Zeitschrift: Akzent : Magazin für Kultur und Gesellschaft

Herausgeber: Pro Senectute Basel-Stadt

Band: - (1993-1994)

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: 22.11.2025

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

Seniorensport

alter+sport

Unfallversicherung

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

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
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

Pilatusstrasse 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 09.30Uhr

Zwinglihaus
Gundeldingerstrasse 370
Donnerstag 08.30 Uhr, 09.30 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

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

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
Keltenweg 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 14.30 h (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)

Kleinbasel/Riehen/Bettingen

Claraspital-Turnhalle
Kleinriehenstrasse 79
Donnerstag 09.00 h (gemischte Gruppe)

Diakonissen-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)

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 TherapeutInnen. Auch freies Schwimmen möglich. Hin- und Rückfahrt mit Achermann-Car:

Datum Jeden Dienstag
6. Juli – 15. September 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 Organisationsbeitrag Fr. 4.– pro Kur)

Anmeldung beim Treffpunkt

Volkstanzen

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

Anmeldung In der Kursstunde

Geh-, Steh-, Umsetzhilfen
Gehböckchen, Rollatoren, Gehstöcke
Rutschbrett, Drehscheiben, etc.
sanitätshaus st. johann
Spitalstr. 40, 4056 Basel
061-322 02 02

Grossbasel

Alban-Breite Alterszentrum
Zürcherstrasse 143
Freitag, 15.00 Uhr

Stephanus Kirchgemeindehaus
Furkastrasse 12
Freitag, 14.30Uhr, 15.30 Uhr

St. Johnannes Gemeindehaus
Am Krayenrain 24
Montag, 14.30 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

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

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

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 Bächliacker, Frenkendorf

Kosten Saisonabonnement:
Winter ca. Fr. 210.–
(Oktober–April)
Sommer ca. Fr. 155.–
(April–September)

Anmeldung Pro Senectute, Tel. 272 30 71

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 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.

Leitung Rita Jaus, Tel. 302 10 78

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 Jeden Donnerstag von 09.15–ca. 10.30 Uhr

Treffpunkt um 09.00 Uhr beim Garderobengebäude auf dem Parkplatz beim Allschwilerweiher (Endstation 8er-Tram, ca. 5 Minuten zu Fuss Richtung Schiessstand). Es steht eine abschliessbare Garderobe zur Verfügung.

oder

Ort **Lange Erlen**

Tag/Zeit Jeden Dienstag und Freitag 09.30–10.30 Uhr

Treffpunkt Schorenweg 117 Ökonomiegebäude beim Sportplatz Schorenmatte (Bus

Bade-, Duschen-, Toilettenhilfen
Badelifte, Toiletten-Sitzerhöhungen, Duschenstühle, Toilettenstühle, Badegriffe, etc.
sanitätshaus st. johann
Spitalstr. 40, 4056 Basel
061-322 02 02

36 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 Grenzübertritt.

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

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. 65 km)
Tourenleiter: Gottfried Egloff

24. Juni 09.00 Uhr
Donnerstag, ganztags
Dorenbachcenter **Binningen**. Oberwil – Biel-Benken – Leymen (Znünihalt) – Rodersdorf – Bettlach – **Cäsarhof** (Mittagessen) – Folgensbourg – Hellfrantzkirch–Bartenheim–Rosenau – **Hüningen**/Sandoz (ca. 60 km)
Tourenleiter: Jean-Pierre Périsset

5. Juli 13.30 Uhr
Montag
Hegenheimerstr./Alter Zoll Häsingen – Bartenheim – **Kembs** – Rosenau – Neudorf – Hüningen (Sandoz). (36 km)
Tourenleiter: Walter Oes

15. Juli 09.00 Uhr
Donnerstag, ganztags
Birsfelden (Tramendstation Hard) – Augst – Rheinfelden: Rest. Feldschl. (Znünihalt) – Möhlin – **Wallbach** (Mittagshalt mit Picknick*) – Rheinfelden – Augst – Schweizerhalle – Birsfelden (55 km) *Eine Waldhütte steht zur Verfügung. Esswaren vom Grill, Brot und Getränke erhalten Sie zum Selbstkostenpreis.
Tourenleiter: Fritz Landerer

26. Juli 13.30 Uhr
Montag
Birsfelden (Tramendstation Hard) – Schweizerhalle – Augst – **Talhus** – Bubendorf – Liestal – Pratteln – Gartenbad St. Jakob (35 km)
Tourenleiter: Jean–Pierre Périsset

5. August 08.20 Uhr
Donnerstag, ganztags
Schalterhalle SBB **(Veloaufgabe)**, U–Abo oder einfaches Billett nach Laufen lösen. **Velofahrer ab Basel** nach Laufen: Besammlung 07.30 Uhr beim Gartenbad St. Jakob
(Tourenleiter: Gottfried Egloff).
Ab Bahnhof Laufen: Kleinlützel (Znüni) – **Kiffis** (Mittagessen Rest. Chevalblanc) Wolschwiller – Leymen – Therwil – Binningen (40 km ab Laufen)
Tourenleiter: Jean–Pierre Périsset

16. August 13.30 Uhr
Montag
Hüninger Zoll (Sandoz) – Märkt – Egringen – **Fischingen**: Rest. Tanne – Eimeldingen – Friedlingen – Kleinhüningen (32 km)
Tourenleiter: Walter Oes

26. August 08.30 Uhr
Donnerstag, ganztags
Hüninger Zoll (Sandoz) – Kembs – Ottmarsheim – Chalampe – **Neuenburg**: Rest. Krone (Mittagessen) – Bad Bellingen – Efringen – Kleinhüningen (ca. 65 km)
Tourenleiter: Walter Oes

6. September 09.00 Uhr
Montag, ganztags
Hüninger Zoll (Sandoz) – Palmrainbrücke – Efringen – Kleinkems (Znüni) – **Schliengen**: Gasthaus Holzschopf (Mittagessen) – Liel – Riedlingen – Egringen – Fischingen – Lange Erlen (60 km)
Tourenleiter: Jean–Pierre Périsset

16. September 13.30 Uhr
Donnerstag
Hegenheimerstr./Alter Zoll – Hegenheim – Hagenthal-le-Bas – **Rest. Studerhof** – Folgensbourg – Häsingen – Allschwil: Rest. Elsässerhof (ca. 30 km)
Tourenleiter: Gottfried Egloff

27. September 13.30 Uhr
Montag
Schorenweg 117 (beim Sportplatz Schorenmatte) – Weil – Haltingen – Binzen – **Schallbach** – Lange Erlen (30 km)
Tourenleiter: Gottfried Egloff

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

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

WICHTIGE MITTEILUNG
Das **«Schwarze Brätt»** im Baslerstab **erscheint nicht während den Sommerschulferien!** Änderungen der Abfahrtszeiten infolge Fahrplanwechsel sind möglich.
Bitte schauen Sie im Kursbuch nach oder fragen Sie Ihre/Ihren Wanderleiter/in.
Die diesjährige **Sternwanderung** findet am **Montag, 30. August** statt und führt uns auf den **Bienenberg**. Mögliche Routen finden Sie im nachfolgenden Wanderprogramm. Bitte Schläppli und Kleingeld für's Mittagessen mitnehmen.

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 (wenn nichts anderes vermerkt ist)

Mitnehmen
Gute Schuhe, Regenschutz, Tram- und Bahnabonnements (U-Abo, Halbtax-Abo), Pass oder ID-Karte bei ev. Grenzübertritt.

Montaggruppe

2 1/2 – 3 Stunden
Wanderleiterinnen:
Jacqueline Bloch Telefon 272 53 67
Heidi Gunti Telefon 421 03 74
Rita Waech Telefon 281 33 94

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.

26. Juli 08.00 Uhr — *Schalterhalle SBB*
Abfahrt 08.23 Uhr Delémont/St. Ursanne und mit Bus bis **Soubey**. Wanderung dem Doubs entlang bis **Goumois**. Ankunft in Basel um 18.36 Uhr, Kosten: ca. Fr. 20.– (mit U–Abo und 1/2-Preis-Abo). Picknick mitnehmen (auch Einkehrmöglichkeit).
Anmeldung betr. Kollektivbillett bis spätestens Mittwoch, 21. Juli an Rita Waech.

30. August 08.35 Uhr — **Sternwanderung**
Aeschenplatz (10er-Tram)
Abfahrt 08.45 Uhr nach Dornach, mit Bus bis **Gempen** Wanderung über Schauenburg Bad zum **Bienenberg**.

27. September 12.10 Uhr — *Schalterhalle SBB*
Abfahrt 12.23 Uhr nach Laufen, mit Bus bis **Meltingerbrücke**. Wanderung durchs Chaltbrunnental nach **Grellingen.**

Dienstaggruppe 1

1 1/2 – 2 1/2 Stunden
Wanderleiterin:
Lies Keller Telefon 312 70 10

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

5. Juli 12.30 Uhr — *Badischer Bahnhof*
Abfahrt 12.51 Uhr nach **Maulburg**. Wanderung auf die **Hohe Flum**.

10. August 10.05 Uhr — *Bahnhof SBB*
Abfahrt 10.14 Uhr nach Frick, mit Postauto nach **Elfingen**. Wanderung durch Rebberge und Wald zur Hütte (Picknick) und weiter nach **Sulz**.

30. August Montag 08.40 Uhr — **Sternwanderung**
Aeschenplatz Abfahrt 8.48 Uhr mit Reigoldswilerbus nach **Liestal**. Wanderung durchs Röserental auf den **Bienenberg**.

14. September 12.40 Uhr — *Bahnhof SBB*
Abfahrt 12.51 Uhr nach Liestal, mit Postauto nach **Lupsigen**.
Wanderung über den Holzerberg nach **Seewen**.

Dienstaggruppe 2

Kurzwanderungen ca. 1 1/2 Stunden
Wanderleiterin:
Martha Fischer Telefon 281 23 88

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

20. Juli 11.30 Uhr — *Schalterhalle SBB*
Abfahrt 11.40 Uhr nach **Liesberg**. Wanderung der Birs nach aufwärts Richtung **Soyhières**. Kleines Picknick mitnehmen.

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

3. August
12.40 Uhr
Schalterhalle SBB
Abfahrt 12.51 Uhr nach Sissach, mit Bus zur **Wintersingerhöhe**.
Wanderung dem Chienberg entlang nach **Wintersingen**

30. August
Montag
Sternwanderung
Gemütliche Wanderung von Frenkendorf zum **Bienenberg**. Auskunft über genaue Abfahrtszeiten erhalten Sie direkt von Frau Fischer.

21. September
13.00 Uhr
Schalterhalle SBB
Abfahrt 13.14 Uhr nach Rheinfelden, mit Bus nach **Magden**. Wanderung nach **Rheinfelden**.

Mittwochgruppe 1

2½ – 3 Stunden
Wanderleiterlin:
Zita u. Peter Kuhn Tel. 481 45 66
wenn keine Antwort Tel. 036 53 17 76

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

14. Juli
08.15 Uhr
Schalterhalle SBB
Abfahrt 08.29 Uhr bis Gelterkinden, mit dem Postauto bis **Salhöhe**.
Wanderung übers Bänggerjoch zur Staffelegg (Mittagessen). Mit dem Postauto schöne Fahrt nach **Laufenburg** und mit der Bahn nach Basel.

11. August
09.45 Uhr
Schalterhalle Badischer Bahnhof. Abfahrt 10.16 Uhr nach Waldshut und mit dem Bus nach **Höchenschwand** (Mittagessen).
Weiter nach **St. Blasien** (Besichtigung des Doms oder Kaffee/Kuchen-Halt).
Anschliessend über **Todtmoos** nach Brenet und mit der Bad. Bahn zurück nach Basel. Pass und DM mitnehmen. **Anmeldung** wegen Kollektivbillett erforderlich **am 8./9. August**: Tel. 481 45 66

30. August
Montag
08.40 Uhr
Sternwanderung
Aeschenplatz (10er-Tram)
Abfahrt 08.45 Uhr nach Dornach, mit dem Bus (Abfahrt 09.16 Uhr) nach **Gempen**. Wanderung zum **Bienenberg**.

15. September
10.25 Uhr
Schalterhalle SBB
Abfahrt 10.40 Uhr nach Grellingen, mit dem Postauto über Bretzwil nach Reigoldswil und der Gondelbahn zur **Wasserfalle** (Mittagessen).
Wanderung nach Dürrenberg, mit dem Postauto nach **Waldenburg** (Tourenänderung vorbehalten)

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

16. Juni
10.00 Uhr
Schalterhalle SBB
Abfahrt 10.11 Uhr nach Gelterkinden/**Saalhöhe**.
Wanderung über Nesselgraben – **Schafmatt** nach Zeglingen. Zwischenverpflegung nach Bedarf aus eigenem Rucksack
Leitung: L. und W. Klossner

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

14. Juli
09.35 Uhr
Badischer Bahnhof Basel (Eingang).
Abfahrt 09.51 Uhr nach Steinen, Extrabus nach **Endenburg**. Schwarzwaldwanderung nach **Lehnacker** (2 ½ – 3 Std) Picknick aus eigenem Rucksack.
ID–Karte und DM mitnehmen.
Fahrkosten: Fr. 14.–/16.– (je nach Teilnehmerzahl).
Anmeldung bis 10. Juli an: L. u. W. Klossner, Tel. 601 00 74

28. Juli
09.30 Uhr
Tramhaltestelle Theater
Abfahrt 09.45 Uhr nach **Rodersdorf**. Erlebnisreiche Wanderung ins Elsass; über St. Brice «St. Britzgi» – Heiligenbrunn nach **Leymen** (3 Std.) Picknick und Trinken (keine Einkehrmöglichkeit) sowie Sitzunterlage (Tuch, Plastik) mitnehmen.
Leitung: L.Ottenburg u. J.Kieffer

11. August
13.00 Uhr
Schalterhalle SBB
Abfahrt 13.14 Uhr nach Laufenburg/**Sulz**.
Wanderung über Sulzerberg – Ebni nach **Laufenburg**.
Leitung: L.u.W.Klossner

25. August
09.10 Uhr
Aeschenplatz (10er-Tram)
Abfahrt 09.25 Uhr nach Dornach, mit dem Postauto (Abfahrt 10.00 Uhr) nach **Gempen**.
Wanderung nach…?
Pro Person Fr. 2.– und Picknick mitnehmen. Es besteht die Möglichkeit zu grillieren.
Leitung: L.Ottenburg u. J.Kieffer

30. August
Montag
Sternwanderung
Wanderung auf den **Bienenberg**. Wir schliessen uns einer anderen Gruppe an.

15. September
11.45 Uhr
Aeschenplatz (10er-Tram)
Abfahrt nach Dornach, mit Postauto (Abfahrt 12.20 Uhr) nach **Hochwald**.
Wanderung nach **Münchenstein**.
Leitung: L.Ottenburg u. J.Kieffer

29. September
13.00 Uhr
Schalterhalle SBB
Abfahrt 13.14 Uhr nach Rheinfelden/**Zuzgen**.
Wanderung über Hardhöf – Schlegel nach **Buus**.
Leitung: L.u.W. Klossner

Donnerstaggruppe

4 – 5 Stunden
Wanderleiterin:
Margrit Burgener Tel. 601 19 54
und weitere LeiterInnen

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.Lüdi/T.Fingerlin

17. Juni
07.30 Uhr
Schalterhalle SBB
Abfahrt 07.40 Uhr nach Zwingen–**Passwangtunnel**. Wanderung: Hohe Winde–**Erschwil**. Picknick.
Leitung: H. Dürrenberger

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

1. Juli
08.10 Uhr
Bahnhof SBB
Abfahrt 08.23 Uhr nach **Laufen**. Wanderung nach Stürmenchopf – Ruine Neuenstein – Thierstein – **Fehren**. Rucksackverpflegung
Leitung: M. Burgener

8. Juli
08.10 Uhr
Bahnhof SBB
Abfahrt 08.29 Uhr nach **Gelterkinden**. Wanderung nach Zeglingen – Bad Lostorf – **Olten**. Rucksackverpflegung.
Leitung: A.Dill/K. Oes

15. Juli
06.45 Uhr
Heumattstrasse
Abfahrt 07.00 Uhr mit Car nach **Engelberg**, mit der Luftseilbahn auf die **Fürenalp**. Höhenwanderung ohne wesentliche Steigungen. Abstieg ins Engelbergertal – **Engelberg**. Die Tour kann nach 3 Std. abgebrochen werden; auch Rückkehr mit der Seilbahn ist möglich. Rucksackverpflegung.
Leitung: M.Lüdi/T.Fingerlin
Anmeldung unbedingt erforderlich bis 10. Juli. Bei ungenügender Beteiligung ev. mit Bahn. Bei schlechtem Wetter Verschiebung der Tour.
Auskunft über Durchführung ab Mittwoch, 12.00 Uhr über Tel. 180 oder Tel. 44 66 40 sowie 311 81 91.

22. Juli
08.10 Uhr
Bahnhof SBB
Abfahrt 08.29 Uhr nach **Langenbruck**. Wanderung Gwidem – Fasiswald – Rumpel – **Trimbach**. Rucksackverpflegung.
Leitung: H. Breil

29. Juli
07.30 Uhr
Heumattstrasse
Abfahrt 07.45 Uhr mit Achermann-Car ins Simmental Wanderung auf dem neuen Simmentaler-Hausweg an schönen, alten Häusern vorbei. Von Wimmis über Oey – Diemtigen – Erlenbach bis ca. Ringoldingen (Rucksack- oder Restaurantverpflegung)
Leitung: H. Krähenbühl
Anmeldung bis 26. Juli an: Heini Krähenbühl, Tel. 422 07 11

5. August
07.40 Uhr
Schalterhalle SBB
Abfahrt 07.51 Uhr nach **Langenbruck**. Wanderung über Tiefmatt – Roggenfluh nach **Balsthal**. Rucksackverpflegung.
Leitung: A. Dill/K.Oes

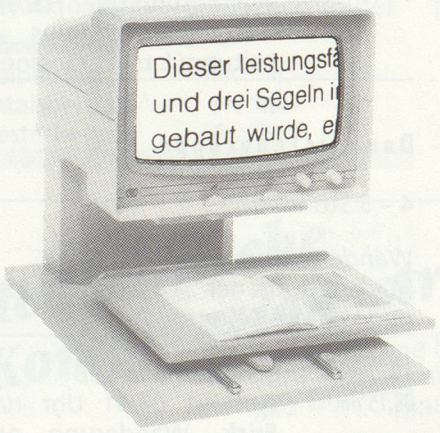
12. August
07.30 Uhr
Schalterhalle SBB
Abfahrt 07.40 Uhr nach Laufen – **Grindel**.
Wanderung Fringeli – **Liesberg**.
Rucksackverpflegung.
Leitung: H. Dürrenberger

19. August
08.20 Uhr
Bahnhof SBB
Abfahrt 08.41 Uhr nach **Brugg**.
Wanderung Klingnauer – Stausee – **Koblenz**.
Rucksackverpflegung; bei schlechtem Wetter Einkehrmöglichkeit.
U-Abo und Halb-Tax-Abo mitnehmen.
Leitung: M.Lüdi/T.Fingerlin

26. August
07.00 Uhr
Schalterhalle SBB
Abfahrt 07.23 Uhr nach **Magglingen**. Wanderung Mont Sujet – La Neuville und mit dem Schiff nach **Biel**.
Rucksackverpflegung.
Leitung: M. Burgener
Bei schlechtem Wetter gibt Tel. 261 32 16 am 25.8. ab 14.00 Uhr Ersatzwanderung bekannt.

30. August
Montag
09.00 Uhr
Sternwanderung *Dornach*
Mit PTT–Bus nach **Hochwald**. Wanderung Chälen – Gempen – Riffengraben – Roserental – **Bienenberg** (Verpflegung im Restaurant). Rückweg nach Pratteln.
Leitung: H. Dürrenberger

9. September
08.30 Uhr
Schalterhalle SBB
Abfahrt 08.40 Uhr nach **Nunningen**.
Wanderung Ruine Gilgenberg – Meltingerberg – Chäsel – Fehren – Chaltbrunnental – **Grellingen** (Rucksackverpflegung)
Leitung: H. Breil



Wenn weder Operation noch Brille genügend helfen, gibt es immer noch vergrössernde Hilfsmittel um besser und mehr zu sehen: spezielle Lupen, Lupenbrillen und Lesegeräte.

Beratung durch den Fachmann und spezialisierten dipl. Augenoptiker

Ramstein Optik

Sattelgasse 4 4001 Basel Telefon 061 - 261 58 88

16. September *Riehen–Grenze*
08.20 Uhr
Abfahrt 08.30 Uhr mit Bus bis Fachklinik. Wanderung über den Bad. Blauen nach **Kandern**.
(Rucksackverpflegung).
DM und ID-Karte nicht vergessen.
Leitung: H. Dürrenberger
Bei schlechtem Wetter gibt Tel. 261 32 16 am 15.9. ab 14.00 Uhr die Ersatzwanderung bekannt.

23. September *Schalterhalle SBB*
07.50 Uhr
Abfahrt 08.14 Uhr nach **Eglisau**. Wanderung Rüdlingen – **Buchberg**
(Rucksackverpflegung; bei schlechtem Wetter Einkehrmöglichkeit).
Leitung: M.Lüdi
T.Fingerlin

30. September *Schalterhalle SBB*
08.00 Uhr
Abfahrt 08.23 Uhr nach Moutier – **Gänsbrunnen**.
Wanderung Balmberg – Schmiedenmatt – Eisenhammer (PTT-Station).
Rucksackverpflegung.
Leitung: M. Burgener
Bei schlechtem Wetter gibt Tel. 261 32 16 am 29.9. ab 14.00 Uhr Ersatzwanderung bekannt.

Freitaggruppe 1

2 Stunden

Wanderleiterin:
Annemarie Zurflüh Telefon 312 09 15

25. Juni *Aeschenplatz (70er-Bus)*
12.10 Uhr
Abfahrt 12.18 Uhr nach **Titterten**. Wanderung: Liedertswil (Tschoppenhof) – **Oberdorf**.

23. Juli **Morgenwanderung!**
09.00 Uhr
Schalterhalle SBB. Abfahrt 09.23 Uhr nach Laufen, mit Postauto nach **Meltingen**. Wanderung Meltingerbrücke – Mülimatt – dem Ibach entlang – Baumgarten – **Waldegg**. Kleines Mittagessen.

13. August *Schalterhalle SBB*
12.40 Uhr
Abfahrt 12.51 Uhr nach Sissach, mit Postauto bis **Nusshof**.
Wanderung Höchi – Grimstelücke – Schward – **Hersberg**.

30. August **Sternwanderung**
Montag
Wanderung auf den **Bienenberg**. Wir schliessen uns einer anderen Gruppe an.

24. September *Schalterhalle SBB*
12.10 Uhr
Abfahrt 12.23 Uhr nach Laufen, mit Postauto nach **Blauen**.
Wanderung Chleiblauen – Bodenried – Chlus – **Blauen**.

Freitaggruppe 2

Kurzwanderungen ca. 1½ Stunden

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

18. Juni *Schalterhalle SBB*
12.35 Uhr
Abfahrt 12.51 Uhr nach Liestal, mit Postauto nach **Seltisberg**.
Wanderung nach **Ziefen**.

2. Juli *Schalterhalle SBB*
13.30 Uhr
Abfahrt 13.40 Uhr nach Grellingen, mit dem Postauto nach **Roderis**.
Wanderung über Ibach zur Meltingerbrücke und weiter nach **Meltingen**.

16. Juli *Aeschenplatz (10er-Tram)*
12.25 Uhr
Abfahrt 12.35 Uhr nach Dornach, mit dem Postauto nach **Gempen**.
Wanderung über Eichenberg zum «Beggehuus» (Zvierihalt). Dann noch ca. 20 Min. zu Fuss nach **Hochwald**.

30. Juli *Aeschenplatz (70er-Bus)*
12.05 Uhr
Abfahrt 12.18 Uhr nach Reigoldswil, mit der Gondelbahn auf die **Wasserfalle**. Wanderung nach **Reigoldswil** (Waldlehrpfad).

27. August *Schalterhalle SBB*
13.30 Uhr
Abfahrt 13.40 Uhr nach Grellingen, mit dem Postauto nach **Roderis**.
Wanderung nach **Breitenbach**.

3. September *Schalterhalle SBB*
12.15 Uhr
Abfahrt 12.29 Uhr nach Gelterkinden, mit dem Postauto nach **Kilchberg**.
Wanderung nach **Rünenberg**.

17. September *Schalterhalle SBB*
12.15 Uhr
Abfahrt 12.29 Uhr nach Gelterkinden, mit dem Postauto zur **Waldegg**.
Wanderung über Staufenhof nach **Wintersingen**.

Sonntagsgruppe

ca. 2–2½ Stunden

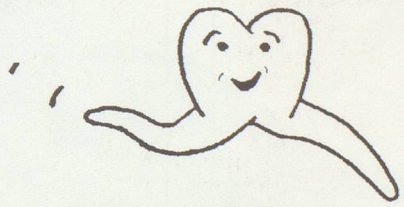
Diverse LeiterInnen

13. Juni *Bahnhof SBB*
10.00 Uhr
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

18. Juli *Tramhaltestelle Theater*
13.00 Uhr
Abfahrt 13.10 Uhr nach **Ettingen**. Wanderung über Gmeiniwald nach **Aesch** (2 Std.).
Leitung: L. u. W. Klossner

15. August *Schalterhalle SBB*
12.20 Uhr
Abfahrt 12.41 Uhr nach Frick, mit Bus bis **Benkerjoch**. Wanderung über Stockmatt – Rosegghof nach **Wölflinswil**
(ca. 2½ Std.)
Leitung: R. Waech

26. September *Bahnhof SBB*
11.10 Uhr
Abfahrt 11.23 Uhr nach Laufen, mit dem Bus nach **Bärschwil**.
Wanderung über Jägerhütte (kleines Picknick) nach **Liesberg**.
Leitung: L. Keller



FACHM. ZAHNPROTHESEN
REINIGUNGS- & REPARATURSERVICE
auch Samstag und Sonntag-Dienst

Herrn Semeraro
Lilienstrasse 31
4123 Allschwil Telefon 482 02 33