Zeitschrift: Akzent : Magazin für Kultur und Gesellschaft

Herausgeber: Pro Senectute Basel-Stadt

Band: - (1995-1996)

Heft: 2

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: 18.07.2025

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

Französisch

Montag

Zeit 8.10–9.00 Uhr
Ort Begegnungszentrum Gundeldingen, Kursraum, Bruderholzstr. 104
Leitung Jacqueline Weissenberger
Stufe Mittelstufe

Zeit 10.30–11.20 Uhr
Ort Begegnungszentrum Gundeldingen, Kursraum, Bruderholzstr. 104
Leitung Jacqueline Weissenberger
Stufe Konversation

Italienisch

Dienstag

Zeit 15.00–15.50 Uhr
Ort Brüglingerstrasse 113
Leitung Corinne Maiocchi
Stufe AnfängerInnen

Donnerstag

Zeit 14.00–14.50 Uhr
Ort Begegnungszentrum Gundeldingen, Kursraum, Bruderholzstr. 104
Leitung Evelyne Alvarado
Stufe leichtere Mittelstufe

Zeit 15.00–15.50 Uhr
Ort Begegnungszentrum Gundeldingen, Kursraum, Bruderholzstr. 104
Leitung Evelyne Alvarado
Stufe leichtere Mittelstufe

Spanisch

Donnerstag

Zeit 9.00–9.50 Uhr
Ort Seniorentreffpunkt Kaserne, Klybeckstrasse 1b
Leitung Rosa Streuli-Rodriguez
Stufe AnfängerInnen

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

Zeit 10.10–11.00 Uhr
Ort Alterssiedlung, Bachofenstrasse 1
Leitung Saúl Cáceres
Stufe Oberstufe/Konversation

Italienisch lernen mit Bewegung

Ein besonderer Italienischkurs, wo nichts zu kurz kommt, weder Kopf noch Herz; weder Arme noch Beine. Ein Italienischkurs, den man in den Gelenken spürt!

Kursbeginn 19.10.95 (20x)
Ort Brüglingerstrasse 113
Zeit Donnerstag, 8.45–10.00 Uhr
Leitung Monique Mattarelli
Kosten Fr. 155.–

Weitere Spezialangebote

Club de Conversation française, English Conversation Club, Latein, Keep fit class, «Bewegtes Italienischlernen». Nähere Informationen: Telefon 272 30 71, 8.00–11.30 Uhr.

Information und Anmeldung für alle Kurse: Montag – Freitag, 08.30 – 12.00 Uhr am Luftgässlein 3 oder über Telefon 272 30 71

Seniorensport

alter+sport

Unfallversicherung

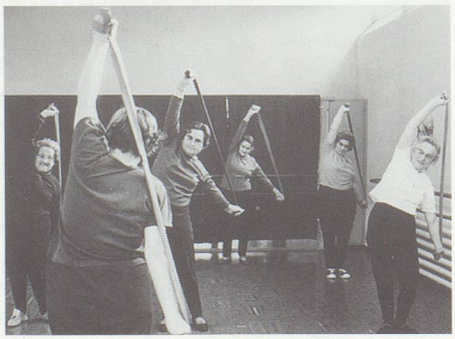
Alle TeilnehmerInnen (ab dem 55. Altersjahr) unserer Seniorensportgruppen sind während den Sportlektionen sowie auf dem direkten Hin- und Rückweg durch die Pro Senectute gegen nichtgedeckte Unfallkosten kollektiv versichert. **Es handelt sich dabei um eine Zusatzversicherung zu Ihrer privaten Unfallversicherung.**

Achtung Sommerferien

Vom 3. Juli bis 11. August sind Schul-Sommerferien. Verschiedene Turn-, Schwimm- und Volkstanzlokale sind deshalb geschlossen.
Auskunft: Pro Senectute, Telefon 272 30 71
Dafür finden Sie im speziellen **Sommerprogramm** in diesem **A**kzént ein Ersatzprogramm. Nachschauen lohnt sich!

Gym 60-Turnen

Für rüstige und sportlich geübte Seniorinnen und Senioren in Turnhallen und Gymnastikräumen. Gemischte Gruppen (wenn nichts anderes vermerkt).
Anmeldung nicht erforderlich



Quartals-Abonnement Fr. 43.–
Halbjahres-Abonnement Fr. 75.–

Grossbasel

Christoph Merian-Schulhaus
Emanuel Büchel-Strasse 45
Montag 16.30 Uhr (Frauen)
Davidsbodenstrasse 9, Alterssiedlung
Dienstag 09.00, 10.00 Uhr
Gotthelfschulhaus
Turnhalle am Bahndamm, St. Galler-Ring 130
Donnerstag 16.45 Uhr (Männer)
Missionshaus-Turnhalle
Nonnenweg 34
Mittwoch 14.30 Uhr
Neubadschulhaus
Marschalkenstrasse 120
Turnhalle Ost: Montag 16.40 Uhr
Turnhalle West: Donnerstag 16.30 Uhr
Providentiasaal Heiliggeist
Laufenstrasse 46
Freitag 14.30 Uhr (Männer)

Kleinbasel/Riehen/Bettingen

Claraspital-Turnhalle
Kleinriehenstrasse 79
Donnerstag 09.00 Uhr und 10.00 Uhr
Diakonissen-Schwesternhaus
Riehen, Turnsaal, Schützengasse 66
Montag 14.15 Uhr
Bettingen Schulhaus-Turnhalle
Mittwoch 14.30 Uhr

Seniorenturnen

Für weniger geübte Seniorinnen und Senioren in verschiedenen Lokalen und Gymnastikräumen. Gemischte Gruppen (wenn nichts anderes vermerkt).
Anmeldung nicht erforderlich

Quartals-Abonnement Fr. 43.–
Halbjahres-Abonnement Fr. 75.–

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 14.30 Uhr, Mittwoch 10.00 Uhr
Eglise française
Holbeinplatz 7
Freitag 09.00 Uhr (nur Frauen)
Groupe de langue française
Lundi 9.15 h (hommes), Vendredi 14.30 h
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 09.30 Uhr (Männer), 14.30 Uhr
Petersgemeinde
Klingelbergstrasse 57
Montag 14.45 Uhr
Pilatusstrasse 44 Alterssiedlung
Dienstag 09.00 Uhr
Donnerstag 09.00 Uhr, 10.00 Uhr (Männer)
Providentiasaal Heiliggeist
Laufenstrasse 46
Mittwoch 15.00 Uhr
Radsporthalle
Luzernerringbrücke
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 14.00 Uhr
Thomaskirche
Hegenheimerstrasse 227
Donnerstag 15.00 Uhr
Tituskirche
Im Tiefen Boden 75
Dienstag 10.00 Uhr, Mittwoch 09.30 Uhr
Weiherweg Alterszentrum
Rudolfstrasse 43
Montag 08.00 Uhr, 09.00 Uhr
Wibrandishaus Alterssiedlung
Allschwilerplatz 9
Donnerstag 09.45 Uhr
Wilhelm Klein-Strasse 19
Alterssiedlung
Donnerstag 14.30 Uhr
Zum Wasserturm
Betagtenzentrum und Pflegeheim
Giornicostrasse 144
Donnerstag 09.30 Uhr
Zwinglihaus
Gundeldingerstrasse 370
Donnerstag 08.30 Uhr
Freitag 15.00 Uhr

Kleinbasel

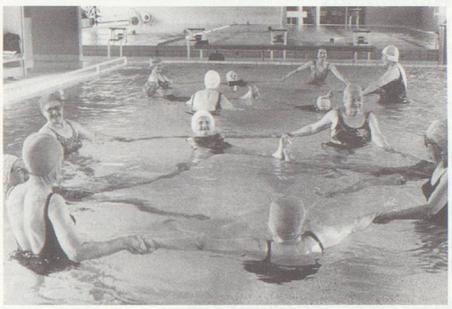
St. Clara Pfarrei
Lindenberg 12
Dienstag 09.30 Uhr
Claraspital-Turnhalle
Kleinriehenstrasse 79
Montag 15.30 Uhr
Glaibasel Altersheim
Sperrstrasse 100
Donnerstag 14.30 Uhr
Kleinhüningen Gemeindehaus
Wiesendamm 30
Montag 14.00 Uhr
Dienstag 14.00 Uhr, 15.30 Uhr
St. Markus Gemeindehaus
Kleinriehenstrasse 71
Donnerstag 09.30 Uhr
St. Matthäus Gemeindehaus
Klybeckstrasse 95
Montag 09.30 Uhr, 15.00 Uhr
Dienstag 09.30 Uhr (Männer)
Rankhof Alterssiedlung
Rankhof 10, Saal
Freitag 09.30 Uhr
St. Theodor Gemeindehaus
Claragraben 43
Mittwoch 14.15 Uhr
Donnerstag 09.00 Uhr
Wesleyhaus Alterssiedlung
Hammerstrasse 88
Montag 16.00 Uhr

Riehen/Bettingen

Andreashaus
Keltenweg 41
Montag 09.00 Uhr, 10.00 Uhr (Männer)
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 14.30 Uhr

Schwimmen und Wassergymnastik

In geheizten Schwimmbecken, für Schwimmer und Nichtschwimmer, Lektionen à 45 Minuten. Anmeldung nicht erforderlich



Halbjahres-Abonnement:

Januar – Juni 1995	Fr. 115.–	(23 Wochen)
Juli – Dezember 1995	Fr. 85.–	(17 Wochen)
Einzeleintritt	Fr. 8.–	

Grossbasel

Dalbehof
Kapellenstrasse 17

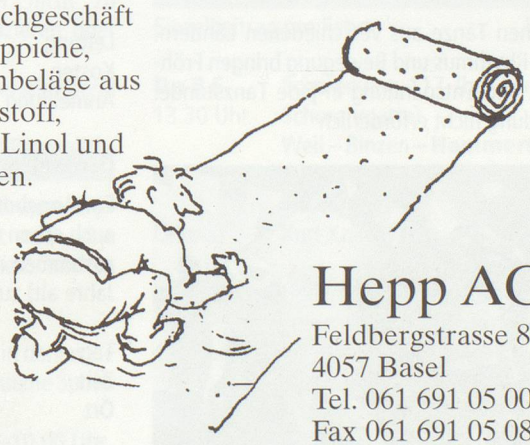
Montag	09.30 Uhr (besetzt)
	10.15 Uhr (besetzt)
Dienstag	09.00 Uhr (besetzt)
	09.45 Uhr
Donnerstag	14.00 Uhr (besetzt)

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

Mittwoch	09.00 Uhr, 09.45 Uhr
	14.00 Uhr, 14.45 Uhr

Bell
MIT GARANTIE DAS BESTE.

Ihr Fachgeschäft für Teppiche, Bodenbeläge aus Kunststoff, Holz, Linol und Tapeten.



Hepp AG
Feldbergstrasse 80
4057 Basel
Tel. 061 691 05 00
Fax 061 691 05 08

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, 09.15 Uhr
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 2m)

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. Freies Schwimmen möglich. Hin- und Rückfahrt mit Achermann-Car.

Daten **Dienstag, 4. Juli – 12. September**
Abfahrtszeiten 08.35 Uhr Mustermesse vis-à-vis Taxistand Riehenring
08.45 Uhr Gartenstrasse (Bankverein-Gebäude)
Kosten pro Mal: Fr. 11.– Eintritt und Fr. 10.00 Carfahrt
(einmaliger Organisationsbeitrag Fr. 4.– pro Kur)
Anmeldung nicht erforderlich

Volkstanzen

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

Quartals-Abonnement Fr. 43.–
Halbjahres-Abonnement Fr. 75.–

Grossbasel

Alban-Breite Alterszentrum
Zürcherstrasse 143
Freitag, 15.00 Uhr
Stephanus Kirchgemeindehaus
Furkastrasse 12
Freitag, 14.30 Uhr
St. Johannes Gemeindehaus
Am Krayenrain 24
Montag, 14.45 Uhr
Zum Wasserturm
Betagtenzentrum und Pflegeheim
Giornicostrasse 144
Montag, 09.30 Uhr
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

Kreatives Bewegen

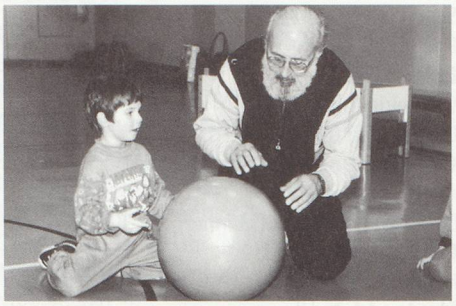
In diesem Kurs wollen wir auf vergnügliche Art unsere Beweglichkeit fördern. Wir werden uns mit Gymnastik aufwärmen; Lockerungs- und Entspannungsübungen lösen Verkrampfungen und tragen zu unserem Wohlbefinden bei; Musik regt zum freien Bewegen und Tanzen an.

Daten **Mittwoch, 16. August – 27. September (7x)**
Zeit 14.30–15.30 Uhr
Ort Hagentalerstrasse 49 (vis-à-vis Isaak Iselin-Schulhaus)
Leitung Hilda Jauslin
Kosten Fr. 35.–
Anmeldung erforderlich

Grosseltern-/Kind-Turnen

Ein Angebot für Grosseltern! Haben Sie nicht auch schon daran gedacht, wie schön es wäre, zusammen mit Ihrer Enkelin/Ihrem Enkel (3–6 Jahre alt) zu turnen?

Tag Mittwoch
Zeit 16.00–17.00 Uhr
Ort Isaak Iselin-Schulhaus
Hagentalerstrasse 46/Ecke Strassburgerallee (Obere Turnhalle)
Leitung Dorothée Siefert
Kosten Fr. 70.–
Anmeldung nicht erforderlich



Neues Angebot «Walken»
Genauere Beschreibung siehe Seite 25

Atemkurse

Eine gute Atemfunktion fördert unser körperliches und seelisches Wohlbefinden und steigert somit unsere Gesundheit und Lebensqualität. Mit Hilfe einfacher Übungen in Ruhe und Bewegung sammeln wir Erfahrungen über unseren Atem.

Daten **Montag, 14. August – 25. September (7x)**
Zeit 10.15–11.15 Uhr
Ort Reiterstrasse 48
Leitung Roger Stutz, Atemtherapeut
Kosten Fr. 70.–
Kleidung Bequeme Kleidung, Socken (kein Umziehen nötig)
Anmeldung erforderlich

Daten **Donnerstag, 7., 14., 21., 28. September**
Zeit 09.00–10.00 Uhr
10.00–11.00 Uhr
Ort Studio für Atem- und Bewegungsschulung, Blotzheimerstrasse 28
Leitung Carmen Siegrist, Atemtherapeutin
Kosten Fr. 40.–
Kleidung Bequeme Kleidung, Socken
Anmeldung erforderlich

Minitennis

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

Tag/Zeit Mittwoch, 08.00 und 09.00 Uhr
Ort **Saalbau Rhypark**
Mühlhauserstrasse 17
Leitung Eva Guiglia
Kosten Fr. 80.– Januar – Juni 1995 (23 Wochen)
Fr. 60.– Juli – Dezember 1995 (17 Wochen)
Ausrüstung Turnkleidung, Sportschuhe mit Profil. Rackets und Softbälle werden zur Verfügung gestellt.
Anmeldung erforderlich

Tischtennis

Tag/Zeit Donnerstag 09.00 Uhr
Ort **Kirchgemeindehaus Matthäus**
Klybeckstrassse 95
Tag/Zeit Freitag, 14.30 Uhr
Ort **Lukas-Saal der Schmiedezunft**
Rümelinsplatz 4
Anmeldung erforderlich

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. 250.–
(Oktober bis April)
Sommer ca. Fr. 155.–
(April bis September)
Anmeldung erforderlich

Kegeln

Wöchentlich, 14.30 – 17.30 Uhr
Auskunft über Ort und Wochentag bei:
Paul Häring, Telefon 601 66 26

Vita-Parcours

Vita-Parcours im Allschwilerwald, bei jedem Wetter. Das Übungsprogramm ist speziell auf Senioren abgestimmt.

Tag/Zeit Donnerstag, 09.00 – ca. 10.15 Uhr
Treffpunkt um 08.45 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.
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 Donnerstag, 09.00 – ca. 10.15 Uhr
Treffpunkt um 08.45 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.

oder

Ort **Lange Erlen**
Tag/Zeit Dienstag und Freitag
09.30 – 10.30 Uhr
Treffpunkt Schorenweg 117, Ökonomiegebäude beim Sportplatz Schorenmatte (Bus 36 bis Schorenweg). Es steht eine abschliessbare Garderobe mit Dusche zur Verfügung.

Walken

- Der Begriff für eine neue Sportart. Bedeutet «schnellstmögliches Marschieren» oder «sportliches Gehen», ist aber nicht zu verwechseln mit Wandern, Spazieren oder Gehen.
- Gelenkschonender und weniger erschöpfend als Jogging.
- Kraft, Koordination, Ausdauer, Beweglichkeit in einer Trainingseinheit.
- Eine Freiluftsportart, die in der Gruppe doppelten Spass macht und damit auch eine Bereicherung der zwischenmenschlichen Beziehungen.

Bekleidung Komfortable Schuhe, in denen Sie sich wohl fühlen, bequeme Sportbekleidung
Zeit Jeden Freitag, 09.00 – 10.00 Uhr
Besammlung: 08.45 Uhr
Ort Vor dem Pro Senectute-Haus St. Jakob, Brüglingerstr. 113 (Tram 14 und Bus 36, Parkplätze vis-à-vis bei der Sporthalle St. Jakob benutzen).
Leitung Bärbel Burkhard
Kosten Fr. 4.– pro Mal
Beginn Freitag, 2. Juni 1995
Anmeldung erforderlich

Langlauf/Skiwandern

Dezember bis März jeden Donnerstag bei guten Schneeverhältnissen in Basels näherer Umgebung, im Jura oder Schwarzwald.
Im Januar/Februar werden verschiedene Skiwanderwochen durchgeführt.

Anmeldung erforderlich
Auskunft Margrit Burgener, Tel. 601 19 54

Alpinskifahren

Januar bis März jeden Dienstag bei guten Schneeverhältnissen.

Anmeldung erforderlich
Auskunft Marcel Senn, Telefon 601 61 59

Skiturnen

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

Velofahren

Von April bis Oktober führen wir regelmässig Velotouren durch. Diese werden begleitet von erfahrenen Tourenleitern des Schweizerischen Rad- und Motorfahrerbundes (SRB) sowie der Pro Senectute. Sie finden in der Regel bei jeder Witterung statt.

Anmeldung nicht erforderlich
Auskunft Fritz Landerer, Telefon 381 71 54

Teilnehmerbeiträge

Saisonabonnement April-Oktober	Fr. 40.–
Einzelbeitrag pro Fahrt	Fr. 4.–

Do 8.6.
13.30 Uhr
Schorenweg 117 (bei Sportplatz Schorenmatte)
Weil – Binzen – **Hammerstein** – Holzen – Egringen – Lange Erlen (ca. 40km)
Leitung Kurt Knecht

Mo 19.6.
08.30 Uhr
ganztags
Hegenheimerstrasse/Alter Zoll
Folgensbourg – Knöringen (Znüni) – Tagsdorf – Wallbach – **Koetzingen** (Mittagessen) – Sierentz – Kembs – Rosenau – Neudorf – Hüningen (Sandoz) (60km)
Leitung Godi Egloff

Do 29.6.
08.30 Uhr
ganztags
Hüninger Zoll (Sandoz)
Kembs (Znüni) – Ottmarsheim – Chalampe – **Neuenberg** (Mittagessen) – Palmrainbrücke – Kleinhüningen (ca. 65km)
Leitung Jean-Pierre Périsset

Mo 10.7.
13.30 Uhr
Schorenweg 117 (bei Sportplatz Schorenmatte)
Weil – Haltingen – Binzen – **Schallbach** – Fischingen – Lange Erlen (ca. 30 km)
Leitung Kurt Knecht

Do 20.7.
09.00 Uhr
ganztags
St. Jakob/Gartenbad
Muttenz – Pratteln- Augst – Rheinfelden (Znüni) – **Wallbach** (Mittagshalt mit Picknick) – Rheinfelden – Augst – Schweizerhalle – Birsfelden (ca. 55 km). Eine Waldhütte steht zur Verfügung. Esswaren vom Grill, Brot, Getränke erhalten Sie preiswert.
Leitung Hugo Düblin

Mo 31.7.
09.00 Uhr
ganztags
Dorenbachcenter Binningen
Oberwil – Biel-Benken – Leymen (Znüni) – Rodersdorf – Bettlach – **Cäsarhof** (Mittagessen) – Folgensbourg – Hellfrantzkirch – Bartenheim – Rosenau – Hüningen (Sandoz) (ca. 60 km)
Leitung Hugo Düblin

Do 10.8.
13.30 Uhr
Schorenweg 117 (beim Sportplatz Schorenmatte)
Lange Erlen – Weil – Haltingen – Binzen – Fischingen – **Efringen** – Märkt – Kleinhüningen (ca. 30 km)
Leitung Jean-Pierre Périsset

Mo 21.8.
13.30 Uhr
St. Jakob/Gartenbad
Muttenz – Pratteln – Liestal – Bubendorf – **Talhus** – Augst – Pratteln – St. Jakob (ca. 35 km)
Leitung Godi Egloff

Do 31.8.
08.00 Uhr
ganztags
Dorenbachcenter Binningen
Binningen – Therwil – Leymen – Wolschwiller (Znüni) – Hippoltskirch 465 m ü.M. – Blochmont 680 m ü.M. – **Kiffis** 564 m ü.M. (Mittagessen) – Kleinlützel – Laufen – St. Jakob (ca. 70 km)
Leitung: Jean-Pierre Périsset

Mo 11.9.
09.00 Uhr
ganztags
Schorenweg 117 (beim Sportplatz Schorenmatte)
Der Wiese entlang nach Steinen 335 m ü.M. (Znüni) – Schlächtenhaus – Scheideck 541m ü.M. – **Kandern** (Mittagessen) – Hammerstein – Binzen – Weil – Lange Erlen (ca. 60 km)
Leitung: Godi Egloff

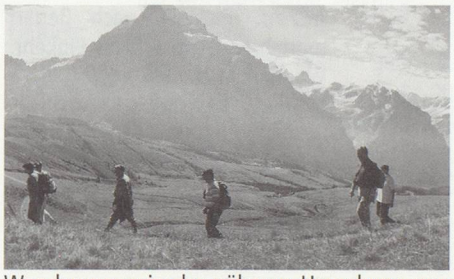
Do 21.9.
09.00 Uhr
ganztags
Birsfelden/Endstation Tram 3
Schweizerhalle – Augst – Rheinfelden (Znüni) – Möhlin – Zuzgen – **Wegenstetten** (Mittagessen) – Ormalingen – Gelterkinden – Pratteln – St. Jakob (ca. 65 km)
Leitung: Hugo Düblin

Bergwanderungen

Von Mai bis Oktober. Ein Angebot für Seniorinnen und Senioren, die problemlos 7 Stunden wandern können und trittsicher sind. Die Wanderungen werden jeweils am Mittwoch (Zweitägige Dienstag/Mittwoch) durchgeführt.

Anmeldung erforderlich
Auskunft Delphine und Fritz Scotzniovsky, Telefon 313 26 09

Wandern



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

Teilnehmerbeiträge

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

Anmeldung nicht erforderlich (wenn nichts anderes vermerkt ist).
Mitnehmen Gute Schuhe, Regenschutz, Tram- und Bahnabonnements (U-Abo, Halbtax-Abo), Pass oder ID-Karte bei evtl. Grenzübertritt.

Wichtige Mitteilung: Ab Ende Mai gilt ein neuer Fahrplan. Änderungen der angegebenen Zeiten sind deshalb möglich. Bitte schauen Sie ab Ende Mai im neuen Kursbuch nach oder fragen Sie Ihre/n Wanderleiter/in.

Montaggruppe

2 1/2–3 Stunden
Leitung

Jacqueline Bloch	Telefon 272 53 67
Heidi Gunti	Telefon 421 03 74
Rita Waech	Telefon 281 33 94

26. Juni
11.00 Uhr
Schalterhalle SBB
Abfahrt 11.14 Uhr nach Laufenburg und mit Bus bis **Bürensteig-Höhe.** Wanderung über Sennhütten nach **Elfingen.**

24. Juli
08.00 Uhr
Schalterhalle SBB
Abfahrt 08.22 Uhr nach Delémont – Porrentruy und mit Bus bis **Grandfontaine.**
Wanderung über Damvant zu den Grotten von **Réclère.** Besichtigung der Grotten **oder** des neuen Dinosaurier-Parks. Rückkehr ab **Réclère.** Ankunft in Basel: 18.38 Uhr. Picknicken oder Restaurant. Wanderzeit: 3 Std. und 1 Std. für Besichtigung.
Kosten für Bahn und Bus ca. Fr. 20.– (auf Basis U-Abo und 1/2 Preis-Abo.) Eintritt: ca. Fr. 7.–.
Anmeldung für Kollektivbillet bis Donnerstag, 20.7. bei Rita Waech, Telefon 281 33 94

28. August
09.45 Uhr
Schalterhalle SBB
Abfahrt 09.58 Uhr nach Zwingen und mit Bus zum **Passwang-Tunnel.** Wanderung über den Passwang – Vogelberg – **Reigoldswil.** Picknick und Trinken mitnehmen.
Wanderzeit ca. 3 1/2 Std.

25. Sept.
11.10 Uhr
Schalterhalle SBB
Abfahrt 11.23 Uhr nach Laufen und mit Bus bis **Liesberg-Dorf.** Wanderung über Huggerwald nach **Laufen.**
Wanderzeit ca. 3 Std.

8.–13.10. **Wanderferien in Kandersteg**
Auskunft u. Anmeldung Jacqueline Bloch
Telefon 272 53 67

Dienstaggruppe 1

1½–2 Stunden
Leitung
Charlotte Lüchinger Telefon 361 88 87
Esther Stauffer Telefon 271 76 16

20. Juni Schalterhalle SBB
12.30 Uhr Abfahrt 12.49 Uhr nach Rheinfelden, mit PTT nach **Buuseregg.** Wanderung nach **Wintersingen.** 17.10 Uhr Rückfahrt ab Post Wintersingen (letzte Fahrtmöglichkeit)

18. Juli Haltestelle Aeschenplatz
09.30 Uhr Abfahrt 09.45 Uhr (Tram 10) nach **Dornach.** Wanderung der Birs entlang zur **Grün 80.** Essen im Migros Restaurant Seegarten.

15. August Endstation Tram No. 6 in
09.30 Uhr Allschwil Dorf beim Restaurant Rössli. Wanderung nach **Schönenbuch** ins Restaurant Krone. Heimfahrt per Bus um 12.08/ 13.08 etc. Uhr.

12. Sept. Schalterhalle SBB
12.35 Uhr Abfahrt 12.51 Uhr nach Liestal. Umsteigen ins Waldenburgerli: 13.05 Uhr nach Lampenberg und mit Bus um 13.22 Uhr nach **Lampenberg Dorf.** Wanderung nach Bubendorf über Schloss Wildenstein.

Dienstaggruppe 2

Leitung
Lilly und Willy Klossner Telefon 601 00 74

6. Juni Schalterhalle SBB
09.15 Uhr 09.30 Uhr Abfahrt nach Gelterkinden/**Tecknau.** Wanderung über Ruine Scheidegg-Stierenberg-Thürnerflue nach **Böckten.** Picknick nach Bedarf mitnehmen. Am Schluss Einkehr. Wanderzeit ca. 2¾ Std.

8. August Schalterhalle SBB
08.15 Uhr Abfahrt 08.30 Uhr nach Gelterkinden/**Asphof.** Wanderung durch den Wald zum **Häxehüsli** (Picknick) und weiter über Winterhalden nach **Wegenstetten.** Einkehr.
Wanderzeit ca. 3 Std.

Mittwochgruppe 1

2½–3 Stunden
Leitung
Zita und Peter Kuhn Telefon 481 45 66

7. Juni Schalterhalle SBB
09.05 Uhr Abfahrt 09.23 Uhr nach Laufen/ Nunningen/Seewen. Wanderung über die Schneematt nach **Lupsingen** (Mittag).
Weiter nach **Neu-Nuglar** oder **Liestal** (längerer Weg).
Änderungen vorbehalten.

19. – 26. Juni 1995 Ferien im Schwarzwald.

23. August Schalterhalle SBB
07.40 Uhr Abfahrt 07.58 Uhr nach Zwingen. Mit dem Bus nach **Neuhüsli.** Wanderung über den Nunningerberg nach **Nunningen** (Mittag). Anschliessend um den Chilchberg zur Busstation **Meltingerbrücke.**

13. Sept. Schalterhalle SBB
09.15 Uhr Abfahrt 09.34 Uhr nach Stein. Wanderung am Rhein entlang nach **Wallbach** (Mittag). Zum zweiten Teil der Wanderung fahren wir mit dem Bus nach Möhlin. Von dort wandern wir durch den Wald zum Rhein hinunter bis **Rheinfelden.**

Mittwochgruppe 2

2–2¾ Stunden
Leitung
Lilly und Willy Klossner Telefon 601 00 74
Liliane Ottenburg Telefon 691 70 69
Juliette Kieffer Telefon 601 68 09

14. Juni Schalterhalle SBB
10.00 Uhr Abfahrt 10.11 Uhr nach Gelterkinden/**Salhöhe.** Zwei Varianten-Wanderung nach **Densbüren.** Picknick nach Bedarf mitnehmen. Am Schluss Einkehr. Wanderzeit ca. 2¾ Std.
Leitung L. und W. Klossner

28. Juni Aeschenplatz (10er-Tram)
10.10 Uhr Abfahrt 10.15 Uhr nach **Arlesheim Dorf.** Wanderung rund um den Sulzkopf nach **Muttenz.** Wanderzeit ca. 3 Std.
Leitung L. Ottenburg, J. Kieffer

12. Juli Riehen Grenze (Station Tram 6)
09.15 Uhr Abfahrt 09.30 Uhr Deutsche Seite. **Schwarzwaldwanderung** mit Extrabus. Fahrt durch das Wiesental-Hotzenwald zum **Steinernen Kreuz.** Leichte Waldwanderung zur Waldkapelle-Ibacher Kreuz – Wehra-schlucht nach **Todtmoos.** Einkehr. Wanderzeit ca. 2½ Std. Picknick nach Bedarf, sowie ID-Karte mitnehmen. Fahrpreis ca. **Fr. 16.–** bis **Fr. 20.–** je nach Teilnehmerzahl.
Anmeldung **unbedingt erforderlich** bis 6. Juli an L. u. W. Klossner, Telefon 601 00 74, Platzzahl beschränkt.

26. Juli Schalterhalle SBB
11.30 Uhr Abfahrt: 11.42 Uhr nach Grellingen, mit dem Postauto 12.00 Uhr nach **Bretzwil.** Wanderung über Homberg durchs romantische Chaltbrunnental nach **Grellingen.**
Leitung L. Ottenburg, J. Kieffer

23. August St. Jakob (Tramhaltestelle)
07.45 Uhr 08.00 Uhr Abfahrt zur **Alpenwanderung** mit Extrabus nach Hasliberg, mit der Bergbahn nach **Käserstatt.** Leichte Wanderung über die Alpen Käserstatt 1830 m – Mägisalp 1689 m – Gummenalp 1625 m – **Bidmi** 1430 m. Wanderzeit ca. 2½ Std. Picknick nach Bedarf mitnehmen. Am Schluss Einkehr mit währschafter Verpflegungsmöglichkeit. Fahrpreis ca. Fr. 30.– bis Fr. 35.– je nach Teilnehmerzahl.
Anmeldung **unbedingt erforderlich** bis 17. August 95 an L. und W. Klossner Telefon 601 00 74, Platzzahl beschränkt.

30. August Aeschenplatz (10er-Tram)
10.00 Uhr Abfahrt 10.05 Uhr nach **Münchenstein.** Wanderung auf dem Heierliweg nach **Arlesheim.**
Leitung L. Ottenburg. J. Kieffer

13. Sept. Schalterhalle SBB
10.00 Uhr 10.11 Uhr Abfahrt nach Gelterkinden/**Salhöhe.** Wanderung über Morbachweid-Egg nach **Anwil.** Einkehr. Picknick nach Bedarf mitnehmen. Wanderzeit ca. 2¼ Std.
Leitung L. und W. Klossner

27. Sept. Schalterhalle SBB
11.15 Uhr Abfahrt 11.30 Uhr nach **Grellingen.** Mühelose Wanderung nach **Maisprach.**
Leitung L. Ottenburg, J. Kieffer

Donnerstaggruppe 1

4–5 Stunden
Leitung
Margrit Burgener Telefon 601 19 54
und weitere LeiterInnen

8. Juni Schalterhalle SBB
08.00 Uhr Abfahrt 08.23 Uhr nach **Courfaivre.** Wanderung: Soulce – Undervelier – **Berlincourt.** Grillieren bei Benno (etwas zum Grillieren mitbringen).
Leitung: M. Lüdi, T. Fingerlin u. B. Bernert

15. Juni Schalterhalle SBB
07.50 Uhr Abfahrt 08.11 Uhr nach Olten und mit Bus bis **Hauenstein.** Wanderung: Ifenthal – Challhöchi – Belchenflue – Geissflue – Hölstein. Picknick.
Leitung: M. Burgener

22. Juni Schalterhalle SBB
07.00 Uhr Abfahrt 07.23 Uhr nach Gänsbrunnen – **Welschenrohr.** Wanderung: Wolfsschlucht – Mieschegg – Gänsbrunnen. Picknick/ Einkehrmöglichkeit.
Leitung: M. Lüdi und T. Fingerlin

29. Juni Tel. 261 32 16 gibt am Mittwoch von 12.00 – 19.00 Uhr bekannt, welche Wanderung wir machen.

6. Juli Schalterhalle SBB
08.00 Uhr Abfahrt 08.23 Uhr nach **Liesberg.** Wanderung: Reselle de Soyhières – **Laufen.** Picknick.
Leitung: Heidi Dürrenberger

13. Juli Schalterhalle SBB
08.30 Uhr Abfahrt 08.49 Uhr nach **Magden.** Wanderung: Nusshof – Dornach – **Augst.** Picknick.
Leitung: M. Lüdi und T. Fingerlin

20. Juli Schalterhalle SBB
08.00 Uhr Abfahrt 08.23 Uhr nach Laufen – **Kleinlützel.** Wanderung: Movelier – **Ederswiler.** Picknick.
Leitung: B. Bernert

27. Juli Schalterhalle SBB
07.40 Uhr Abfahrt 07.58 Uhr nach Zwingen und mit dem Bus zum **Passwangtunnel.** Wanderung: Passwang – Wasserfallen – Helfenberg – **Langenbruck.** Picknick.
Leitung: M. Burgener

3. August Schalterhalle SBB
08.00 Uhr Abfahrt 08.25 Uhr nach Schöftland. Wanderung: **Rudertal** – Nützweid – Rehag – Schiltwald – **Reinach AG.** Picknick
Leitung: M. Lüdi und T. Fingerlin

10. August Schalterhalle SBB
07.30 Uhr Abfahrt 07.49 nach **Zürich – Sihlwald.** Wanderung: Albis – Uetliberg. Picknick.
Leitung: B. Bernert
Bei schlechtem Wetter gibt Tel. 261 32 16 am Mittwoch von 12.00 bis 18.00 Uhr die Ersatzwanderung bekannt.

17. August Aeschenplatz Bus Nr. 70
Abfahrt 07.48 nach **Ziefen.** Wanderung: Arboldswil – Titterten – Reigoldswil – **Ziefen.** Picknick.
Leitung: B. Bernert

24. August Tel. 261 32 16 gibt am Mittwoch von 12.00 – 18.00 Uhr Ziel und Abfahrt bekannt.

31. August Schalterhalle SBB
07.00 Uhr Abfahrt 07.23 Uhr nach **Biel – Magglingen.** Wanderung: Ende der Welt – Jorat – Mont Sujet – Diesse – mit der PTT bis La Neuville mit dem Schiff bis Biel und der SBB nach Basel. Picknick.
Leitung: M. Burgener
Bei schlechtem Wetter gibt Tel. 261 32 16 am Mittwoch von 12.00 – 18.00 Uhr die Ersatzwanderung bekannt.

7. Sept. Schalterhalle SBB
08.15 Uhr Abfahrt 08.30 Uhr nach **Oltingen.** Wanderung: Anwil – Limpers – **Asp.** Picknick.
Leitung: H. Dürrenberger

14. Sept. Basischer Bahnhof
07.00 Uhr Abfahrt 07.21 Uhr nach Zell und mit dem Bus zum Hebelhof **(Kollektivbillett).** Wanderung: Herzogenhorn – Bernau Kreuz – Wiesenquelle – Hebelhof. Picknick.
Leitung: M. Burgener
Bei schlechtem Wetter gibt Tel. 261 32 16 am Mittwoch von 12.00 – 18.00 Uhr die Ersatzwanderung bekannt.

21. Sept. Schalterhalle SBB
08.00 Uhr Abfahrt 08.14 Uhr nach **Zurzach.** Wanderung: Achenberg – Koblenz – **Full.** Picknick.
Leitung: M. Lüdi und T. Fingerlin

28. Sept. Schalterhalle SBB
07.00 Uhr Abfahrt 07.23 Uhr nach **Saignelégier.** Wanderung: Spiegelberg – Le Noirmont – Les Breuleux – Le Roselet – **Saignelégier.** Picknick.
Leitung: M. Burgener
Bei schlechtem Wetter gibt Tel. 261 23 16 am Mittwoch von 12.00 – 18.00 Uhr die Ersatzwanderung bekannt.

Donnerstaggruppe 2

2–3 Stunden
Leitung
Hansjörg Salathé Telefon 601 46 85
Bärbel Burkhard Telefon 481 17 45

24. August Bushaltestelle Friedhof Hörnli
10.00 Uhr Wanderung über das Grenzacherhorn zum **Rustelgraben.** Picknick aus dem Rucksack. Rückfahrt mit dem Bus ab St. Chrischona. Wer mag, wandert bis zur Bushaltestelle Bettingen. ID nicht vergessen.

28. Sept. Bushaltestelle Wenkenhof
14.00 Uhr (Linie 32)
Wanderung über das Wenkenköpfli nach **Inzlingen.** Einkehr in Inzlingen. Zurück über den Maienbühlhof zur Tramhaltestelle Riehen Grenze (Linie 6). ID und DM nicht vergessen.

Grenzenlose Kombinationen für jede Sportart
mäser Sports
Sportbekleidung
CENCI
i gang zum Cenci
Das Sportgeschäft in
Basel, Steinentorstr. 30
Riehen, Webergässchen 4
Pratteln, Burggartenstr. 3

Freitaggruppe 1

2 Stunden
Leitung
Annemarie Zurflüh Telefon 421 56 16

4. – 8. Juli **Wandertage in Davos.**

14. Juli Schalterhalle SBB
08.15 Uhr **Morgenwanderung**
Abfahrt 08.30 Uhr nach Gelterkinden. Mit PTT nach **Salhöhe.** Wanderung: Salhöhe, Nesselboden, Schafmatt, **Zeglingen.**

11. August Schalterhalle SBB
08.15 Uhr **Morgenwanderung**
Abfahrt 08.30 Uhr nach Gelterkinden. Mit PTT nach **Buuseregg.** Wanderung: Buuseregg Breitfeld, Wintersingeregg, **Maisprach.**

8. Sept. Schalterhalle SBB
12.10 Uhr Abfahrt 12.25 Uhr nach Liestal. Mit Bus nach **Titterten.** Wanderung: Titterten, Gugger, Egghübel, Brunnenstieg, **Niederdorf.**

Freitaggruppe 2

ca. 1½ Stunden
Leitung
Alice Weber Telefon 461 56 94
Trudy Kaufmann Telefon 421 50 05

9. Juni Heuwaage, Haltestelle 10er-Tram
12.30 Uhr Abfahrt 12.51 Uhr nach Flüh und dann mit dem Postauto bis **Hofstetten,** Wanderung: Hofstetten – «Schräger Weg» – Rinelfingen.

23. Juni Schalterhalle SBB
09.50 Uhr Abfahrt 10.11 Uhr nach Gelterkinden und mit dem Postauto weiter auf die **Salhöhe.** Wanderung: Salhöhe – Schafmatt – Bergweid – **Zeglingen.**
ACHTUNG: Picknick mitnehmen.

21. Juli Schalterhalle SBB
12.35 Uhr Abfahrt 12.49 Uhr nach Frick.Postauto nach Benkerjoch. Wanderung: **Benkerjoch** – Herzberg – **Staffelegg**

25. August Haltestelle Theater/Tram 10
12.35 Uhr Abfahrt 12.50 Uhr nach Flüh und mit dem Postauto nach **Mariastein.** Wanderung: Mariastein – Heulenhof (schöne Aussicht ins nahe Elsass und zur Landskron) – **Rodersdorf.**

15. Sept. Schalterhalle SBB
12.15 Uhr Abfahrt 12.34 Uhr nach Frick, dann mit dem Postauto Richtung Kaistenberg. Ausstieg unterwegs. Wanderung: **Ab Postauto** nach Ittental und weiter, u.a. entlang Biotop und Fledermaushöhle nach **Kaisten.**

29. Sept: Schalterhalle SBB
12.00 Uhr Abfahrt 12.14 Uhr nach Möhlin und mit dem Postauto nach **Zeiningen.** Wanderung: Zeiningen – **Mumpf.**

Sonntaggruppe

2 – 3 Stunden
Diverse LeiterInnen

Sonntag 18. Juni Aeschenplatz beim Bus nach Reigoldswil
11.10 Uhr Abfahrt 11.22 Uhr nach **Reigoldswil.** Beschauliche Wanderung nach **Lupsingen** (ca. 2½ Std.)
Leitung: L. Ottenburg, Telefon 691 70 69 und J. Kieffer, Telefon 601 68 09

Sonntag 20. August Bushaltestelle Bettingen
14.00 Uhr Rundwanderung über St. Chrischona. Am Schluss Einkehr mit Verpflegungsmöglichkeit (ca. 1½ Std.)
Leitung: H. Salathé, Telefon 601 46 85

Sonntag 10. Sept. Schalterhalle SBB
Laufen/Neumühle
10.45 Uhr Abfahrt 10.58 Uhr nach Laufen und mit der PTT nach Neumühle. Wir wandern auf den **Glaserberg** im Elsass. Picknick mitnehmen. Telefonische Anmeldung bis Freitag 8. September erwünscht.
Leitung: L. Keller, Telefon 312 70 10

Schöffel EveryWear ab **298.–**
Funktionelle Freizeitjacken für Damen und Herren in div. Farben.
wasserdicht, winddicht, atmungsaktiv
kostsport
Freie Strasse 51, 4001 Basel Tel. 061 261 22 55