Zeitschrift: Akzent : Magazin für Kultur und Gesellschaft

**Herausgeber:** Pro Senectute Basel-Stadt

**Band:** - (1991-1992)

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: 24.11.2025** 

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

#### Sprachkurse/Seniorensport

Mittwoch	le la
Zeit	14.00–14.50 Uhr
Ort	Begegnungszentrum Gundeldingen, Bruderholzstrasse 104, Kursraum
Leitung	Molly Ammann
Stufe	Oberstufe

Donners	tag Announce		
Zeit	8.15-9.05 Uhr		
Ort 18	Begegnungszentrum Gundeldingen, Bruderholzstrasse 104, Bibliothek		
Leitung	Hans Peter Gerhard		
Stufe	Oberstufe		
Zeit	9.15-10.05 Uhr		
Ort	Alterssiedlung Bachofenstrasse 1		
Leitung	Esther Muggli		
Stufe	leichtere Mittelstufe		

#### **English Conversation Club**

In gemütlicher Runde werden, angeregt durch die Kursleiterin, verschiedene Themen zur Sprache gebracht. Dabei wird ausschliesslich englisch gesprochen. Interessentinnen und Interessenten können sich melden bei:

Frau M. Häcky/Frau E. Ludwig, Tel. 23 30 71, ab 22.4.: 272 30 71 (8.00-11.30 Uhr).

#### Französisch

Montag	Frenze, 3 Mai 1991				
Zeit	8.10-9.00 Uhr				
Ort	Begegnungszentrum Gundeldingen, Bruderholzstrasse 104, Bibliothek				
Leitung	Jacqueline Weissenberger				
Stufe	Mittelstufe				
Zeit	9.30-10.20 Uhr				
Ort	Begegnungszentrum Gundeldingen, Bruderholzstrasse 104, Werkraum 1				
Leitung	tung Eva Surbeck				
Stufe	Mittelstufe				

Dienstag			
Zeit	8.30-9.20 Uhr		
Ort Mills	Begegnungszentrum Gundeldingen, Bruderholzstrasse 104, Bibliothek		
Leitung	Jacqueline Weissenberger		
Stufe	Konversationsstufe		

Donnerstag			
Zeit	8.45-9.35 Uhr		
Ort	Begegnungszentrum Gundeldingen, Bruderholzstrasse 104, Werkraum 1		
Leitung	Eva Surbeck		
Stufe	Mittelstufe		

#### Club de conversation française

#### Französisch-Konversationsclub

Auskunft und Anmeldung: Tel. 23 30 71, ab 22.4.: 272 30 71 8.00-11.30 Uhr

(Frau E. Ludwig/Frau M. Häcky)

#### Italienisch

Dienstag	DE OFC MACCAMA		
Zeit	14.00-14.50 Uhr		
Ort	Begegnungszentrum Gundeldingen, Bruderholzstrasse 104, Bibliothek		
Leitung	Christoph Wiesler		
Stufe	leichtere Mittelstufe		

#### Spanisch

Donnerstag			
Zeit	9.00-9.50 Uhr		
Ort	Seniorentreffpunkt Kaserne, Klybeckstrasse 1b		
Leitung	Rosa Streuli		
Stufe	fortgeschrittene Anfänger innen		
	1.00		

#### Holländisch

Bei genügend Interesse bieten wir ab Frühling 1991 einen Holländischkurs für AnfängerInnen an. Anmeldung: Tel. 23 30 71, ab 22. 4.: 272 30 71 (8.00-11.30 Uhr)

Information und Anmeldung für alle Kurse: Montag – Freitag, 8.00–11.30 Uhr, am Luftgässlein 1 oder über Tel. 23 30 71, ab 22.4.: 272 30 71

### Seniorensport



#### alter+sport

#### Unfallversicherung

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

#### Teilnehmerbeiträge

Ab April 1991 werden die Teilnehmerbeiträge erhöht. Die in diesem Programm ausgedruckten Kursbeiträge sind bereits die neuen, ab April gültigen Tarife.

#### Altersturnen

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

#### Kursbeitrag

Fr. 4.-

#### 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

Dienstaa

#### St. Johannes Gemeindehaus

Am Kravenrain 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 9.00 Uhr, 10.00 Uhr Donnerstag 9.00 Uhr, 10.00 Uhr M

#### Providentiasaal Heiliggeist

Laufenstrasse 46 Mittwoch 14.00 Uhr, 15.00 Uhr Freitag 14.30 Uhr M

#### Rhypark Saalbau

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

#### Saal am Dych

Redingstrasse/Gellertstrasse 151 Dienstag 9.30 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 Uhr, Mittwoch 9.30 Uhr

#### Weiherweg Alterszentrum

Rudolfstrasse 43 Montag 8.00 Uhr, 9.00 Uhr

#### Wibrandishaus Alterssiedlung

Allschwilerplatz 9 Donnerstag 8.45 Uhr, 9.50 Uhr

#### Wilhelm-Klein-Strasse 19 Alterssiedlung

Donnerstag 14.00 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 15.00 Uhr

#### Kleinbasel

#### St. Clara Pfarrei

Lindenberg 12 Dienstag 8.45 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 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

#### St. Theodor Gemeindehaus

Claragraben 43 Mittwoch, 14.15 Uhr Donnerstag, 9.00 Uhr

#### Riehen/Bettingen

#### Andreashaus

Keltenweg 41 Montag 9.00 Uhr, 10.00 Uhr M

#### **Diakonissen-Schwesternhaus**

Schützengasse 66 Mittwoch 10.00 Uhr

#### St. Franziskus Pfarreiheim

Äussere Baselstrasse 170 Mittwoch 9.00 Uhr

#### Seniorensport

#### Kornfeldkirche

Kornfeldstrasse 51 Dienstag 15.00 Uhr

#### Bettingen Schulhaus

Mittwoch 15.00 Uhr

#### Ausbildungskurs für Leiter/innen von Seniorensportgruppen

Haben Sie Lust, als Leiter/in einer Seniorensportgruppe einzusteigen? Haben Sie Freude am Kontakt mit älteren Menschen? Haben Sie schon daran gedacht, Ihre Fähigkeiten und sportlichen Fachkenntnisse im Seniorensport einzusetzen?

Dann können Sie sich jetzt für den nächsten Ausbildungskurs anmelden. Die Ausbildung dauert, je nach Sportart, 5-11 Tage. Der Kurs ist im Blocksystem aufgebaut. Kurs I für alle Sportarten gemeinsam, Kurs II nach Sportarten getrennt.

Kurs I (5 Tage) findet statt am 3., 4., 6., 7. und 8. Juni 1991, jeweils von 9.00-17.00 Uhr in Basel.

Kurskosten: Fr. 200.- inkl. Verpflegung und Kursunterlagen.

Wenn Sie Näheres über die Ausbildung wissen möchten, rufen Sie uns an: Tel. 23 30 71, ab 22.4.: 272 30 71, Sekretariat Alter + Sport verlangen.

# **GORE-TEX®**

## enson's MPC

Wander- und Trekking-Bekleidung

Basel bei

Telefon 061 25 22

Freie Strasse 51, 4001 Basel

25

#### Seniorenturnen

Für rüstige und sportlich geübte Senioren in Turnhallen und Gymnastikräumen.

#### Kursbeitrag

Fr. 4.-

#### Anmelduna

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 17.00 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 9.00 Uhr (gemischte Gruppe)

#### **Diakonissen-Schwesternhaus**

Riehen, Turnsaal, Schützengasse 66 Montag 14.00 Uhr (gemischte Gruppe)

#### 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

Einzeleintritt Fr. 6.- (10er-Abonnement Fr. 46.-/20er-Abonnement Fr. 80.-). 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. 7. - pro Mal

Dienstag

10.00-10.30 Wassergymnastik, freies Schwimmen

#### «Dalbehof», Kapellenstrasse 17

09.30-11.00 Wassergymnastik und

Schwimmen

Dienstag

09.00-09.45 Wassergymnastik 09.45-10.30 und Schwimmen

Donnerstag

14.30-15.30 Nichtschwimmer und Schwimmer

Kantonsspital

Eingang Hebelstrasse 20 (Richtung Spitalgarten, Treppe ins Untergeschoss) Beitrag: Fr. 5.- 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

#### Weiherweg 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 09.15-10.00 und Schwimmen

14.00-15.30 Freies Schwimmen

Mittwoch 14.30-15.15 Nichtschwimmer 15.15-16.00 Freies Schwimmen

#### Kleinbasel

#### Bläsischulhaus

Eingang Müllheimerstrasse

Dienstag

16.45-17.30 Methodikkurs für

Schwimmer

Mittwoch

16.10-18.10 Freies Schwimmen (Wassertiefe 2 m)

#### Riehen

#### **Dominikushaus**

Albert Oeri-Strasse 7 Beitrag: Fr. 6.50 pro Mal

09.00-10.00 Wassergymnastik

#### Wasserstelzenschulhaus

Wasserstelzenweg

Mittwoch

15.30-17.00 Nichtschwimmer und

Freies Schwimmen

#### 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 vom

16. April - 18. Juni 1991 (ohne 30.4. und 21.5.)

Zeit 11.00-11.45 Uhr Ort

Schwimmbecken des Kantonsspitals,

Eingang Hebelstrasse 20

Leitung Frau Yvonne Beeler Frau Cécile Vecchioli

Kosten Fr. 64.- (für 8mal)

Anmeldung Pro Senectute, Tel. 23 30 71, ab 22.4.: 272 30 71

#### Rücken-/Brustschwimmkurs für Fortgeschrittene

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

Jeden Dienstag vom 16. April - 18. Juni 1991

(ohne 30.4. und 21.5.)

10.15-11.00 Uhr Zeit

Ort Schwimmbecken des Kantonsspitals,

Eingang Hebelstrasse 20

Frau Yvonne Beeler Leitung Frau Cécile Vecchioli

Kosten Fr. 64.- (für 8mal)

Anmeldung Pro Senectute, Tel. 23 30 71, ab 22.4.: 272 30 71

### **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 vom

9. April - 18. Juni 1991

Abfahrtszeiten

8.35 Uhr Mustermesse vis-à-vis Taxistand

Riehenring 8.45 Uhr Gartenstrasse

(beim Bankverein-Gebäude) pro Mal: Fr. 8.70 Eintritt Kosten

> und Fr. 8.70 Carfahrt (einmaliger Organisationsbeitrag Fr. 3.- pro Kur)

Anmeldung beim Treffpunkt

#### Volkstanzen

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

#### Kursbeitrag

Fr. 4.-

#### Anmeldung

In der Kursstunde.

#### Grossbasel

#### Gellertkirche

Christoph-Merian-Platz 5 Donnerstag, 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, 9.30 Uhr

#### Zwinglihaus

Gundeldingerstrasse 370 Freitag, 9.30 Uhr

#### Kleinbasel

#### **Rankhof Alterssiedlung**

Rankhof 10, Gruppenraum Freitag, 15.00 Uhr

#### Kleinhüningen Gemeindehaus

Wiesendamm 30 Donnerstag, 9.30 Uhr

#### Riehen

#### Freizeitanlage Landauer

Bluttrainweg 12

Montag: 1. Gruppe 14.30 Uhr,

2. Gruppe 16.15 Uhr

#### Haus zum Wendelin

Inzlingerstrasse 50 Freitag, 9.30 Uhr

#### Atmung und Entspannung

Erkälten Sie sich leicht? Bereitet Ihnen 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
	11. April - 20. Juni 1991
	(ohne 9. Mai)

7eit 9.00-10.00 Uhr

Ort Studio für Atem- und Bewegungsschulung

Blotzheimerstrasse 28

Leitung Frau Carmen Siegrist Kosten Fr. 100.- (für 10mal)

Anmeldung Pro Senectute, Tel. 23 30 71,

ab 22.4.: 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 Grundspannung und Beweglichkeit zu erreichen.

Kommen Sie und tanzen Sie mit!

Jeden Freitag vom Datum

12. April - 31. Mai 1991 Zeit 8.30 oder 9.30 Uhr

Ort Gymnastikraum im Begegnungszentrum Gundeldingen

Bruderholzstrasse 104

Frau Suzy Egli Leitung Kosten Fr. 40.- (für 8mal)

Anmeldung Pro Senectute, Tel. 23 30 71,

ab 22.4.: 272 30 71

#### Kegeln

#### 1. Gruppe

Jeden Donnerstag, 14.30–17.30 Uhr Restaurant Marmite, Klybeckstrasse 15 Leitung: Paul Häring

#### 2. Gruppe

Vierzehntäglich Donnerstag, 14.15-16.00 Uhr

Restaurant Clarahof, Hammerstrasse 56 Leitung: Ernst Kohler

Anmeldung: Pro Senectute, Tel. 23 30 71, ab 22.4.: 272 30 71

Wir suchen

#### Leiter/in für Kegelgruppe

Hätten Sie Lust, die Leitung einer dritten Pro Senectute-Kegelgruppe zu übernehmen? Zeitaufwand: 1-2 Nachmittage pro Monat. Wir geben Ihnen gerne Auskunft und freuen uns auf Ihren Anruf: Tel. 23 30 71, ab 22.4.: 272 30 71, Sekretariat Alter+Sport verlangen.

#### **Minitennis**

Das attraktive Rückschlagspiel erfreut sich grosser Beliebtheit. Minitennis 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

Saalbau Rhypark Ort Mülhauserstrasse 17

Kosten Fr. 4.-/Mal Anmeldung am Kursort

#### Seniorensport

#### **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.

Montag bis Freitag

vormittags

Tenniszentrum Bächliacker, Spielort

Frenkendorf

Kosten Saisonabonnement:

Winter ca. 180.-(Oktober-April) Sommer ca. 145.-(April-September)

Anmeldung Tel. 23 30 71, 8.00-11.30 Uhr,

ab 22.4.: 272 30 71

#### **Tischtennis**

Laufträff

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

1. Gruppe 9.00-11.00 Uhr

2. Gruppe 14.30–16.30 Uhr Beide Gruppen sind zurzeit besetzt.

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

**Zeit** Jeden Dienstag und Freitag

von 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. 3.-

Anmeldung beim Treffpunkt

Kleidung

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

Neue Laufträff-Gruppe im Allschwilerwald! Eröffnung Anfang Mai 1991.

Jeden Donnerstag (erstmals am 2. Mai 1991) von 9.15-ca. 10.30 Uhr

Treffpunkt um 9.00 Uhr beim Garderobengebäude auf dem Parkplatz beim Allschwilerweiher (Endstation 8er-Tram, ca. 5 Min. zu Fuss Richtung Schiessstand).

Kosten

Fr. 3.-

Anmeldung beim Treffpunkt

Kleidung

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

Witterung. Es steht eine abschliessbare Garderobe

zur Verfügung.

#### Vita-Parcours

Ab Anfang Mai bis Ende Oktober im Allschwilerwald, bei jeder Witterung. Das Übungsprogramm ist speziell auf Senioren abgestimmt.

Zeit

Jeden Donnerstag (ab 2. Mai 1991) 9.15-ca. 10.30 Uhr

Treffpunkt um 9.00 Uhr beim Garderobengebäude auf dem Parkplatz beim Allschwilerweiher (Endstation 8er-Tram, ca. 5 Min. zu Fuss Richtung Schiessstand).

Leitung

Rita Jaus, Tel. 302 10 78

Kosten

Fr. 3.-

Anmeldung Beim Treffpunkt

Kleidung

Bequeme Schuhe und Kleidung, Regenschutz bei schlechter Witterung. Es steht eine abschliessbare Garderobe zur Verfügung.

#### Skisport

#### Langlauf/Skiwandern

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

Anmeldung und Auskunft bei: Margrit Burgener, Telefon 49 19 54

#### Alpinskifahren

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

#### 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. 3.-

Anmeldung

Beim Treffpunkt. Verantwortlicher für die Velotouren: Fritz Landerer, Sommerstrasse 47, 4056 Basel, Tel. 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.

15. April

13.30 Uhr

Montag Schorenweg 117 (beim Sportplatz Schorenmatte). Lange Erlen-Weil-Haltingen-Binzen-Fischingen: Rest. Tanne-Efringen-Märkt-Kleinhüningen (29 km) Tourenleiter: F. Landerer

25. April 13.30 Uhr

Donnerstag

Dorenbachcenter Binningen. Oberwil-Therwil-Levmen-Eichwald-Hagenthal-le-Bas: Rest. A la Couronne-

Hégenheim-Allschwil: Rest. Elsässerhof (30 km) Tourenleiter: W. Rüber

6. Mai

Montag

13.30 Uhr St. Jakob/Gartenbad.

Münchenstein-Dornach-Aesch-Ettingen-Flüh: Rest. Martin-Oberwil-Binningen (28 km) Tourenleiter: W. Garzetta

16. Mai

13.00 Uhr

Donnerstag Schalterhalle SBB (Veloaufgabe). U-Abo oder einfaches Billett nach Tecknau

Velofahrer ab Basel nach Tecknau: 10.00 Uhr Besammlung Birsfelden Tramendstation Tourenleiter: F. Landerer Ab Tecknau fahren wir gemeinsam das Baselbiet

hinunter nach Frenkendorf: Rest. Bahnhof-St. Jakob (30 km) Tourenleiter: W. Oes

27. Mai

13.30 Uhr

Hegenheimerstrasse/Alter Zoll. Häsingen-Bartenheim-Kembs-Rosenau-Neudorf-Hüningen (Sandoz) (35 km)Tourenleiter: W. Oes

6. Juni 8.30 Uhr Donnerstag, ganztags Hegenheimerstrasse/ Alter Zoll.-Folgensbourg-Knöringen (Znünihalt)-Tagsdorf-Wahlbach (Mittagessen)-Sierentz-Kembs-Rosenau-Neudorf-Hüningen (Sandoz) (55 km) Tourenleiter: W. Oes

17. Juni 13.30 Uhr

Montag Schorenweg 117 (beim Sportplatz Schorenmatte). Weil-Binzen-Holzen-Efringen-Lange Erlen (39 km)Tourenleiter: W. Garzetta 27. Juni 9.00 Uhr

Donnerstag, ganztags Dorenbachcenter Binningen. Oberwil-Biel-Benken-Leymen-Rodersdorf (Znünihalt)-Bettlach-Cäsarhof (Mittagessen)-Häsingen-Allschwil: Rest. Elsässerhof (40 km) Tourenleiter: W. 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. 3.- im U-Abo-Bereich, Fr. 4.- ausserhalb der Regio.

Anmeldung beim Treffpunkt. Mitnehmen

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

#### !WICHTIGE MITTEILUNGEN!

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

Die Sternwanderung findet dieses Jahr am 18. September 1991 statt. Wir nehmen an der schweizerischen Sternwanderung der Pro Senectute-Wandergruppen zum Rütli teil.

Neu: Wandern am Montag! Auf mehrfachen Wunsch wird die Donnerstaggruppe 1 ab April 1991 versuchsweise auf den Montag verlegt.

#### Montaggruppe

bis 3 Stunden

Wanderleiterinnen:

Jacqueline Bloch Tel. 23 53 67 Heidi Gunti Tel. 47 03 74 Rita Waech Tel. 281 33 94

29. April 11.15 Uhr

Schifflände beim Verkehrsverein. Abfahrt 11.30 Uhr mit Metrobus Nr. 604 in die Petite Camargue. Kreuz und quer durch diese einmalig schöne Landschaft. Rückkehr um 17.30 Uhr. U-Abo (+kleiner Zuschlag), ID-Karte und FF Mitnehmen.

27. Mai 11.30 Uhr

Schalterhalle SBB Abfahrt 11.45 Uhr nach Frick und mit Bus bis Benkerjoch. Wanderung nach Frick.

17. Juni 11.55 Uhr

Schalterhalle SBB Abfahrt 12.11 Uhr nach Gelterkinden und mit dem Bus bis **Hemmiken**. Wanderung nach Anwil-Kienberg.

				Seniorensport		
Dienstaggruppe 1 1½-2½ Stunden		14. Mai 12.40 Uhr Aechenplatz (Bus 70) Abfahrt 12.48 Uhr nach Schöntal. Wanderung nach Augst.  11. Juni Bahnhof SBB Abfahrt 13.15 Uhr nach	19. Juni Schalterhalle SBB 8.10 Uhr Abfahrt 8.29 Uhr nach			
Wanderleiterinnen: Lies Keller Tel. 312 70 10 Rita Müry Tel. 311 41 56			nach Augst.  Bahnhof SBB		Gelterkinden und mit dem Postauto nach <b>Anwil</b> . Wi wandern über den Busch- berg und Thierstein nach	
<b>5. März</b> 12.00 Uhr	Bahnhof SBB Abfahrt 12.08 Uhr nach Liestal, Postauto auf die Windentalhöhe. Wanderung über den Schleifenberg nach Arisdorf.	isel- orf SO- tour ab der Abo ab	Rheinfelden, mit dem Bus nach <b>Magden</b> . Wande- rung nach <b>Rheinfelden</b> .		Schupfart, resp. zum Flugplatz (Mittag). Nach einem gemütlichen «Hock» gehts nach Schup- fart hinunter und mit Postauto und Bahn heim.	
19. März	Bahnhof SBB	NAMES OF STREET	Rayauram.			
12.40 Uhr	Abfahrt 12.52 Uhr nach Sissach, mit Bus nach	Mittwochgruppe 1			Washington William	
	Känerkinden. Wande-	2½-3 Stunden		Mittwochgruppe 2		
0. 4 - 11	rung nach <b>Diegten</b> .	Wanderleiterin: Zita Kuhn Tel. 63 45 66*		2–3 Stunden		
<b>9. April</b> 12.45 Uhr	Haltestelle Theater Abfahrt 12.50 Uhr nach Flüh und mit Postauto	oder 036/53 17 76 *ab 22.4.: 481 45 66		Wanderleiter/in: Lilly und Willy Klossner, Tel. 49 00 74		
Vanderung	nach <b>Challhöhe</b> . Wanderung nach <b>Kleinlützel</b> .	13. März 9.35 Uhr	Schalterhalle SBB Abfahrt 9.52 Uhr nach Liestal-Waldenburg, mit dem Postauto nach Lan- genbruck. Wir wandern um den Berettenkopf nach (voraussichtlich) Holder- bank (Mittag) und zurück nach Langenbruck.	13. März 12.40 Uhr	Schalterhalle SBB Abfahrt 12.52 Uhr nach Sissach/Känerkinden. Wanderung über Wittinsburg-Schönegg- Wölfistein nach Sissach.	
11.50 Ühr	Badischer Bahnhof (Busstation) Abfahrt 12.05 Uhr nach Kandern (kollektiv).					
	Wanderung um Behlen über Holzen nach <b>Ham-</b> <b>merstein</b> . Pass und DM			<b>17. April</b> 12.50 Uhr	Tramhaltestelle Theater Abfahrt 12.58 Uhr mit 10er-Tram nach Flüh, mit	
<b>7. Mai</b> 12.15 Uhr	mitnehmen.  Bahnhof SBB Abfahrt 12.29 Uhr nach Gelterkinden und mit	<b>27. März</b> 9.15 Uhr	Schalterhalle SBB Abfahrt 9.29 Uhr nach Gelterkinden, mit dem Postauto nach Buuser- egg. Wanderung: untere Farnsburg-Wäng nach Buus (Mittag). Durch den Rebberg nach Maisprach		Bus nach <b>Metzerlen</b> . Wanderung über Rotberg-Radmer nach Ettingen.	
21. Mai	Postauto nach <b>Buus</b> . Wanderung nach <b>Magden</b> .  Haltestelle Theater			<b>15. Mai</b> 12.10 Uhr	Schalterhalle SBB Abfahrt 12.22 Uhr nach	
13.00 Uhr	Wir fahren mit dem 10er- Tram nach <b>Ettingen</b> und wandern über Amselfels- Hofstetten nach	<b>10. April</b> 10.15 Uhr	oder bis Magden.  Allschwil (Endstation 6er-Tram).		Laufen, Bus nach Blauen. Wanderung nach Oberfeld-Nenzlingen- Grellingen.	
<b>4. Juni</b> 12.30 Uhr	Witterswil.  Bahnhof SBB Abfahrt 12.52 Uhr nach	in nach F nach derung derung	Wanderung über <b>Schö- nenbuch</b> (Mittag) und Neuwiller, ev. Oserdenkmal nach <b>Biel-Benken</b> .	<b>12. Juni</b> 13.15 Uhr	Schalterhalle SBB Abfahrt 13.29 Uhr nach Gelterkinden, Bus nach	
	Olten (Billett Sissach- Olten einfach lösen), mit Postauto nach <b>Ifenthal</b> .	<b>24. April</b> 9.55 Uhr	ID-Karte mitnehmen.  Schalterhalle SBB Abfahrt 10.11 Uhr nach Liestal. Wir wandern durchs Oristal bis Neu- nuglar und das schöne Täli		Wenslingen. Wanderung Grossholz-Gelterkinden.	
	Hauenstein (Einkehr) und Läufelfingen.			n den n den 19 und das	Vanderung übe Vanderung übe 700-lanr-We	
<b>18. Juni</b> 12.00 Uhr	.00 Uhr Abfahrt 12.11 Uhr nach		hinauf nach <b>Nuglar</b> (Mittag) und weiter nach <b>Büren</b> .		Donnerstaggruppe 1 bis 3 Stunden	
Wanderung nach Ramlinsburg.		8. Mai 9.55 Uhr Schalterhalle SBB Abfahrt 10.11 Uhr nach Gelterkinden und mit dem Postauto nach Kien-		Wanderleite Jacqueline F Heidi Gunti Rita Waech	rinnen:  Bloch Tel. 23 53 67  Tel. 47 03 74  Tel. 281 33 94	
			berg. Wir wandern über	21. März	Tramhaltestelle Niederholz	
Dienstaggruppe 2			Wölflinswil (Mittag) nach <b>Wittnau</b> .	12.25 Uhr	(6er-Tram). Abmarsch	
Kurzwanderungen ca. 1½ Stunden  Wanderleiterinnen: Martha Fischer Tel. 281 23 88  Astrid Tel. 692 94 33 Moser		18.– 25. Mai	Ferienwoche in der Pfalz		12.30 Uhr Richtung  Lange Erlen- Wiesenbrücke-Weil am Rhein-Markgräfler	
<b>12. März</b> 13.00 Uhr	St. Jakob (Tramhaltestelle Sporthalle). Wanderung der Birs ent- lang und <b>Reinacherheid</b> .	<b>5. Juni</b> 9.05 Uhr	Aeschenplatz (Bus Nr. 70) Abfahrt 9.18 Uhr nach Reigoldswil. Wanderung unterhalb der Ruine Rifen- stein nach Titterten (Mit-	Wyywäägli-Ötlingen- Käferholz-Ober- Tüllingen- <b>Weilstrasse</b> (ca. 3½ Std ID-Karte und DM mitnehmen).  Auf mehrfachen Wunsch finden die Wan- derungen dieser Gruppe <b>ab April 1991</b> versuchsweise <b>am Montag</b> statt.		
<b>16. April</b> 13.00 Uhr	Bahnhof SBB Abfahrt 13.15 Uhr nach Kaiseraugst. Wanderung dem Rhein entlang.		tag) und nach dem Essen bei der Ruine Guldenfels vorbei zur Haltestelle des Reigoldswilerbuses.			

Seniorensport

# Donnerstaggruppe 2 4-5 Stunden Wanderleiter / in: Margrit Ruggener Tel 4

Margrit Burgener Tel. 49 19 54 Heini Krähenbühl Tel. 301 58 38

4. April
9.15 Uhr
Pratteln, Endstation
14er-Tram. Wanderung
SchauenburgfluhGempen\*-Büren.
Leitung: M. Burgener

11. April Schalterhalle SBB

8.00 Uhr Abfahrt 8.22 Uhr nach
Laufen-Kleinlützel.
Wanderung nach BurgLeymen. Einkehrmöglichkeit in Biederthal.
FF und kleine Zwischenverpflegung mitnehmen.
Leitung: M. Lüdi und
T. Fingerlin

18. April
9.00 Uhr
Schalterhalle SBB
Abfahrt 9.22 Uhr nach
Laufen. Wanderung
Huggerwald\*-Soyhières.
Leitung: K. Oes und A. Dill

2. Mai
8.15 Uhr

Grenze St. Louis (franz.
Seite).

Abfahrt 8.30 Uhr mit Car
nach Ferrette (Car SFr.
7.-). Wanderung FerretteOltingen (Mittagessen)Rodersdorf. ID-Karte
und FF für Konsumation
in Oltingen mitnehmen.
Leitung: M. Lüdi und
T. Fingerlin.

16. Mai

8.00 Uhr

Schalterhalle SBB

Abfahrt 8.22 Uhr nach

Laufen. Wanderung

Kleinlützel-Roggenburg\*-Löwenburg-Neumühle.

Leitung: M. Burgener

7.45 Uhr

Heumattstrasse
Abfahrt 8.00 Uhr mit
Achermann-Car über
Luzern nach Flüelen.
Wanderung über den
700-Jahr-Weg und das
Reussdelta, unter Führung
eines einheimischen Vogelkundlers, über Seedorf
(Schloss A Pro) nach
Bauen (Restaurant oder
Picknick). Anmeldung
bis 21.5. an: Tel 301 58 38.

30. Mai

8.30 Uhr

Schalterhalle SBB

Abfahrt 8.45 Uhr nach
Frick und Wölflinswil.
Wir wandern nach
Striehen-BenkerjochSalhöhe-BurgWölflinswil (Picknick).
Leitung: H. Breil

Leitung: H. Krähenbühl

5.—14. Juni Wanderwoche in Obereggen

20. Juni Schalterhalle SBB Abfahrt 7.22 Uhr nach 7.00 Uhr Moutier/Oberdorf SO, mit Lift zum Weissenstein. Wanderung Panoramaweg nach Hasenmatt/Althüsli nach Gänsbrunnen. (Billett lösen Basel-Moutier-Oberdorf SO-Weissenstein, retour ab Gänsbrunnen oder dasselbe mit U-Abo ab Laufen). Picknick oder Restaurant.

27. Juni
7.00 Uhr

Schalterhalle SBB
Abfahrt 7.22 Uhr nach St.
Ursanne. Wanderung
Outremont-Mont TerryCourgeney. Picknick
oder Restaurant.
Leitung: M. Burgener

Freitaggruppe 1

1½-2½ Stunden

Wanderleiterin

Annemarie Zurflüh, Tel. 313 14 22

1. März
12.40 Uhr
Abfahrt 12.52 Uhr nach
Sissach, mit Postauto nach
Buckten. Wanderung
nach Luftmatt-Wälschacker-Rüti-Diegten.

5. April
13.00 Uhr
Heuwaage (10er-Tram)
Abfahrt 13.11 Uhr nach
Ettingen. Wanderung
Vorderberg-SandackerRebgarten-Therwil.

3. Mai
12.20 Uhr

Schalterhalle SBB
Abfahrt 12.33 Uhr nach
Möhlin, mit PTT nach
Hellikon. Wanderung
Frauenholz-Chriesiberg-Zuzgen.

7. Juni
12.40 Uhr
Abfahrt 12.52 Uhr nach
Liestal-Waldenburg, mit
PTT nach LangenbruckHolderbank. Wanderung Bechburg-Schlosshöhe (kurzer, steiler Aufstieg), TiefmattHolderbank. Ankunft in Basel 18.31 Uhr.

Freitaggruppe 2

Kurzwanderungen 1-11/2 Stunden

Wanderleiterinnen: Alice Weber Tel. 61 56 94 Esther Müller Tel. 61 46 41

8. März
12.35 Uhr
Abfahrt 12.45 Uhr nach
Dornach, mit PTT nach
Pfeffingen. Wanderung
nach Aesch.

22. März

Schalterhalle SBB

Abfahrt 13.22 Uhr nach
Laufen, mit PTT nach
Breitenbach. Wir wandern über Feld und Wiese
nach Zwingen.

12. April Schalterhalle SBB
12.40 Uhr Abfahrt 12.52 Uhr nach
Liestal, mit Postauto nach
Lupsingen. Wanderung
nach Büren.

26. April
12.00 Uhr
Schalterhalle SBB
Abfahrt 12.11 Uhr nach
Liestal-Waldenburg, mit
Postauto nach Langenbruck. Wanderung nach
Holderbank.

10. Mai
12.15 Uhr
Schalterhalle SBB
Abfahrt 12.29 Uhr nach
Gelterkinden, mit Postauto
nach Salhöhe. Wanderung über die blühenden
Felder der Schafmatt
und Bergweid nach ????.

17. Mai

12.35 Uhr

Aeschenplatz (10er-Tram)

Abfahrt 12.45 Uhr nach
Dornach, mit Postauto
nach Gempen.

Wanderung SchartenBaumgarten-Arlesheim.

14. Juni
12.10 Uhr

Aeschenplatz (70er-Bus)
Abfahrt 12.18 Uhr nach
Bubendorf, mit Postauto
nach Titterten, ein Dorf
im oberen Baselbiet. Wanderung zur ObetsmattLampenberg.

28. Juni
12.20 Uhr
Abfahrt 12.33 Uhr nach
Möhlin, mit Postauto nach
Zeiningen. Wanderung
über Schönegg nach
Mumpf.



Der zuverlässige Partner

<sup>\*</sup>Verpflegungsmöglichkeit