

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: 11.01.2026

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

SPRACHKURSE / SENIORENSPORT

| | |
|----------------|--|
| 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

SENIORENSPORT

Schweizergasse 23
Freitag 14.30 Uhr

Lukaskirche
Winkelriedplatz 6
Donnerstag 09.00 Uhr, 10.00 Uhr

Oekolampad Gemeindehaus
Allschwilerplatz 22
Dienstag 09.30 Uhr M, 14.30 Uhr

Petersgemeinde
Klingelbergstrasse 57
Montag 14.45 Uhr

Platusstrasse 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 09.30 Uhr

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

Kleinhünigen 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
Kelenweg 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

SENIORENSPORT

Kleinbasel/Riehen/Bettingen

Claraspital-Turnhalle

Kleinriehenstrasse 79
Donnerstag 09.00 h (gemischte Gruppe)

Diaconissen-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 Therapeuten. 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 Organisations-
beitrag 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 wohlzuende 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, 14.30Uhr, 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

SENIORENSPORT

Zwinglihaus
Gundeldingerstrasse 370
Freitag, 09.30 Uhr

Kleinbasel

Rankhof Altersiedlung
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 Altersiedlung 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 Schritt kombinationen. 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 Altersiedlung 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!

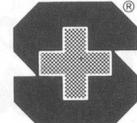
| | |
|------------------|---|
| Datum | Jeden Mittwoch vom 14. April–19. Mai 1993 |
| Zeit | 14.30–15.30 Uhr |
| Ort | Hagentalerstrasse 49 (vis-à-vis Isaac Iselin-Schulhaus) |
| Leitung | Frau Hilda Jauslin |
| Kosten | Fr. 30.– |
| Anmeldung | Pro Senectute, Tel. 272 30 71 |

Atemung 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

SENIORENSPORT

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 | 09.00Uhr Grundkurs 10.00Uhr 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 Mühlhäuserstrasse 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 Bächli-acker, 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 Garde-robengebäude auf dem Parkplatz beim Allschwiler-weiher (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

Laufträß

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 |

Allschwilerwald

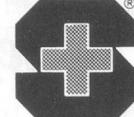
Jeden Donnerstag von 09.15–ca. 10.30 Uhr

| | |
|-------------------|---|
| Treffpunkt | um 09.00 Uhr beim Garde-robengebäude auf dem Parkplatz beim Allschwiler-weiher (Endstation 8er- |
|-------------------|---|

Geh-, Steh-, Umsetzhilfen

Geböckchen, Rollatoren, Gehstöcke
Rutschbrett, Drehscheiben, etc.

**sanitätshaus
st. johann**



Spitalstr. 40, 4056 Basel
061-322 02 02

SENIORENSPORT

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

oder

Lange Erlen

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 Grenzübergang.

Ausrüstung des Velos

Festmontierte Scheinwerfer und Rückstrahler, gute und intakte Bremsen sowie gut gepumpte Reifen sind unerlässlich.

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

3. Mai Montag
13.30 Uhr Dorenbachcenter

Binningen.

Oberwil–Therwil–Leymen – Eichwald – **Hagenthal le Bas:** – Rest. Jenny – Hegenheim – **Allschwil:** Rest. Elsässerhof (25km)

Tourenleiter: Gottfried Egloff

13. Mai

13.30 Uhr

Donnerstag

St. Jakob/Gartenbad.
Münchenstein – Dornach – Aesch – Ettingen – **Flüh:** Rest. Bad Flüh – Oberwil – **Binnigen** (28km)

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. 60km)

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. 65km)

Tourenleiter: Gottfried Egloff

24. Juni

09.00 Uhr

Donnerstag, ganztags

Dorenbachcenter
Binningen. Oberwil – Biel-Benken – Leymen (Znünihalt) – Rodersdorf – Bettlach – **Cäsar-**

hof (Mittagessen) – Folgensbourg – Hellfrantz-kirch-Bartenheim–Rosenau – **Hüningen/Sandoz** (ca. 60km)

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

SENIORENSPORT

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

2½ – 3 Stunden

Wanderleiterinnen:

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

29. März Schalterhalle SBB

11.40 Uhr 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-Rötteler-schloss – 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 ½ – 2 ½ Stunden

Wanderleiterinnen:

Lies Keller Telefon 312 70 10
Rita Müry* Telefon 311 41 56

*noch bis Ende März

9. März Bahnhof SBB

12.00 Uhr Abfahrt 12.08 Uhr nach Liestal, mit Bus nach Hersberg.
Wanderung nach Olsberg.

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

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

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

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

Dienstaggruppe 2

Kurzwanderungen ca. 1½ Stunden

Wanderleiterin:

Martha Fischer Telefon 281 23 88

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

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

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

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

Mittwochgruppe 1

2½ – 3 Stunden

Wanderleiter/in:

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

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

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

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

5. Mai **Schalterhalle SBB**
09.25 Uhr 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 **Schalterhalle SBB**
09.25 Uhr Abfahrt 09.41 Uhr nach Möhlin, mit dem Bus nach Zeiningen. Wanderung über Chlein-Sunneberg nach Magden (Mittag) und weiter nach Rheinfelden.

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

Mittwochgruppe 2

2 – 2½ Stunden

WanderleiterInnen:

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

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

SENIORENSPORT

| | | | |
|-------------------------------|---|--|--|
| | Wanderung über Nusshof nach Magden. Leitung: L. und W. Klossner | gung nach Bedarf aus eigenem Rucksack Leitung: L. und W. Klossner | Leitung: M. Lüdi und T. Fingerlin |
| 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 | 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 | 22. April 09.15 Uhr Aesch (Endstation 11er) Wanderung nach Bergmatte n (Restaurant oder Picknick) – Hofstetten-Köpfli – Flüh. Leitung: M. Burgener |
| 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 | Donnerstaggruppe 4 – 5 Stunden Wanderleiterin: Margrit Burgener Tel. 601 19 54 und weitere LeiterInnen | 29. April 08.45 Uhr Badischer Bahnhof Abfahrt 09.00 Uhr nach Kandern . Wanderung Schloss Bürglen (Picknick oder Restaurant) – Kandern . Leitung: H. Dürrenberger |
| 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 | 18. März 09.40 Uhr Bahnhof SBB Abfahrt 09.51 Uhr nach Oberdorf . Wanderung Dottenberg – Titterten (Restaurant) – Bubendorf . Leitung: M. Lüdi und T. Fingerlin | 6. Mai 09.10 Uhr Bahnhof SBB Abfahrt 09.23 Uhr nach Laufen . Wanderung nach Huggerwald (Restaurant) – Sohyiére . Leitung: A. Dill und K. Oes |
| 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 | 25. März 08.10 Uhr Bahnhof SBB Abfahrt 08.29 Uhr nach Sommerau . Wanderung nach Rünenberg (Restaurant) – Thürnerflue – Gelterkinden . Leitung: M. Burgener | 13. Mai 07.20 Uhr Bahnhof SBB Abfahrt 07.41 Uhr nach Otelfingen . Wanderung nach Regensberg – Hochwacht (Lägern) – Baden (ca.5Std.). Picknick; oder Restaurant. Bei schlechtem Wetter ev. Änderung der Tour. Leitung: M. Lüdi und T. Fingerlin |
| 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 | 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 | 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 |
| 16. Juni 10.00 Uhr | Schalterhalle SBB Abfahrt 10.11 Uhr nach Gelterkinden/ Saalhöhe . Wanderung über Nesselgraben – Schafmatt nach Zeglingen. Zwischenverpfle- | 15. April 09.00 Uhr Bahnhof SBB Abfahrt 09.23 Uhr nach Bärschwil . Wanderung nach Rettemberg Naturfreundehaus Mettenberg (Suppe, Kartoffelsalat und Jura-wurst), dann weiter nach Delsberg . | 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 Luppen, Luppenbrillen und Lesegeräte.

Beratung durch den Fachmann und spezialisierten dipl. Augenoptiker

Ramstein Optik

Sattelgasse 4

4001 Basel

Telefon 061 - 261 58 88



SENIORENSPORT

| | | | | | |
|-------------------------------|--|------------------------------|--|-------------------------------|---|
| 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 | 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. | 14. März 12.40 Uhr | Badischer Bahnhof (Bushaltestelle) Abfahrt 12.50 Uhr nach Wollbach . Wanderung nach Fischingen (Pass und DM mitnehmen!). Leitung: R. Müry |
| 17. Juni 07.30 Uhr | Schalterhalle SBB Abfahrt 07.40 Uhr nach Zwingen–Passwangtunnel . Wanderung: Hohe Winde – Erschwil . Picknick. Leitung: H. Dürrenberger | 26. März 13.10 Uhr | Bettingerstrasse (6er-Tram) Abfahrt 13.17 Uhr nach Bettingen – Chrischona . Kurzwanderung nach Inzlingen (ID-Karte und DM nicht vergessen). | 18. April 11.20 Uhr | Heuwaage (10er-Tram) Abfahrt 11.29 Uhr nach Flüh, mit dem Bus bis Challhöhe . Wanderung durch den Unzengraben . – Schachtele nach Laufen . Leitung: R. Waech |
| 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 | 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 – Frolo – Therwil . | 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 |
| 16. April 12.40 Uhr | Schalterhalle SBB Abfahrt 12.51 Uhr nach Liestal – Station Lampenberg, mit Postauto nach Lampenberg-Dorf . Wanderung nach Obetsmatt – Niederdorf . | 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 | | |
| 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 . | 28. Mai 12.15 Uhr | Schalterhalle SBB Abfahrt 12.29 Uhr nach Gelterkinden, mit Postauto nach Kienberg . Wanderung: Altenberg – Wölflinswil . |
| 30. April 13.15 Uhr | Schalterhalle SBB Abfahrt 13.29 Uhr nach Liestal, mit Postauto nach Arisdorf . Wanderung: Chrüz – Egghof – Olsberg . | 4. Juni 12.30 Uhr | Aeschenplatz (10er-Tram) Abfahrt 12.45 Uhr nach Dornach, mit Postauto nach Gempen . Wanderung: Stollenhäusern – Schönstatt – Ermitage – Arlesheim (in der Mitte der Wanderung Zvieri) | 25. Juni 12.10 Uhr | Aeschenplatz (70er-Bus) Abfahrt 12.18 Uhr nach Titterten . Wanderung: Liedertswil (Tschoppenhof) – Oberdorf . |
| 18. Juni 12.35 Uhr | Schalterhalle SBB Abfahrt 12.51 Uhr nach Liestal, mit Postauto nach Seltisberg . Wanderung nach Ziefen . | | | | |

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

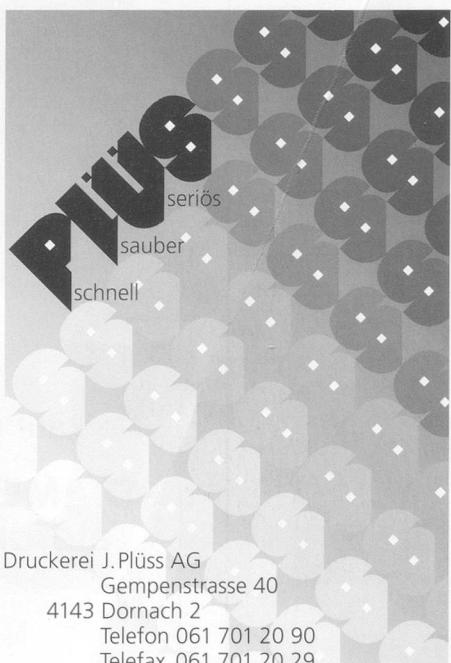
Wanderleiterinnen:

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

Sonntagsgruppe

ca. 2–2 1/2 Stunden

Diverse LeiterInnen



Druckerei J. Plüss AG
Gempenstrasse 40
4143 Dornach 2
Telefon 061 701 20 90
Telefax 061 701 20 29