

# Sport und Bewegung

Programm der Wandergruppen  
Bezirk Zurzach, 1. Halbjahr 2015

## Sportgruppenleitungen

<b>Leiter</b>	<b>Wohnort</b>	<b>Telefon und E-Mail</b>
Frei Alfred	Koblentz	056 246 15 13 079 485 87 50 frei.koblentz@bluewin.ch
Kellenberger Hans	Kleindöttingen	056 245 19 06 076 305 52 26 hans.kellenberger@hispeed.ch
Klein Elisabeth und Reto Leuggern		056 245 42 64 079 464 52 24 076 515 82 27 reto@xite.ch und elisabeth@klein.pe
Kuhn Eva und Hansjörg Full-Reuenthal		056 246 17 20 079 276 81 38 kuhn-full@bluewin.ch



## Pro Senectute Aargau

Beratungsstelle Bezirk Zurzach

Baslerstrasse 2 A

5330 Bad Zurzach

Telefon 056 249 13 30

Internet [www.ag.pro-senectute.ch](http://www.ag.pro-senectute.ch)

E-Mail [info@ag.pro-senectute.ch](mailto:info@ag.pro-senectute.ch)

Spenden und Legate Postkonto 50-1012-0

## Allgemeine Informationen

<b>Spazierwanderung (SW)</b>	Spazierzeit bis 2 Stunden Für Menschen, die gerne ohne Anstrengung in der Natur spazieren
<b>Kurzwanderung (KW)</b>	Marschzeit 2 bis 3 Stunden Für gute Wanderer
<b>Langwanderung (LW)</b>	Marschzeit ab 3 Stunden Für geübte Wanderer
<b>Schwierigkeitsgrade</b>	Finden Sie detailliert auf dem Programmblatt
<b>Gruppen</b>	Mindestteilnehmerzahl: 7 Personen
<b>Wandertag</b>	Gemäss Wanderprogramm
<b>Publikationen</b>	Detailinformationen erscheinen einige Tage vor der Tour in der Botschaft oder sind direkt bei der Tourenleitung erhältlich.
<b>Anmeldung</b>	Anmeldung gem. Publikation im Wanderprogramm und in der Presse.
<b>Durchführung</b>	Auskunft über die Durchführung bei unsicherer Wetterlage am Vortag der Wanderung gemäss Zeitangaben in der Ausschreibung direkt bei der zuständigen Tourenleitung.
<b>Treffpunkt</b>	Bei allen Wanderungen Treffpunkt gemäss Programm und der Pressepublikation.

## Teilnehmerbeitrag

Spazierwanderung: CHF 6.00 \*  
Kurzwanderung: CHF 6.00 \*  
Langwanderung: CHF 8.00 \*  
\* inkl. 8.0% MwSt.

Preisänderungen bleiben vorbehalten.

## Weitere Kosten

Bahnбилlette, Car- und Postautokosten sowie die Kosten für die Verpflegung gehen zu Lasten der Teilnehmenden. Alle angegebenen Preise verstehen sich inkl. 8.0% MwSt. Kollektivбилlett wird nach Möglichkeit von der Tourenleitung organisiert.

## Ausrüstung

Personalausweis. General-, Halbtax- und Verbund-Abo der SBB.  
Wanderschuhe mit Profilsohle, Windjacke, Regenschutz, Sonnenschutz, Rucksack.  
Wanderstöcke werden empfohlen.

## Verpflegung

Ein Getränk und eine kleine Zwischenverpflegung (Banane, Krafriegel usw.) sind mitzunehmen (Verhinderung eines Hungerastes). Nach Möglichkeit ist bei jeder Wanderung von der Wanderleitung ein Restaurantbesuch eingeplant.

## Notfälle

Tragen Sie persönliche Medikamente für Notfälle immer in einer Kleidungs- oder Aussen tasche des Rucksacks mit sich, ebenso das Notfallblatt.  
Das Notfallblatt erhalten Sie bei Ihrer Beratungsstelle oder bei der Tourenleitung.

## Versicherung

Ist Sache der Teilnehmenden.

## Informationen

Änderungen bei den Strecken und Abfahrtszeiten vorbehalten. Die Presseausschreibungen enthalten die letzten Änderungen.

Datum	Route	Marschzeit	Schwierigkeitsgrad	Höhendifferenz	Treffpunkt	Besammlungs- Rückkehr	Leitung
Donnerstag, 22.01.2015	Laufenburg CH – Andelsbachtal DE – <u>Laufenburg DE</u> – Zollbrücke – Laufenburg CH	KW 2 ½ Std.	**	+ 200 m - 200 m	Döttingen, Bhf	09:52 Uhr 15:06 Uhr	Elisabeth und Reto Klein
Donnerstag, 05.02.2015	Laufenburg- <u>Sisseln</u> -Stein Säckingen (D)	LW 3 ½ Std.	*	+50m -70m	Döttingen, Bhf, Bus 149	09.52Uhr 17.06 Uhr	Hans Kellenberger
Mittwoch, 11.02.2015	Langenthal – Hambüel – Hochwacht – <u>Melchnau</u> – Rne. Grünenb. & Langenst.	LW 3 ½ Std.	**	+ 400 m - 360 m	Döttingen, Bhf	07:49 Uhr 18:08 Uhr	Elisabeth und Reto Klein
Mittwoch, 25.02.2015	Rapperswil – <u>Bollingen</u> – Schmerikon: Entlang des Obersees	LW 3 Std.	*	+60 m -60 m	Niederweningen, Bhf (ZVV, 9-Uhr- Pass)	09.12 Uhr 17.50 Uhr	Eva und Hansjörg Kuhn
Donnerstag 05.03.2015	Oberbözberg – Römerweg - <u>Neu Stalden</u> - Linner Linde - Villnachern	LW 3 ¼ Std.	**	+120 m -320m	Brugg, Bhf, Bus 372	10.05 Uhr 15.56 Uhr	Hans Kellenberger
Freitag, 20.03.2015	Steckborn – <u>Mammern</u> – Stein am Rhein: Entlang des Bodensees	LW 3 ½ Std.	**	+240 m - 240 m	Kaiserstuhl, Bhf (Ostwind-ZVV, alle Zonen)	08.36 Uhr 17.20 Uhr	Eva und Hansjörg Kuhn
Donnerstag, 26.03.2015	Sommerau – Giessen – Rünenberg – Eital, Bruderloch – Wenslingen	LW 3 Std.	**	+ 350 m - 220 m	Döttingen, Bhf (TNW, Tageskarte)	07:58 Uhr 17:57 Uhr	Elisabeth und Reto Klein
Mittwoch, 01.04.2015	Waldshut – Wildgehege – Kalkofen – Gurtweil - <u>Waldshut</u>	LW 4 Std.	**	+460 m -460 m	Waldshut, Bhf Gleis 1	09.30 Uhr 15.00 Uhr	Eva und Hansjörg Kuhn
Donnerstag, 09.04.2015	Küsnacht ZH – Tobel – <u>Zollikerberg</u> – Wehrenbachtobel - Burgwies	LW 3 ½ Std.	**	+240 m -190m	Niederweningen, Bhf	09.12 Uhr 16.50 Uhr	Hans Kellenberger
Donnerstag, 16.04.2015	Zetzwil – Hochwacht (Aussichtsturm) – Wampfle – Oberkulm	LW 3 ½ Std.	***	+ 450 m - 500 m	Döttingen, Bhf	07:49 Uhr 16:38 Uhr	Elisabeth und Reto Klein
Mittwoch, 22.04.2015	Tösstal, Tössuferweg	LW 3 ¾ Std.	**	+ 50 m - 50 m	Niederweningen, Bhf	09.00 Uhr 17.50 Uhr	Alfred Frei
Mittwoch, 29.04.2015	Lindenberg: Muri – Geltwil – <u>Horben</u> – Beinwil - Benzenschwil	LW 3 ¾ Std.	**	+400 m -400 m	Döttingen, Bhf (A-Welle, 9-Uhr- Pass)	09.49 Uhr 18.08 Uhr	Eva und Hansjörg Kuhn

Datum	Route	Marschzeit	Schwierigkeitsgrad	Höhen-differenz	Treffpunkt	Besammlung Rückkehr	Leitung
Donnerstag, 07.05.2015	Moosleerau – Kulmerau – Chare – <u>Schiltwald</u> - Gontenschwil	LW 3 ½ Std.	**	+250m -200m	Döttingen, Bhf	07.49 Uhr 17.08 Uhr	Hans Kellenberger
Mittwoch, 13.05.2015	Albispasshöhe – Albishorn – Hausen am Albis – <u>Seleger Moor</u> – Kappel am Albis	LW 3 ¾ Std.	**	+250 m -460 m	Niederweningen, Bhf (ZVV, Tageskarte alle Zonen)	07.50 Uhr 18.12 Uhr	Eva und Hansjörg Kuhn
Donnerstag, 21.05.2015	Oberdorf – Liedertswil – Titterten – Chastelenflue – Arboldswil – Ziefen	LW 3 ¼ Std.	**	+ 350 m - 430 m	Döttingen, Bhf (TNW, Tageskarte)	07:52 Uhr 18:08 Uhr	Elisabeth und Reto Klein
Mittwoch, 27.05.2015	Rundwanderung Eglisau – Buchberg - Eglisau	LW 3 ¾ Std.	**	+ 250 m - 250 m	Kaiserstuhl, Bhf	09.30 Uhr 16.20 Uhr	Alfred Frei
Donnerstag, 04.06.2015	Walchwil – Lotenbachtobel – Räbmatt – Schöneegg - ( <u>Zugerberg</u> -Zug)	LW 4 Std.	**	+200m -120m	Döttingen Bhf (Kollektivbillett, mit Anmeldung)	07.38 Uhr 18.17 Uhr	Hans Kellenberger
Donnerstag, 11.06.2015	Niederschlag – Alp Furgglen – Arvenbüel – Chapf – Arven (Amdener Höhenweg)	LW 3 ½ Std.	**	+ 350 m - 370 m	Döttingen, Bhf (Kollektivbillett, mit Anmeldung)	07:38 Uhr 18:38 Uhr	Elisabeth und Reto Klein
Mittwoch, 17.06.2015	L'Areuse - Schlucht: Boudry - <u>Noiraique</u>	LW 3 Std.	**	+340 m -100 m	Döttingen, Bhf (Kollektivbillett, mit Anmeldung)	07.49 Uhr 17.08 Uhr	Eva und Hansjörg Kuhn
Mittwoch, 24.06.2015	Einsiedeln – Chatzestrück – Hochmoor - Rothenthurm	LW 3 ½ Std.	**	+ 240 m - 280 m	Niederweningen, Bhf	09.00 Uhr 18.12 Uhr	Alfred Frei

Erklärung: SW = Spazierwanderung (bis 2 Stunden) / KW = Kurzwanderung (2-3 Stunden) / LW = Langwanderung (ab 3 Stunden)

### Schwierigkeitsgrade

\* Leichte Wanderung, gut ausgebaute Wege, keine nennenswerten Auf- bzw. Abstiege (SW, KW, LW)

\*\* Die Wege sind teilweise schmal, Wurzeln oder Steine sind möglich. Die Wanderung hat einige kurze Auf- bzw. Abstiege (KW, LW)

\*\*\* Die Wanderung findet teilweise in anspruchsvollem Gelände statt. Grössere Höhenunterschiede mit ev. kurzen, steilen Auf- und Abstiegen (KW, LW)