

**Zeitschrift:** Alter & Zukunft : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich  
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Zürich  
**Band:** 4 (1996)  
**Heft:** 2: Sucht - ein Problem, das nicht nur Junge trifft  
  
**Rubrik:** Regionen

### **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:** 29.01.2026

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

## Begeisternde Langlauerferienwoche 1996



Am Samstag, den 16. März 1996, traf sich im «Gasthaus Grimsel» in Obergesteln eine Schar langlaufbegeisterter Zürcherinnen und Zürcher zu ihrer Senioren-Sportwoche. Unter ihnen gab es aber auch Leute aus dem Aargau, dem Bernbiet, ja sogar eine Dame aus Triest (Norditalien) war dabei. Hatten sich beim ersten Versuch einer Langlaufwoche im Wallis vor drei Jahren ganze 14 Personen beteiligt, so waren es diesmal bereits 31 Männer und Frauen, die der Einladung von Pro Senectute Kanton Zürich gefolgt waren.

Dieser Erfolg ist eindeutig dem Initianten und Hauptleiter des Kurses, Paul Züger aus Wald ZH, und seinem tüchtigen Team zuzuschreiben. Sie haben es von Anfang an verstanden, die älteren Leute nicht nur fachtechnisch einwandfrei in den Langlaufsport einzuführen, zu fördern und die Freude an ihm zu wecken oder zu vertiefen, sondern sie beherrschten es auch meisterhaft, jene Atmosphäre von menschlicher Nähe und Wärme zu schaffen, die für Leute jenseits der 60er Grenze neben der sportlichen Betätigung so entscheidend wichtig ist. Man suchte im Obergoms ja nicht bloss das Loipenerlebnis, man suchte ebenso sehr den Kontakt, das Gespräch, die Ge-



Foto: Pro Senectute Kanton Zürich

meinschaft – für manche das Ausbrechen aus ihrer Isolation, ihrer Einsamkeit.

Täglich waren die vier Gruppen mit ihren Leiterinnen und Leitern Helga Gehrig, Alice Meier, Eugen Hertig und Paul Züger auf den verschiedenen Loipen anzutreffen. Die Schneeverhältnisse waren nicht eben optimal. So fuhr man abschliesslich an den Vormittagen und vermied die Nachmittage mit ihrem aufgeweichten, matschigen Schnee. Auch so trafen wir noch häufig genug auf kleinere oder gar ausgedehnte Was-

sertümpel, in denen die Loipenspur buchstäblich «ertranken».

Ein eindrückliches Erlebnis bildete der Ausblick auf die umliegenden Berge und die Taltschaft des Obergoms von der Sonnenterrasse der Hungerberghütte aus, die wir per Sessellift erreichten. Vom Donnerstag weg konnte die Sonnenloipe auf der weiten Talsohle nicht mehr benutzt werden, nur die sogenannte Schattenloipe der Rotte (Rhône) entlang war noch einigermaßen intakt. Der Freitag brachte dann endlich den langer-

sehnten Schneefall, und so konnten wir während kurzer Zeit sogar das Gehen im Schneegestöber erleben.

Trotz einer unwinterlich grünen Vorfrühlingslandschaft rundum an den Talhängen haben wir alle eine erlebnisreiche Woche, auch in sportlicher Hinsicht, verbracht. Wir freuen uns bereits auf das nächste Zusammensein im März 1997 im Obergoms, und in dieser Vorfreude ist auch der ganze Dank und die Anerkennung für die feine Art der Führung durch das Leiterteam mit eingeschlossen.

*Samuel Veraguth  
Teilnehmer*

## Vorschau Alter+Zukunft Nr. 3/1996

Erscheinungsdatum: 10. September 1996

**Neue Wohnformen für Ältere**  
Auf der Suche nach Wohnqualität