

**Zeitschrift:** Akzent : Magazin für Kultur und Gesellschaft  
**Herausgeber:** Pro Senectute Basel-Stadt  
**Band:** - (1995-1996)  
**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:** 10.01.2026

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

# SPRACHKURSE / SENIORENSPORT

## Französisch

### Montag

Zeit	8.10–9.00 Uhr
Ort	Begegnungszentrum Gundeldingen, Kursraum, Bruderholzstr. 104
Leitung	Jacqueline Weissenberger
Stufe	Mittelstufe
Zeit	10.30–11.20 Uhr
Ort	Begegnungszentrum Gundeldingen, Kursraum, Bruderholzstr. 104
Leitung	Jacqueline Weissenberger
Stufe	Konversation

Zeit Donnerstag, 8.45–10.00 Uhr  
Leitung Monique Mattarelli  
Kosten Fr. 155.–

Quartals-Abonnement  
Halbjahres-Abonnement

Fr. 43.–  
Fr. 75.–

### Weitere Spezialangebote

Club de Conversation française, English Conversation Club, Latein, Keep fit class, «Bewegtes Italienischlernen». Nähere Informationen: Telefon 272 30 71, 8.00–11.30 Uhr.

## Grossbasel

### Christoph Merian-Schulhaus

Emanuel Büchel-Strasse 45  
Montag 16.30 Uhr (Frauen)

### Davidsbodenstrasse 9, Alterssiedlung

Dienstag 09.00, 10.00 Uhr

### Gotthelfschulhaus

Turnhalle am Bahndamm, St. Galler-Ring 130  
Donnerstag 16.45 Uhr (Männer)

### Missionshaus-Turnhalle

Nonnenweg 34  
Mittwoch 14.30 Uhr

### Neubadschulhaus

Marschalkenstrasse 120  
Turnhalle Ost: Montag 16.40 Uhr  
Turnhalle West: Donnerstag 16.30 Uhr

### Providentiasaal Heiliggeist

Laufenstrasse 46  
Freitag 14.30 Uhr (Männer)

## Italienisch

### Dienstag

Zeit	15.00–15.50 Uhr
Ort	Brüglingerstrasse 113
Leitung	Corinne Maiocchi
Stufe	AnfängerInnen

### Information und Anmeldung für alle Kurse:

Montag – Freitag, 08.30 – 12.00 Uhr  
am Luftgässlein 3 oder über  
Telefon 272 30 71

## Seniorensport



alter+sport

### Unfallversicherung

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

### Achtung Sommerferien

Vom 3. Juli bis 11. August sind Schul-Sommerferien. Verschiedene Turn-, Schwimm- und Volkstanzlokale sind deshalb geschlossen.

**Auskunft:** Pro Senectute, Telefon 272 30 71  
Dafür finden Sie im speziellen **Sommerprogramm** in diesem **Akzent** ein Ersatzprogramm. Nachschauen lohnt sich!

### Gym 60-Turnen

Für rüstige und sportlich geübte Seniorinnen und Senioren in Turnhallen und Gymnastikräumen. Gemischte Gruppen (wenn nichts anderes vermerkt).

Anmeldung nicht erforderlich



## Spanisch

### Donnerstag

Zeit	9.00–9.50 Uhr
Ort	Seniorentreffpunkt Kaserne, Klybeckstrasse 1b
Leitung	Rosa Streuli-Rodriguez
Stufe	AnfängerInnen
Zeit	10.00–10.50 Uhr
Ort	Seniorentreffpunkt Kaserne, Klybeckstrasse 1b
Leitung	Rosa Streuli-Rodriguez
Stufe	Mittelstufe
Zeit	10.10–11.00 Uhr
Ort	Alterssiedlung, Bachofenstrasse 1
Leitung	Saúl Cáceres
Stufe	Oberstufe/Konversation

Zeit Donnerstag, 8.45–10.00 Uhr  
Leitung Monique Mattarelli  
Kosten Fr. 155.–

Quartals-Abonnement  
Halbjahres-Abonnement

Fr. 43.–  
Fr. 75.–

## Italienisch lernen mit Bewegung

Ein besonderer Italienischkurs, wo nichts zu kurz kommt, weder Kopf noch Herz; weder Arme noch Beine. Ein Italienischkurs, den man in den Gelenken spürt!

Kursbeginn 19.10.95 (20x)  
Ort Brüglingerstrasse 113

## Kleinbasel/Riehen/Bettingen

### Claraspital-Turnhalle

Kleinriehenstrasse 79  
Donnerstag 09.00 Uhr und 10.00 Uhr

### Diakonissen-Schwesternhaus

Riehen, Turnsaal, Schützengasse 66  
Montag 14.15 Uhr

### Bettingen Schulhaus-Turnhalle

Mittwoch 14.30 Uhr

## Seniorenturnen

Für weniger geübte Seniorinnen und Senioren in verschiedenen Lokalen und Gymnastikräumen. Gemischte Gruppen (wenn nichts anderes vermerkt).

Anmeldung nicht erforderlich

Quartals-Abonnement  
Halbjahres-Abonnement

Fr. 43.–  
Fr. 75.–

## 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 14.30 Uhr, Mittwoch 10.00 Uhr

### Eglise française

Holbeinplatz 7  
Freitag 09.00 Uhr (nur Frauen)  
Groupe de langue française  
Lundi 9.15 h (hommes), Vendredi 14.30 h

### Gundeldingerhof Alterssiedlung

Bruderholzweg 3  
Mittwoch 09.00 Uhr

# SENIORENSPORT

## 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 (Männer), 14.30 Uhr

## Petersgemeinde

Klingelbergstrasse 57  
Montag 14.45 Uhr

## Pilatusstrasse 44 Alterssiedlung

Dienstag 09.00 Uhr  
Donnerstag 09.00 Uhr, 10.00 Uhr (Männer)

## Providentiasaal Heiliggeist

Laufenstrasse 46  
Mittwoch 15.00 Uhr

## Radsporthalle

Luzernerringbrücke  
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 14.00 Uhr

## Thomaskirche

Hegenheimerstrasse 227  
Donnerstag 15.00 Uhr

## Tituskirche

Im Tiefen Boden 75  
Dienstag 10.00 Uhr, Mittwoch 09.30 Uhr

## Weiherweg Altersszentrum

Rudolfstrasse 43  
Montag 08.00 Uhr, 09.00 Uhr

## Wibrandishaus Alterssiedlung

Allschwilerplatz 9  
Donnerstag 09.45 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

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

### St. Matthäus Gemeindehaus

Klybeckstrasse 95

Montag 09.30 Uhr, 15.00 Uhr

Dienstag 09.30 Uhr (Männer)

### Rankhof Alterssiedlung

Rankhof 10, Saal

Freitag 09.30 Uhr

### St. Theodor Gemeindehaus

Claragraben 43

Mittwoch 14.15 Uhr

Donnerstag 09.00 Uhr

### Wesleyhaus Alterssiedlung

Hammerstrasse 88

Montag 16.00 Uhr

## Riehen/Bettingen

### Andreashaus

Keltenweg 41

Montag 09.00 Uhr, 10.00 Uhr (Männer)

### 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 14.30 Uhr

## Schwimmen und Wassergymnastik

In geheizten Schwimmbecken, für Schwimmer und Nichtschwimmer, Lektionen à 45 Minuten. Anmeldung nicht erforderlich



## Halbjahres-Abonnement:

Januar – Juni 1995 Fr. 115.– (23 Wochen)

Juli – Dezember 1995 Fr. 85.– (17 Wochen)

Einzelneintritt Fr. 8.–

## Grossbasel

### Dalbehof

Kapellenstrasse 17

Montag 09.30 Uhr (besetzt)

10.15 Uhr (besetzt)

Dienstag 09.00 Uhr (besetzt)

09.45 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



MIT GARANTIE DAS BESTE.

Ihr Fachgeschäft  
für Teppiche,  
Bodenbeläge aus  
Kunststoff,  
Holz, Linol und  
Tapeten.



**Hepp AG**

Feldbergstrasse 80  
4057 Basel  
Tel. 061 691 05 00  
Fax 061 691 05 08

# SENIORENSPORT

## 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, 09.15 Uhr
	14.00 Uhr
Mittwoch	14.30 Uhr, 15.15 Uhr

## Kleinbasel

### Bläischulhaus

Eingang Müllheimerstrasse	
Dienstag	16.30 Uhr
Mittwoch	15.30 Uhr*, 16.15 Uhr (*Wassertiefe 2m)

### 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. Freies Schwimmen möglich. Hin- und Rückfahrt mit Achermann-Car.

Daten	<b>Dienstag, 4. Juli – 12. September</b>
Abfahrtszeiten	08.35 Uhr Mustermesse vis-à-vis Taxistand Riehenring
	08.45 Uhr Gartenstrasse (Bankverein-Gebäude)
Kosten	pro Mal: Fr. 11.– Eintritt und Fr. 10.00 Carfahrt (einmaliger Organisationsbeitrag Fr. 4.– pro Kur)
Anmeldung	nicht erforderlich

## Volkstanzen

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



## Quartals-Abonnement Halbjahres-Abonnement

**Fr. 43.–  
Fr. 75.–**

Leitung Dorothee Siefert  
Kosten Fr. 70.–  
Anmeldung nicht erforderlich

## Grossbasel

### Alban-Breite Alterszentrum

Zürcherstrasse 143  
Freitag, 15.00 Uhr

### Stephanus Kirchgemeindehaus

Furkastrasse 12  
Freitag, 14.30 Uhr

### St. Johannes Gemeindehaus

Am Krayenrain 24  
Montag, 14.45 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

Blutrainweg 12  
Montag, 14.30 Uhr, 16.15 Uhr

### Haus zum Wendelin

Inzlingerstrasse 50  
Freitag, 09.30 Uhr

## 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.

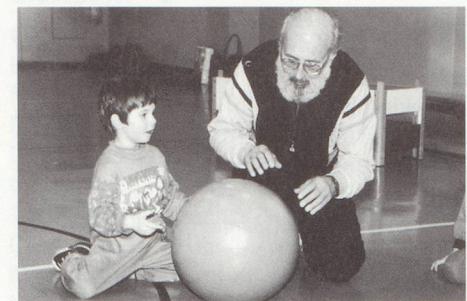
### Daten Mittwoch, 16. August – 27. September (7x)

Zeit	14.30 – 15.30 Uhr
Ort	Hagentalerstrasse 49 (vis-à-vis Isaak Iselin-Schulhaus)
Leitung	Hilda Jauslin
Kosten	Fr. 35.–
Anmeldung	erforderlich

## Grosseltern-/Kind-Turnen

Ein Angebot für Grosseltern! Haben Sie nicht auch schon daran gedacht, wie schön es wäre, zusammen mit Ihrer Enkelin/Ihrem Enkel (3–6 Jahre alt) zu turnen?

Tag	Mittwoch
Zeit	16.00 – 17.00 Uhr
Ort	Isaak Iselin-Schulhaus Hagentalerstrasse 46/Ecke Strassburgerallee (Obere Turnhalle)



## Neues Angebot «Walken»

Genauere Beschreibung siehe Seite 25

## Atemkurse

Eine gute Atemfunktion fördert unser körperliches und seelisches Wohlbefinden und steigert somit unsere Gesundheit und Lebensqualität. Mit Hilfe einfacher Übungen in Ruhe und Bewegung sammeln wir Erfahrungen über unseren Atem.

### Daten Montag, 14. August – 25. September (7x)

Zeit	10.15 – 11.15 Uhr
Ort	Reiterstrasse 48
Leitung	Roger Stutz, Atemtherapeut
Kosten	Fr. 70.–
Kleidung	Bequeme Kleidung, Socken (kein Umziehen nötig)
Anmeldung	erforderlich

### Daten Donnerstag, 7., 14., 21., 28. September

Zeit	09.00 – 10.00 Uhr
Ort	10.00 – 11.00 Uhr
Leitung	Studio für Atem- und Bewegungsschulung, Blotzheimerstrasse 28
Kosten	Carmen Siegrist, Atemtherapeutin
Kleidung	Fr. 40.–
Anmeldung	Bequeme Kleidung, Socken erforderlich

## Minitennis

Minitennis ist ein tennisähnliches Spiel. Wir spielen im Doppel, mit leichten Rackets und Softbällen aus Schaumgummi. Keine Vorkenntnisse nötig.

### Tag/Zeit Mittwoch, 08.00 und 09.00 Uhr

Ort	Saalbau Rhypark Mühlhäuserstrasse 17
Leitung	Eva Guiglia
Kosten	Fr. 80.– Januar – Juni 1995 (23 Wochen)
Ausrüstung	Fr. 60.– Juli – Dezember 1995 (17 Wochen)
Anmeldung	Turnkleidung, Sportschuhe mit Profil. Rackets und Softbälle werden zur Verfügung gestellt.

# SENIORENSPORT

## Tischtennis

Tag/Zeit	Donnerstag 09.00 Uhr
Ort	<b>Kirchgemeindehaus Matthäus</b> Klybeckstrasse 95
Tag/Zeit	Freitag, 14.30 Uhr
Ort	<b>Lukas-Saal der Schmiedezunft</b> Rümelinsplatz 4
Anmeldung	erforderlich



## 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	<b>Tenniszentrum Bächliacker</b> Frenkendorf
Kosten	Saisonabonnement: Winter ca. Fr. 250.– (Oktober bis April) Sommer ca. Fr. 155.– (April bis September)
Anmeldung	erforderlich

## Kegeln

Wöchentlich, 14.30–17.30 Uhr  
Auskunft über Ort und Wochentag bei:  
Paul Häring, Telefon 601 66 26

## Vita-Parcours

Vita-Parcours im Allschwilerwald, bei jedem Wetter. Das Übungsprogramm ist speziell auf Senioren abgestimmt.

Tag/Zeit	Donnerstag, 09.00–ca. 10.15 Uhr
Treffpunkt	um 08.45 Uhr beim Garderoben-gebäude 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.
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	<b>Allschwilerwald</b>
Tag/Zeit	Donnerstag, 09.00–ca. 10.15 Uhr
Treffpunkt	um 08.45 Uhr beim Garderoben-gebäude auf dem Parkplatz beim Allschwilerweiher (Endstation 8er-Tram, ca. 5 Min. zu Fuss Richtung Schiessstand). Es steht eine abschliessbare Garderobe zur Verfügung.

oder

Ort	<b>Lange Erlen</b>
Tag/Zeit	Dienstag und Freitag 09.30 – 10.30 Uhr
Treffpunkt	Schorenweg 117, Ökonomiegebäude beim Sportplatz Schoren-matte (Bus 36 bis Schorenweg). Es steht eine abschliessbare Garde-robe mit Dusche zur Verfügung.

## Walken

- Der Begriff für eine neue Sportart. Bedeutet «schnellstmögliche Marschieren» oder «sportliches Gehen», ist aber nicht zu verwechseln mit Wandern, Spazieren oder Gehen.
- Gelenkschonender und weniger erschöpfend als Jogging.
- Kraft, Koordination, Ausdauer, Beweglichkeit in einer Trainingseinheit.
- Eine Freiluftsportart, die in der Gruppe doppelten Spass macht und damit auch eine Bereicherung der zwischenmenschlichen Beziehungen.

Bekleidung	Komfortable Schuhe, in denen Sie sich wohl fühlen, bequeme Sportbekleidung
Zeit	Jeden Freitag, 09.00–10.00 Uhr Besammlung: 08.45 Uhr

## Ort

Vor dem Pro Senectute-Haus St. Jakob, Brüglingerstr. 113 (Tram 14 und Bus 36, Parkplätze vis-à-vis bei der Sporthalle St. Jakob benutzen).

Leitung Bärbel Burkhard

Kosten Fr. 4.– pro Mal

Beginn Freitag, 2. Juni 1995

Anmeldung erforderlich

## Langlauf/Skiwandern

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

Im Januar/Februar werden verschiedene Skiwanderwochen durchgeführt.

Anmeldung erforderlich

Auskunft Margrit Burgener, Tel. 601 19 54

## Alpinskifahren

Januar bis März jeden Dienstag bei guten Schneeverhältnissen.

Anmeldung erforderlich

Auskunft Marcel Senn, Telefon 601 61 59

## Skiturnen

Als zusätzliches Training einmal wöchentlich Skiturnen in der **Claraspital-Turnhalle**, Kleinriehenstrasse 79.

Montag, 09.00 und 10.00 Uhr

## Velofahren

Von April bis Oktober führen wir regelmässig Velotouren durch. Diese werden begleitet von erfahrenen Tourenleitern des Schweizerischen Rad- und Motorfahrerbundes (SRB) sowie der Pro Senectute. Sie finden in der Regel bei jeder Witterung statt.

Anmeldung nicht erforderlich

Auskunft Fritz Landerer, Telefon 381 71 54

## Teilnehmerbeiträge

Saisonabonnement April-Oktober Fr. 40.–  
Einzelbeitrag pro Fahrt Fr. 4.–

**Do 8.6.** Schorenweg 117 (bei Sportplatz  
13.30 Uhr Schorenmatte)  
Weil – Binzen – **Hammerstein** –  
Holzen – Egringen – Lange Erlen  
(ca. 40km)

Leitung Kurt Knecht

**Mo 19.6.** Hegenheimerstrasse/Alter Zoll  
08.30 Uhr Folgensbourg – Knöringen (Znüni) –  
Tagsdorf – Wallbach – **Koetzingen** (Mittagessen) – Sierentz  
– Kembs – Rosenau – Neudorf –  
Hüningen (Sandoz) (60km)

Leitung Godi Egloff

# SENIORENSPORT

**Do 29.6.** Hüninger Zoll (Sandoz)  
08.30 Uhr Kembs (Znüni) – Ottmarsheim –  
ganztags Chalampe – **Neuenberg** (Mit-  
tagessen) – Palmrainbrücke –  
Kleinhüningen (ca. 65km)  
Leitung Jean-Pierre Périsset

**Mo 10.7.** Schorenweg 117 (bei Sportplatz  
13.30 Uhr Schorenmatte)  
Weil – Haltingen – Binzen –  
**Schallbach** – Fischingen – Lan-  
ge Erlen (ca. 30 km)  
Leitung Kurt Knecht

**Do 20.7.** St. Jakob/Gartenbad  
09.00 Uhr Muttenz – Pratteln- Augst –  
ganztags Rheinfelden (Znüni) – **Wallbach**  
(Mittagshalt mit Picknick) –  
Rheinfelden – Augst – Schweizer-  
halle – Birsfelden (ca. 55 km). Ei-  
ne Waldhütte steht zur Verfü-  
gung. Esswaren vom Grill, Brot,  
Getränke erhalten Sie preiswert.  
Leitung Hugo Düblin

**Mo 31.7.** Dorenbachcenter Binningen  
09.00 Uhr Oberwil – Biel-Benken – Leymen  
ganztags (Znüni) – Rodersdorf – Bettlach –  
**Cäsarhof** (Mittagessen) – Fol-  
gensbourg – Hellfrantzkirch –  
Bartenheim – Rosenau – Hünin-  
gen (Sandoz) (ca. 60 km)  
Leitung Hugo Düblin

**Do 10.8.** Schorenweg 117 (beim Sportplatz  
13.30 Uhr Schorenmatte)  
Lange Erlen – Weil – Haltingen –  
Binzen – Fischingen – **Efringen**  
– Märkt – Kleinhüningen  
(ca. 30 km)  
Leitung Jean-Pierre Périsset

**Mo 21.8.** St. Jakob/Gartenbad  
13.30 Uhr Muttenz – Pratteln – Liestal –  
Bubendorf – **Talhus** – Augst –  
Pratteln – St. Jakob (ca. 35 km)  
Leitung Godi Egloff

**Do 31.8.** Dorenbachcenter Binningen  
08.00 Uhr Binningen – Therwil – Leymen –  
ganztags Wolschwiller (Znüni) – Hippolts-  
kirch 465 m ü.M. – Blochmont  
680 m ü.M. – **Kiffis** 564 m ü.M.  
(Mittagessen) – Kleinlützel –  
Laufen – St. Jakob (ca. 70 km)  
Leitung Jean-Pierre Périsset

**Mo 11.9.** Schorenweg 117 (beim Sportplatz  
09.00 Uhr Schorenmatte)  
ganztags Der Wiese entlang nach Steinen  
335 m ü.M. (Znüni) – Schlächten

haus – Scheideck 541m ü.M. –  
**Kandern** (Mittagessen) – Ham-  
merstein – Binzen – Weil – Lange  
Erlen (ca. 60 km)  
Leitung Godi Egloff

**Do 21.9.** Birsfelden/Endstation Tram 3  
09.00 Uhr Schweizerhalle – Augst –  
ganztags Rheinfelden (Znüni) – Möhlin –  
Zuzgen – **Wegenstetten** (Mit-  
tagessen) – Ormalingen – Gelter-  
kinden – Pratteln – St. Jakob (ca.  
65 km)  
Leitung Hugo Düblin

## Bergwanderungen



Von Mai bis Oktober. Ein Angebot für Seniorinnen und Senioren, die problemlos 7 Stunden wandern können und trittsicher sind. Die Wanderungen werden jeweils am Mittwoch (Zweitägige Dienstag/Mittwoch) durchgeführt.  
Anmeldung erforderlich  
Auskunft Delphine und Fritz Scotzniovsky,  
Telefon 313 26 09

## Wandern



Wanderungen in der näheren Umgebung von Basel. Dauer der Wanderungen zwischen 1–5 Std. Durchführung bei jedem Wetter (evtl. Änderung der vorgesehenen Route).

## Teilnehmerbeiträge

Einzelbeitrag Fr. 4.–  
Quartalsbeitrag Fr. 40.–  
Semesterbeitrag Fr. 70.–

Anmeldung nicht erforderlich (wenn nichts anderes vermerkt ist).

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

**Wichtige Mitteilung: Ab Ende Mai gilt ein neuer Fahrplan. Änderungen der angegebenen Zeiten sind deshalb möglich. Bitte schauen Sie ab Ende Mai im neuen Kursbuch nach oder fragen Sie Ihre/n Wanderleiter/in.**

## Montaggruppe

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

**26. Juni** Schalterhalle SBB  
11.00 Uhr Abfahrt 11.14 Uhr nach Laufen-  
burg und mit Bus bis **Büren-  
steig-Höhe**. Wanderung über  
Sennhütten nach **Elfingen**.

**24. Juli** Schalterhalle SBB  
08.00 Uhr Abfahrt 08.22 Uhr nach Delémont –  
Porrentruy und mit Bus bis  
**Grandfontaine**.

Wanderung über Damvant zu den  
Grotten von **Réclère**. Besichti-  
gung der Grotten **oder** des neuen  
Dinosaurier-Parks. Rückkehr ab  
**Réclère**. Ankunft in Basel:  
18.38 Uhr. Picknicken oder Re-  
staurant. Wanderzeit: 3 Std. und  
1 Std. für Besichtigung.

Kosten für Bahn und Bus ca. Fr. 20.– (auf  
Basis U-Abo und 1/2 Preis-Abo.)  
Eintritt: ca. Fr. 7.–  
Anmeldung für Kollektivbillet  
bis Donnerstag, 20.7.  
bei Rita Waech, Telefon 281 33 94

**28. August** Schalterhalle SBB  
09.45 Uhr Abfahrt 09.58 Uhr nach Zwingen  
und mit Bus zum **Passwang-  
Tunnel**. Wanderung über den  
Passwang – Vogelberg – **Rei-  
goldswil**. Picknick und Trinken  
mitnehmen.  
Wanderzeit ca. 3 1/2 Std.

**25. Sept.** Schalterhalle SBB  
11.10 Uhr Abfahrt 11.23 Uhr nach Laufen  
und mit Bus bis **Liesberg-Dorf**.  
Wanderung über Huggerwald  
nach **Laufen**.  
Wanderzeit ca. 3 Std.

**8.–13.10.** **Wanderferien in Kandersteg**  
Auskunft u. Jacqueline Bloch  
Anmeldung Telefon 272 53 67

# SENIORENSPORT

## Dienstaggruppe 1

1½–2 Stunden

Leitung

Charlotte Lüchinger

Telefon 361 88 87

Esther Stauffer

Telefon 271 76 16

**20. Juni** Schalterhalle SBB

12.30 Uhr Abfahrt 12.49 Uhr nach Rheinfelden, mit PTT nach **Buuseregg**. Wanderung nach **Wintersingen**. 17.10 Uhr Rückfahrt ab Post Wintersingen (letzte Fahrtmöglichkeit)

**18. Juli** Haltestelle Aeschenplatz

09.30 Uhr Abfahrt 09.45 Uhr (Tram 10) nach **Dornach**. Wanderung der Birs entlang zur **Grün 80**. Essen im Migros Restaurant Seegarten.

**15. August** Endstation Tram No. 6 in

09.30 Uhr Allschwil Dorf beim Restaurant Rössli. Wanderung nach **Schönenbuch** ins Restaurant Krone. Heimfahrt per Bus um 12.08/13.08 etc. Uhr.

**12. Sept.** Schalterhalle SBB

12.35 Uhr Abfahrt 12.51 Uhr nach Liestal. Umsteigen ins Waldenburgerli: 13.05 Uhr nach Lampenberg und mit Bus um 13.22 Uhr nach **Lampenberg Dorf**. Wanderung nach Bubendorf über Schloss Wildenstein.

## Dienstaggruppe 2

Leitung

Lilly und Willy Klossner

Telefon 601 00 74

**6. Juni** Schalterhalle SBB

09.15 Uhr 09.30 Uhr Abfahrt nach Gelterkinden/**Tecknau**. Wanderung über Ruine Scheidegg-Stierenberg-Thürnerflue nach **Böckten**. Picknick nach Bedarf mitnehmen. Am Schluss Einkehr. Wanderzeit ca. 2¾ Std.

**8. August** Schalterhalle SBB

08.15 Uhr Abfahrt 08.30 Uhr nach Gelterkinden/**Asphof**. Wanderung durch den Wald zum **Häxehüsli** (Picknick) und weiter über Winterhalde nach **Wegenstetten**. Einkehr. Wanderzeit ca. 3 Std.

Nunningen/Seewen. Wanderung über die Schneematt nach **Lup-singen** (Mittag).

Weiter nach **Neu-Nuglar** oder **Liestal** (längerer Weg). Änderungen vorbehalten.

Anmeldung **unbedingt erforderlich** bis 6. Juli an L. u. W. Klossner, Telefon 601 00 74, Platzzahl beschränkt.

**26. Juli**

11.30 Uhr

Schalterhalle SBB

Abfahrt: 11.42 Uhr nach Grellingen, mit dem Postauto 12.00 Uhr nach **Bretzwil**. Wanderung über Homberg durchs romantische Chaltbrunnental nach **Grellingen**.

L. Ottenburg, J. Kieffer

**23. August**

07.45 Uhr St. Jakob (Tramhaltestelle) 08.00 Uhr Abfahrt zur **Alpenwanderung** mit Extrabus nach Hasliberg, mit der Bergbahn nach **Käserstatt**. Leichte Wanderung über die Alpen Käserstatt 1830m–Mägisalp 1689m–Gumminalp 1625m–**Bidmi** 1430 m. Wanderzeit ca. 2½ Std. Picknick nach Bedarf mitnehmen. Am Schluss Einkehr mit währschafter Verpflegungsmöglichkeit. Fahrpreis ca. Fr. 30.– bis Fr. 35.– je nach Teilnehmerzahl.

**unbedingt erforderlich** bis 17. August 95 an L. und W. Klossner Telefon 601 00 74, Platzzahl beschränkt.

**30. August**

10.00 Uhr Aeschenplatz (10er-Tram) Abfahrt 10.05 Uhr nach **Münchenstein**. Wanderung auf dem Heieriweg nach **Arlesheim**. L. Ottenburg, J. Kieffer

**13. Sept.**

10.00 Uhr Schalterhalle SBB 10.11 Uhr Abfahrt nach Gelterkinden/**Salhöhe**. Wanderung über Morbachweid-Egg nach **Anwil**. Einkehr. Picknick nach Bedarf mitnehmen. Wanderzeit ca. 2¼ Std. L. und W. Klossner

**27. Sept.**

11.15 Uhr Schalterhalle SBB Abfahrt 11.30 Uhr nach **Grelligen**. Mühelose Wanderung nach **Maisprach**. L. Ottenburg, J. Kieffer

## Donnerstaggruppe 1

4–5 Stunden

Leitung

Margrit Burgener

Telefon 601 19 54

und weitere LeiterInnen

**19. – 26. Juni 1995 Ferien im Schwarzwald.**

**23. August** Schalterhalle SBB

07.40 Uhr Abfahrt 07.58 Uhr nach Zwingen. Mit dem Bus nach **Neuhüsli**. Wanderung über den Nunningerberg nach **Nunningen** (Mittag). Anschliessend um den Chilchberg zur Busstation **Meltingerbrücke**.

**13. Sept.** Schalterhalle SBB

09.15 Uhr Abfahrt 09.34 Uhr nach Stein. Wanderung am Rhein entlang nach **Wallbach** (Mittag). Zum zweiten Teil der Wanderung fahren wir mit dem Bus nach Möhlin. Von dort wandern wir durch den Wald zum Rhein hinunter bis **Rheinfelden**.

## Mittwochgruppe 2

2–2¾ Stunden

Leitung

Lilly und Willy Klossner Telefon 601 00 74  
Liliane Ottenburg Telefon 691 70 69  
Juliette Kieffer Telefon 601 68 09

**14. Juni** Schalterhalle SBB

10.00 Uhr Abfahrt 10.11 Uhr nach Gelterkinden/**Salhöhe**. Zwei Varianten-Wanderung nach **Densbüren**. Picknick nach Bedarf mitnehmen. Am Schluss Einkehr. Wanderzeit ca. 2¾ Std. L. und W. Klossner

**28. Juni** Aeschenplatz (10er-Tram)

10.10 Uhr Abfahrt 10.15 Uhr nach **Arlesheim Dorf**. Wanderung rund um den Sulzkopf nach **Muttenz**. Wanderzeit ca. 3 Std. L. Ottenburg, J. Kieffer

Leitung

**12. Juli** Riehen Grenze (Station Tram 6) Abfahrt 09.30 Uhr Deutsche Seite. **Schwarzwaldwanderung** mit Extrabus. Fahrt durch das Wiesental-Hotzenwald zum **Steinernen Kreuz**. Leichte Waldwanderung zur Waldkapelle-Ibacher Kreuz–Wehra-schlucht nach **Todtmoos**. Einkehr. Wanderzeit ca. 2½ Std. Picknick nach Bedarf, sowie ID-Karte mitnehmen. Fahrpreis ca. Fr. 16.– bis Fr. 20.– je nach Teilnehmerzahl.

# SENIORENSPORT

<b>8. Juni</b> 08.00 Uhr	Schalterhalle SBB Abfahrt 08.23 Uhr nach <b>Courfaivre</b> . Wanderung: Soucce – Undervelier – <b>Berlincourt</b> . Grillieren bei Benno (etwas zum Grillieren mitbringen). Leitung: M. Lüdi, T. Fingerlin u. B. Bernert	wang – Wasserfallen – Helfenberg – <b>Langenbruck</b> . Picknick. Leitung: M. Burgener	mit dem Bus zum Hebelhof ( <b>Kollektivbillett</b> ). Wanderung: Herzogenhorn – Bernau Kreuz – Wiesensquelle – Hebelhof. Picknick. M. Burgener Bei schlechtem Wetter gibt Tel. 261 32 16 am Mittwoch von 12.00 – 18.00 Uhr die Ersatzwanderung bekannt.
<b>15. Juni</b> 07.50 Uhr	Schalterhalle SBB Abfahrt 08.11 Uhr nach Olten und mit Bus bis <b>Hauenstein</b> . Wanderung: Ifenthal – Challhöchi – Belchenflue – Geissflue – Höhlein. Picknick. Leitung: M. Burgener	Schalterhalle SBB 08.00 Uhr Leitung: M. Lüdi und T. Fingerlin	<b>3. August</b> Schalterhalle SBB 08.00 Uhr Leitung: M. Lüdi und T. Fingerlin
<b>22. Juni</b> 07.00 Uhr	Schalterhalle SBB Abfahrt 07.23 Uhr nach Gänzenbrunnen – <b>Welschenrohr</b> . Wanderung: Wolfsschlucht – Mieschegg – Gänzenbrunnen. Picknick/ Einkehrmöglichkeit. Leitung: M. Lüdi und T. Fingerlin	<b>10. August</b> Schalterhalle SBB 07.30 Uhr Leitung: B. Bernert Bei schlechtem Wetter gibt Tel. 261 32 16 am Mittwoch von 12.00 bis 18.00 Uhr die Ersatzwanderung bekannt.	<b>21. Sept.</b> 08.00 Uhr Leitung: M. Lüdi und T. Fingerlin
<b>29. Juni</b>	Tel. 261 32 16 gibt am Mittwoch von 12.00 – 19.00 Uhr bekannt, welche Wanderung wir machen.	<b>17. August</b> Aeschenplatz Bus Nr. 70 Abfahrt 07.48 nach <b>Ziefen</b> . Wanderung: Arboldswil – Titterten – Reigoldswil – <b>Ziefen</b> . Picknick. Leitung: B. Bernert	<b>28. Sept.</b> 07.00 Uhr Leitung: M. Lüdi und T. Fingerlin
<b>6. Juli</b> 08.00 Uhr	Schalterhalle SBB Abfahrt 08.23 Uhr nach <b>Liesberg</b> . Wanderung: Reselle de Soyhières – <b>Laufen</b> . Picknick. Leitung: Heidi Dürrenberger	<b>24. August</b> Tel. 261 32 16 gibt am Mittwoch von 12.00 – 18.00 Uhr Ziel und Abfahrt bekannt.	<b>Donnerstaggruppe 2</b>
<b>13. Juli</b> 08.30 Uhr	Schalterhalle SBB Abfahrt 08.49 Uhr nach <b>Magden</b> . Wanderung: Nusshof – Dornach – <b>Augst</b> . Picknick. Leitung: M. Lüdi und T. Fingerlin	<b>31. August</b> Schalterhalle SBB 07.00 Uhr Leitung: M. Burgener Bei schlechtem Wetter gibt Tel. 261 32 16 am Mittwoch von 12.00 – 18.00 Uhr die Ersatzwanderung bekannt.	2–3 Stunden Leitung: Hansjörg Salathé Bärbel Burkhard Telefon 601 46 85 Telefon 481 17 45
<b>20. Juli</b> 08.00 Uhr	Schalterhalle SBB Abfahrt 08.23 Uhr nach Laufen – <b>Kleinlützel</b> . Wanderung: Movelier – <b>Ederswiler</b> . Picknick. Leitung: B. Bernert	<b>7. Sept.</b> Schalterhalle SBB 08.15 Uhr Leitung: H. Dürrenberger	<b>24. August</b> Bushaltestelle Friedhof Hörnli 10.00 Uhr Wanderung über das Grenzacherhorn zum <b>Rustelgraben</b> . Picknick aus dem Rucksack. Rückfahrt mit dem Bus ab St. Chrischona. Wer mag, wandert bis zur Bushaltestelle Bettingen. ID nicht vergessen.
<b>27. Juli</b> 07.40 Uhr	Schalterhalle SBB Abfahrt 07.58 Uhr nach Zwingen und mit dem Bus zum <b>Passwangtunnel</b> . Wanderung: Passwangtunnel – Rieden Grenze (Linie 6). ID und DM nicht vergessen.	<b>14. Sept.</b> Basischer Bahnhof 07.00 Uhr Leitung: H. Dürrenberger	<b>28. Sept.</b> 14.00 Uhr Bushaltestelle Wenkenhof (Linie 32) Wanderung über das Wenkenköpfli nach <b>Inzlingen</b> . Einkehr in Inzlingen. Zurück über den Maienbühlhof zur Tramhaltestelle Rieden Grenze (Linie 6). ID und DM nicht vergessen.

## Grenzenlose Kombinationen für jede Sportart



Das Sportgeschäft in  
Basel, Steinentorstr. 30  
Riehen, Webergässchen 4  
Pratteln, Burggartenstr. 3

# SENIORENSPORT

## Freitaggruppe 1

2 Stunden  
Leitung  
Annemarie Zurflüh      Telefon 421 56 16

### 4. – 8. Juli Wandertage in Davos.

**14. Juli** Schalterhalle SBB  
**Morgenwanderung**  
08.15 Uhr Abfahrt 08.30 Uhr nach Gelterkinden. Mit PTT nach **Salhöhe**. Wanderung: Salhöhe, Nesselboden, Schafmatt, **Zeglingen**.

**11. August** Schalterhalle SBB  
**Morgenwanderung**  
08.15 Uhr Abfahrt 08.30 Uhr nach Gelterkinden. Mit PTT nach **Buuseregg**. Wanderung: Buuseregg Breitfeld, Wintersingeregg, **Maisprach**.

**8. Sept.** Schalterhalle SBB  
12.10 Uhr Abfahrt 12.25 Uhr nach Liestal. Mit Bus nach **Titterten**. Wanderung: Titterten, Gugger, Egghübel, Brunnenstieg, **Niederdorf**.

## Freitaggruppe 2

ca. 1 1/2 Stunden  
Leitung  
Alice Weber      Telefon 461 56 94  
Trudy Kaufmann      Telefon 421 50 05

**9. Juni** Heuwaage, Haltestelle 10er-Tram  
12.30 Uhr Abfahrt 12.51 Uhr nach Flüh und dann mit dem Postauto bis **Hofstetten**, Wanderung: Hofstetten – «Schräger Weg» – Rinelfingen.

**23. Juni** Schalterhalle SBB  
09.50 Uhr Abfahrt 10.11 Uhr nach Gelterkinden und mit dem Postauto weiter auf die **Salhöhe**. Wanderung: Salhöhe – Schafmatt – Bergweid – **Zeglingen**. ACHTUNG: Picknick mitnehmen.

**21. Juli** Schalterhalle SBB  
12.35 Uhr Abfahrt 12.49 Uhr nach Frick. Postauto nach Benkerjoch. Wanderung: **Benkerjoch** – Herzberg – **Staffelegg**

**25. August** Haltestelle Theater/Tram 10  
12.35 Uhr Abfahrt 12.50 Uhr nach Flüh und mit dem Postauto nach **Maria-stein**. Wanderung: Mariastein – Heulenhof (schöne Aussicht ins nahe Elsass und zur Landskron) – **Rodersdorf**.

**15. Sept.** Schalterhalle SBB  
12.15 Uhr Abfahrt 12.34 Uhr nach Frick, dann mit dem Postauto Richtung Kaistenberg. Ausstieg unterwegs. Wanderung: **Ab Postauto** nach Ittental und weiter, u.a. entlang Biotop und Fledermaushöhle nach **Kaisten**.

**29. Sept:** Schalterhalle SBB  
12.00 Uhr Abfahrt 12.14 Uhr nach Möhlin und mit dem Postauto nach **Zeiningen**. Wanderung: Zeiningen – **Mumpf**.

## Sonntaggruppe

2–3 Stunden  
Diverse LeiterInnen

**Sonntag** Aeschenplatz beim Bus nach Reigoldswil  
**18. Juni** 11.10 Uhr Abfahrt 11.22 Uhr nach **Reigoldswil**. Beschauliche Wanderung nach **Lupsingen** (ca. 2 1/2 Std.)  
Leitung: L. Ottenburg, Telefon 691 70 69 und J. Kieffer, Telefon 601 68 09

**Sonntag** Bushaltestelle Bettingen  
**20. August** 14.00 Uhr Rundwanderung über St. Chrischona. Am Schluss Einkehr mit Verpflegungsmöglichkeit (ca. 1 1/2 Std.)  
Leitung: H. Salathé, Telefon 601 46 85

**Sonntag** Schalterhalle SBB  
**10. Sept.** Laufen/Neumühle  
10.45 Uhr Abfahrt 10.58 Uhr nach Laufen und mit der PTT nach Neumühle. Wir wandern auf den **Glaserberg** im Elsass. Picknick mitnehmen. Telefonische Anmeldung bis Freitag 8. September erwünscht.  
Leitung: L. Keller, Telefon 312 70 10

**Schöffel**  
**EveryWear**

wasserdicht, winddicht, atmungsaktiv

Funktionelle Freizeitjacken für Damen und Herren in div. Farben.

ab 298.–

**kost** sport  
Freie Strasse 51, 4001 Basel  
Tel. 061 261 22 55