

Foto: zVg



Gemeinsam unterwegs

Eine zauberhafte Wanderung im Schnee, eine Genuss tour in den Frühling oder eine anspruchsvolle Tagestour? Das Wandern in der Natur stärkt das Gemüt und den Körper, fördert Ausdauer und Gleichgewicht und bietet gemeinsames Erleben. Unsere Wanderleiter/-innen bieten regelmässig Touren unterschiedlicher Schwierigkeitsgrade und Distanzen an.

Gruppen:

- A** Höhere Marschleistung und längere Wanderzeiten (3 bis 5 Std.). Höhendifferenzen bis etwa 800 Meter.
- B** Kleinere Marschleistung und kürzere Wanderzeiten (2 bis 3 Std.). Höhendifferenzen bis etwa 300 Meter.

Beachten Sie auch die Sterne und übrigen Angaben.

Schwierigkeitsgrade:

- *** **Leichte Wanderung**, geringe Auf- und Abstiege, einfache Wanderwege, gelb markiert (T1)
- **** **Mittlere Wanderung**, grössere oder häufigere Auf- und Abstiege, unebene gut begeh bare Wanderwege, gelb (T1), z.T. weiss-rot-weiss (T2) markiert
- ***** **Anspruchsvolle Wanderung**, grössere oder steilere Auf- und Abstiege, Wanderwege teilweise steinig und/oder schmal, Trittsicherheit erforderlich, weiss-rot weiss markiert (T2)

Ausrüstung: Gutes Schuhwerk und Regenschutz sind immer erforderlich, Wanderstöcke werden empfohlen.

Verpflegung: Meistens Picknick, sonst im Restaurant (siehe Bemerkung Route). In der Regel Kaffeehalt vor oder nach der Wanderung.

Billette: Kollektivbillette ab Luzern werden, wenn nicht anders erwähnt, von der Wanderleitung besorgt, sonst Vermerk «indiv. lösen».

Treffpunkt: Sofern nichts anderes vermerkt, Bahnhof Luzern, Untergeschoss, vor H&M.

Abfahrt: Immer ab Luzern, sofern keine weitere Angaben.

Notfälle: Tragen Sie Medikamente für Notfälle immer in einer Aussentasche des Rucksacks mit sich.

Versicherung: Ist Sache der Teilnehmenden.

Kosten: Pro Wanderung CHF 10.- (bar oder Twint); werden zusammen mit dem Kollektivbillett eingezogen.

Detailinformationen: Über die einzelnen Wanderungen finden Sie unter www.lu.prosenectute.ch/Wandern

Fahrkosten/Fahrplan: Die Angaben basieren auf den für 2023 geltenden Halbtax-Gruppenpreisen und Fahrplänen (2024 etwas höher). Bitte General- bzw. Halbtaxabonnement mitnehmen. Bei kurzfristiger Absage/Fernbleiben von angemeldeten Personen gelten die Bestimmungen der SBB.

Anmeldung: Eine Anmeldung ist zwingend erforderlich, **frühestens 2 Wochen vor der Wanderung**, jeweils an die erste Wanderleiter/-in, per E-Mail oder Telefon (Telefonbeantworter). Bitte möglichst kurze Mitteilung mit Angabe von Vorname, Name, Wohnort, Telefon, Abonnement (GA, Halbtax oder kein Abo). Anmeldung bis **spätestens am Vortag bis 11.00 Uhr**. Bei den meisten Wanderungen besteht eine Teilnehmerbeschränkung von 30 Personen.

Durchführung: Über die definitive Durchführung oder Änderungen gibt die **Telefondurchsage** von Pro Senectute Kanton Luzern unter **Telefon 041 226 11 84** und www.lu.prosenectute.ch/Wandern am **Vortag ab 10.00 Uhr** Auskunft. Bitte rufen Sie in jedem Fall an.

+ Die Wanderungen sind alle vom Bundesamt für Sozialversicherung subventioniert, weil sie in besonderem Masse die Selbständigkeit und Autonomie von älteren Menschen fördern.

Frühlings-Special:

- 3-Tages-Panorama-Rundwanderung um den Thunersee
- A/** Wanderungen
- So, 12. bis Di, 14.05.24
- Anmeldung bei Doris Fankhauser

Wander-Leiter/innen esa

Fachleiter/in	Telefon	Mobile	E-Mail
Lötscher Mark	041 340 81 22	077 461 99 78	mark.loetscher@bluewin.ch
Lötscher Annelise (Stv.)	041 340 81 22	079 214 34 05	annelise.loetscher@bluewin.ch
Leiter/innen			
Bernasconi Karin		078 760 50 01	karin.bernasconi@gmx.ch
Fankhauser Vogel Doris		079 391 84 46	d.fankhauservogel@bluewin.ch
Fischer Franz		079 899 66 33	ff.swiss@gmail.com
Hägi Sandoval Margrit		077 476 10 09	mar.hag.san@bluewin.ch
Mailänder Christine		079 453 70 18	christine.mailaender@gmx.ch
Marty Maya		079 211 65 50	mayma@bluewin.ch
Meier Lisa		079 308 25 30	lisa.meier60@bluewin.ch
Weber Monika	041 280 49 49	078 807 82 92	moniwe@gmx.ch

Wander-Programm

Tag/Datum/Zeit/ Treffpunkt	Tour/Schwierigkeit/Route	Distanz/ Höhenmeter	Wander- zeit	Leitung/ Anmeldung	Abfahrt/ Rückkehr/ Preis Kollektiv
MI 17.01.2024 08.20 Uhr Bahnhof UG	Vom Mühlitobel über den Sihlweg nach Schönenberg A/* Richterswil – Sternenweiher – Samstagern – Hüttenersee – Sihl – Tüfenbachweiher – Schönenberg	14 km 560 m ↗ 240 m ↘	5 Std.	M. Marty F. Fischer	A: 08.35 Uhr R: 17.25 Uhr K: ca. CHF 22.-
28.01.24 – 02.02.24	Wintersportferien Pontresina			Franz Lötscher	
MI 31.01.24 08.25 Uhr Bahnhof UG	Rundwanderung in Einsiedeln Tour 555 B/* Einsiedeln – Kloster – Badi Tiefenbrüggli – Galgenenchappeli - Einsiedeln	11 km 130 m ↗ 130 m ↘	3 ¼ Std.	M. Marty K. Bernasconi	A: 08.39 Uhr Meggen Zentr.: 08.51 Uhr R: 16.21 Uhr K: ca. CHF 21.-
DO 15.02.24 08.40 Uhr Bahnhof UG	Glaubenbielen Sörenberg A/** Sörenberg – Totmoos – Talstation Briener Rothorn - Sörenberg	10 km 380 m ↗ 380 m ↘	3 ½ Std.	M. Weber A. Lötscher	A: 08.57 Uhr R: 17.03 Uhr K: ca. CHF 18.-
DO 29.02.24 08.15 Uhr Torbogen Bahnhof Luzern	Winterradiowanderung ZG/LU/SZ B/** Rotkreuz – Chiemen - Immensee	10 km Trittsicherheit Voraussetzung (Seeuferweg)	3 ½ Std.	F. Fischer K. Bernasconi	A: 08.37 Uhr R: 16.53 Uhr K: ca. CHF 12.-
MI 06.03.24 08.15 Uhr Bahnhof UG	Von Hitzkirch über den Horben A/* Hitzkirch – Müswangen – Horben – Lieli – Heidegg - Hitzkirch	14,6 km 470 m ↗ 470 m ↘	4 ½ Std.	K. Bernasconi L. Meier	A: 08.32 Uhr R: 17.00 Uhr K: Zonen 10/ 28/ 37 individ. lösen
MI 13.03.24 08.50 Uhr Bahnhof UG	Durch die Hohle Gasse bei Burgdorf B/** Wynigen - Burgdorf	9,5 km 300 m ↗ 300 m ↘	3 ¼ Std.	M. Weber L. Meier	A: 09.05 Uhr R: 17.05 Uhr K: ca. CHF 28.-
DO 21.03.24 07.50 Uhr Bahnhof UG	Störche, Hasen und Barock A/* Grenchen Brücke – Altreu – Schutzzone Witi – Solothurner Altstadt	14,4 km flach	3 ¼ Std.	M. Lötscher Ch. Mailänder	A: 08.05 Uhr Sursee: 08.27 R: 18.05 Uhr K: ca. CHF 31.-
DO 04.04.24 08.50 Uhr Torbogen Bahnhof Luzern	Wanderung mit Sicht auf Sempachersee B/* Gormund – Hundgellen – Kirchbühl – Sempach Badi – Sempach Station	11,5 km 100 m ↗ 300 m ↘	3 ¼ Std.	L. Meier Ch. Mailänder	A: 09.05 Uhr R: 16.15 Uhr K: Zonen 10 /26 /37 individ. lösen
MI 10.04.24 08.15 Uhr Bahnhof UG	Chirsiblueschtwärts von Hochwald nach Liestal A/** Hochwald SO – Büren – Nuglar – Liestal BL	13 km 400 m ↗ 650 m ↘	4 Std.	A. Lötscher M. Lötscher	A: 08.30 Uhr R: 17.30 Uhr K: ca. CHF 27.-
MI 17.04.24 07.50 Uhr Bahnhof UG	Frühlingsrundwanderung von Brugg zur Habsburg bis Brugg B/** Brugg – Schloss Habsburg – Schinznach Bad - Brugg	12 km 200 m ↗ 200 m ↘	3 ½ Std.	M. Weber L. Meier	A: 08.05 Uhr R: 16.55 Uhr K: ca. CHF 28.-

Tag/Datum/Zeit/ Treffpunkt	Tour/Schwierigkeit/Route	Distanz/ Höhenmeter	Wander- zeit	Leitung/ Anmeldung	Abfahrt/ Rückkehr/ Preis Kollektiv
DO 25.04.24 08.30 Uhr Bahnhof UG	Am Fusse des Pilatus mit schönen Ausblicken A/**/*** Horw – Schönenboden – Mülimäas – Dorschnei - Krienseregg	12,5 km 1'000 m ↗ 450 m ↘	5 Std.	L. Meier Ch. Mailänder	A: 08.42 Uhr R: 17.00 Uhr K: Zone 10 indiv. lösen plus Bahn Krienseregg evtl. Kollektiv
DO 02.05.24 08.20 Uhr Bahnhof UG	Durch die thurgauische Seenlandschaft zur Kartause Ittingen B/* Nussbaumen TG – Nussbommersee – Hasesee - Hüttwiilersee – Schelmi – Kartause Ittingen	13 km 150 m ↗ 220 m ↘	3 ½ Std.	A. Lötscher M. Weber	A: 08.35 Uhr R: 17.51 Uhr K: ca. CHF 36.-
SO 12.05.24 - DI 14.05.24	3-Tages-Panorama- Rundwanderung um den Thunersee A/** 1. Tag: Thun – Sigriswil 2. Tag: Sigriswil – Interlaken 3. Tag: Spiez – Thun			D. Fankhauser M. Hägi	Detail- programm wird zugestellt und erscheint auf Wanderseite
MI 15.05.24 07.55 Uhr Bahnhof UG	Durchs schöne Zürcher Unterland A/* Bülach – Nussbaumen – Aussichtsturm Petersboden – Tössegg - Eglisau	12,3 km 340 m ↗ 380 m ↘	3 ½ Std.	Ch. Mailänder M. Lötscher	A: 08.09 Uhr R: 17.51 Uhr K: ca. CHF 30.- GA CHF 4.- (Fähre)
MI 22.05.24 07.45 Uhr Bahnhof UG	Seleger Moor und Naherholungsgebiet B/* Aeugst a.A. – Türlensee – Seleger Moor	10 km 105 m ↗ 205 m ↘	3 ¼ Std.	F. Fischer D. Fankhauser	A: 08.09 Uhr R: 17.51 Uhr K: ca. CHF 23.- plus Eintritt Seleger Moor: CHF 16.-
03. – 08.06.24	Genusswanderwoche in Murten B/C			M. Weber R. Stalder	
DO 06.06.24 06.40 Uhr Bahnhof UG	Die Felsarena Creux du Van A/*** Noiraigue – Le Oeuillons – Abzw. Soliat – La Grand Vy - Ferme Robert – Noiraigue Bei nassen, gefährlichen Verhältnissen wandern wir von Noiraigue durch die Areuseschlucht	14,4 km 770 m ↗ 770 m ↘	5 Std.	M. Lötscher A. Lötscher	A: 06.54 Uhr R: 19.05 Uhr K: ca. CHF 45.-
DO 13.06.24 09.00 Uhr Bahnhof UG	Schöne Rundtour im Wirzweli B/** Wirzweli –Langenboden – Ächerli – Chieneren – Loch – Langboden - Wirzweli	8,1 km 340 m ↗ 340 m ↘	3 ¼ Std.	D. Fankhauser K. Bernasconi oder F. Fischer	A: 09.10 Uhr R: 16.49 Uhr K: ca. CHF 15.-
MI 19.06.24 07.55 Uhr Bahnhof UG	Zürcher Oberland bis Pfäffikersee A/* Kempten – Kemptmertobel – Rosinli – Römerkastell – Pfäffikon Seeufer - Pfäffikon	13,5 km 330 m ↗ 340 m ↘	3 ¾ Std.	Ch. Mailänder M. Hägi	A: 08.09 Uhr R: 17.25 Uhr K: ca. CHF 27.-

Tag/Datum/Zeit/ Treffpunkt	Tour/Schwierigkeit/Route	Distanz/ Höhenmeter	Wander- zeit	Leitung/ Anmeldung	Abfahrt/ Rückkehr/ Preis Kollektiv
MI 26.06.24 08.55 Uhr Bahnhof UG	Erlebnisreiche Wanderung entlang der wilden Engelberger Aa B/* Engelberg – Eienwäldli – Talstation Fürenalpbahn – am Fusse des Fürren- u. Eggwaldes – Klostermatte – Bahnhof Engelberg	11 km 290 m ↗ 290 m ↘	3 ¼ Std.	M. Hägi M. Weber	A: 09.10 Uhr R: 16.49 Uhr K: ca. CHF 16.-
MI 03.07.24 07.25 Uhr Bahnhof UG	Seebodenalp bis Rigi A/** Seebodenalp – Rigi Staffel – Staffelhöhe – Chänzeli – Altruedisegg - Seebodenalp	10 km 620 m ↗ 620 m ↘	4 Std.	K. Bernasconi F. Fischer	A: 07.39 Uhr R: 17.21 Uhr K: ca. CHF 21.-
MI 10.07.24 07.15 Uhr Bahnhof UG	Ortsbesichtigung und Umwanderung von Lichtensteig im Toggenburg, Anfahrt mit Voralpenexpress B/**	7,5 km 210 m ↗ 220 m ↘	2 ½ Std. Plus ¾ Std. Ortsbesichtigung	F. Fischer M. Hägi	A: 07.39 Uhr R: 17.21 Uhr K: ca. CHF 36.-



Detailinformationen zu den einzelnen Touren erhalten Sie auf unserer Website unter:
www.lu.prosenectute.ch/Wandern

