uhr nach Gelterkinden/**Rünenberg.**
Wanderung über Berg – **Thürnerfluh** nach **Böckten.**
Leitung: L. und W. Klossner

26. Mai 11.50 Uhr
Tramhaltestelle Theater
Abfahrt 12.11 Uhr nach **Leymen.** Abwechslungsreiche Rundwanderung über Tannwald zurück nach **Leymen.**
Leitung: L. Ottenburg und J. Kieffer

16. Juni 10.00 Uhr
Schalterhalle SBB
Abfahrt 10.11 Uhr nach Gelterkinden/**Saalhöhe.**
Wanderung über Nesselgraben – **Schafmatt** nach **Zeglingen.** Zwischenverpflegung nach Bedarf aus eigenem Rucksack
Leitung: L. und W. Klossner

30. Juni 12.00 Uhr
St. Jakob (14er-Tram)
Wir wandern der Birs entlang nach **Aesch.**
Unterwegs hat es Picknickplätze, wo wir verweilen können.
Leitung: L. Ottenburg und J. Kieffer

Donnerstaggruppe

4 – 5 Stunden

Wanderleiterin:
Margrit Burgener Tel. 601 19 54
und weitere LeiterInnen

18. März 09.40 Uhr
Bahnhof SBB
Abfahrt 09.51 Uhr nach **Oberdorf.** Wanderung Dottlenberg – **Titterten** (Restaurant) – **Bubendorf.**
Leitung: M. Lüdi und T. Fingerlin

25. März 08.10 Uhr
Bahnhof SBB
Abfahrt 08.29 Uhr nach **Sommerau.**
Wanderung nach **Rünenberg** (Restaurant) – Thürnerflue – **Gelterkinden.**
Leitung: M. Burgener

1. April 09.30 Uhr
Weilerstrasse (6er-Tram)
Wanderung nach Tüllingen – **Röttelerschloss** (Einkehrmöglichkeit); der Wiese entlang ev. bis **Eglisee.**
Leitung: K. Oes und A. Dill

15. April 09.00 Uhr
Bahnhof SBB
Abfahrt 09.23 Uhr nach **Bärschwil.** Wanderung nach Rettemberg **Naturfreundehaus Mettenberg** (Suppe, Kartoffelsalat und Jurawurst), dann weiter nach **Delsberg.**
Leitung: M. Lüdi und T. Fingerlin

22. April 09.15 Uhr
Aesch (Endstation 11er)
Wanderung nach **Bergmatten** (Restaurant oder Picknick) – Hofstetten-Köpfli – **Flüh.**
Leitung: M. Burgener

29. April 08.45 Uhr
Badischer Bahnhof
Abfahrt 09.00 Uhr nach **Kandern.**
Wanderung **Schloss Bürglen** (Picknick oder Restaurant) – **Kandern.**
Leitung: H. Dürrenberger

6. Mai 09.10 Uhr
Bahnhof SBB
Abfahrt 09.23 Uhr nach **Laufen.** Wanderung nach **Huggerwald** (Restaurant) – **Soyhière.**
Leitung: A. Dill und K. Oes

13. Mai 07.20 Uhr
Bahnhof SBB
Abfahrt 07.41 Uhr nach **Otelfingen.**
Wanderung nach Regensberg – Hochwacht (Lägern) – **Baden** (ca. 5 Std.). Picknick; oder Restaurant.
Bei schlechtem Wetter ev. Änderung der Tour.
Leitung: M. Lüdi und T. Fingerlin

27. Mai 08.00 Uhr
Bahnhof SBB
Abfahrt 08.14 Uhr nach **Remigen.**
Wanderung nach Bürensteig – Laubberg – Wil – **Schwaderloch.**
(Picknick; nur bei schlechtem Wetter Restaurant).
Leitung: M. Burgener

3. Juni 08.10 Uhr
Bahnhof SBB
Abfahrt 08.29 Uhr nach **Gelterkinden.** Wanderung nach Hellikon – **Mumpf.**
Rucksackverpflegung.
Leitung: A. Dill und K. Oes

Wenn weder Operation noch Brille genügend helfen, gibt es immer noch vergrössernde Hilfsmittel um besser und mehr zu sehen: spezielle Lupen, Lupenbrillen und Lesegeräte.

Beratung durch den Fachmann und spezialisierten dipl. Augenoptiker

Ramstein Optik

Sattelgasse 4 4001 Basel Telefon 061 - 261 58 88

10. Juni 08.15 Uhr
Schalterhalle SBB
Abfahrt 08.41 Uhr nach **Frick.** Wanderung nach Oberfrick–**Ruine Homberg** – Thierstein – Schupfart – **Frick** (4 1/2 Std.).
Rucksackverpflegung.
Leitung: M. Lüdin und T. Fingerlin

17. Juni 07.30 Uhr
Schalterhalle SBB
Abfahrt 07.40 Uhr nach Zwingen–**Passwangtunnel.**
Wanderung: Hohe Winde–**Erschwil.** Picknick.
Leitung: H. Dürrenberger

24. Juni 07.00 Uhr
Schalterhalle SBB
Abfahrt 07.23 Uhr nach St. Imier und auf den **Mont Soleil** (Billett mit U-Abo Laufen–St. Imier retour ab Tavannes).
Wanderung: Mont Crosin–Le Jean – **Brenin** (Aussenstation von Le Roselet) – **Tavannes.** Picknick
Leitung: M. Burgener

Freitaggruppe 1

2 Stunden

Wanderleiterin:
Annemarie Zurflüh Telefon 312 09 15

5. März 13.00 Uhr
Schalterhalle SBB
Abfahrt 13.14 Uhr nach Rheinfelden, mit Postauto nach **Buus.**
Wanderung am Fuss des Schönenberges entlang nach **Maisprach.**

30. April 13.15 Uhr
Schalterhalle SBB
Abfahrt 13.29 Uhr nach Liestal, mit Postauto nach **Arisdorf.** Wanderung: Chrüz – Egghof – **Olsberg.**

28. Mai 12.15 Uhr
Schalterhalle SBB
Abfahrt 12.29 Uhr nach Gelterkinden, mit Postauto nach **Kienberg.**
Wanderung: Altenberg – **Wölflinswil.**

25. Juni 12.10 Uhr
Aeschenplatz (70er-Bus)
Abfahrt 12.18 Uhr nach **Titterten.** Wanderung: Liedertswil (Tschoppenhof) – **Oberdorf.**

Freitaggruppe 2

Kurzwanderungen ca. 1 1/2 Stunden

Wanderleiterinnen:
Alice Weber Telefon 61 56 94
Trudy Kaufmann Telefon 321 67 47

12. März 12.40 Uhr
Schalterhalle SBB
Abfahrt 12.51 Uhr nach Liestal, mit Postauto nach **Nuglar-Post.**
Wanderung auf einem «Schlichweg» nach **Sichtern** (wo wir uns aufwärmen) und dann weiter nach **Liestal.**

26. März 13.10 Uhr
Bettingerstrasse (6er-Tram)
Abfahrt 13.17 Uhr nach Bettingen – **Chrischona.**
Kurzwanderung nach **Inzlingen** (ID-Karte und DM nicht vergessen).

2. April 12.45 Uhr
Aeschenplatz (11er-Tram)
Abfahrt 12.52 Uhr nach Station **«Heiligholz».**
Wanderung: Schluchtstrasse zum Fusse des Bruderholz, weiter bis zum Soitzenhegli – Allmend – Froloo – **Therwil.**

16. April 12.40 Uhr
Schalterhalle SBB
Abfahrt 12.51 Uhr nach Liestal – Station Lampenberg, mit Postauto nach **Lampenberg-Dorf.**
Wanderung nach Obetsmatt – **Niederdorf.**

7. Mai 13.20 Uhr
Schalterhalle SBB
Abfahrt 13.40 Uhr nach Grellingen, mit Postauto nach **Nunningen.**
Wanderung nach Oberkirch – um den Chilchberg herum – nach **Zullwil.**

21. Mai 13.10 Uhr
Schalterhalle SBB
Abfahrt 13.29 Uhr nach Gelterkinden, mit Postauto bis **Buuseregg.** Wanderung Baregg – Farnsburg – Tannliacker – **Ormalingen.**

4. Juni 12.30 Uhr
Aeschenplatz (10er-Tram)
Abfahrt 12.45 Uhr nach Dornach, mit Postauto nach **Gempen.** Wanderung: Stollenhäusern – Schönmatt – Ermitage – **Arlesheim** (in der Mitte der Wanderung Zvieri)

18. Juni 12.35 Uhr
Schalterhalle SBB
Abfahrt 12.51 Uhr nach Liestal, mit Postauto nach **Seltisberg.**
Wanderung nach **Ziefen.**

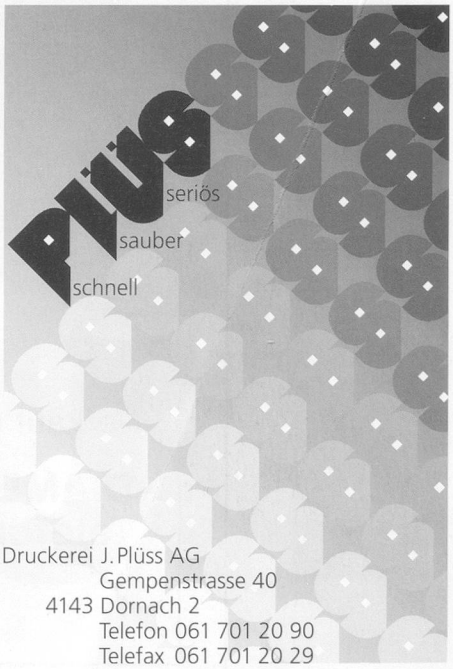
Sonntagsgruppe

ca. 2–2 1/2 Stunden

Diverse LeiterInnen

14. März 12.40 Uhr
Badischer Bahnhof (Bushaltestelle)
Abfahrt 12.50 Uhr nach **Wollbach.**
Wanderung nach **Fischingen** (Pass und DM mitnehmen!).
Leitung: R. Müry

18. April 11.20 Uhr
Heuwaage (10er-Tram)
Abfahrt 11.29 Uhr nach Flüh, mit dem Bus bis **Challhöhe.**
Wanderung durch den **Unzengraben.** – Schachlete nach **Laufen.**
Leitung: R. Waech

23. Mai 12.30 Uhr
Bahnhof SBB
Abfahrt 12.40 Uhr nach Grellingen, mit Postauto nach **Nunningen.**
Wanderung über Dietel nach **Bretzwil.**
Leitung: L. Keller

20. Juni 10.00 Uhr
Bahnhof SBB
Abfahrt 10.14 Uhr nach **Koblenz** (zusätzlich zum U-Abo Schwaderloch – Koblenz lösen).
Wanderung über den Achenberg nach **Zurzach.**
Picknick bei der St. Loreto-Kapelle (auch Einkehrmöglichkeit).
Leitung: R. Müry