

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 95 (2017)  
**Heft:** 1-2

## **Werbung**

### **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:** 20.01.2026

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

- Nervosität?
- Unwohlsein?
- Schlafstörungen?
- Magenbeschwerden?

**Carmol<sup>®</sup>**  
tut wohl.

Bitte lesen Sie die Packungsbeilage.

Enthält 64 Vol.% Alkohol.

Iromedica AG, 9014 St. Gallen



Erhältlich in Apotheken und Drogerien





Fluss- und Veloreisen

Rhein, Main & Mosel

Programm Velowandern – gemütlich

**1. Tag: Schweiz–Würzburg.**  
Anreise mit dem Bus nach Würzburg. Geführter Stadtrundgang der altherwürdigen Residenzstadt. Einschiffung auf unser schwimmendes Hotelschiff Excellence Queen.

**2. Tag: Würzburg–Gemünden–Wertheim.**  
Heute starten wir unsere erste Velofahrt. Mit der erleben Würzburger Kultur im Rücken fahren wir mit dem Velo weiter flussabwärts entlang dem Main. Vorbei an der Mündung der fränkischen Saale geht es weiter, stetig von lieblichen Weinbergen begleitet, nach Gemünden. Busfahrt via Lohr am Main nach Karlstadt zur Wiedereinschiffung. (Velostrecke ca. 45 km)

**3. Tag: Wertheim–Freudenberg.**  
Etappenstart der heutigen Velotour ist die historische Stadt Wertheim. Die Stadt am Zusammenfluss von Tauber und Main verfügt über eine wunderschöne Altstadt. Entlang dem Main schlängelt sich unser Veloweg von Wertheim bis nach Freudenberg. (Velostrecke ca. 25 km)

**4. Tag: Rüdesheim–Boppard–Koblenz.**  
Vormittags Ankunft in Rüdesheim. Auf unserer heutigen Velo-Etappe entdecken wir den landschaftlichen Höhepunkt dieser Reise – das romantische Mittelrheintal. Vorbei an Schloss Reichenstein und der malerischen Burg Soneck erreichen wir den uralten Weinort Bacharach. Wir sehen Kaub mit der Burg Pfalzgrafenstein auf der Insel im Rhein und passieren die sagenumwobene Loreley. Wiedereinschiffung in Boppard und Schifffahrt nach Koblenz. (Velostrecke ca. 45 km)

**5. Tag: Koblenz–Treis-Karden–Cochem.**  
Wir verlassen das Deutsche Eck und fahren durch das liebliche Moseltal, vorbei an typischen Weinorten wie Winningen und Kobem-Gondorf. Möglichkeit zur Besichtigung der Burg Eltz. Anschließend radeln wir auf dem Mosel-Radweg via Treis-Karden bis nach Cochem. (Velostrecke ca. 50 km)

**6. Tag: Zell an der Mosel–Bernkastel-Kues.**  
Mit dem Velo erreichen wir das romantische Städtchen Traben-Trarbach. Gleich einem rebenbegrenzten Amphitheater schmiegen sich Wald und Weinberge um das Doppelstädtchen links und rechts der Mosel. Unser Radtag endet in Bernkastel-Kues, einer malerischen alten Stadt, gelegen inmitten eines der besten Mosel-Weinbaugebiete. Über Nacht fährt

unser Hotelschiff weiter nach Trier. (Velostrecke ca. 40 km)

**7. Tag: Trier–Schweiz.**  
Auf einer Stadtbesichtigung in Trier erleben wir die über 2000-jährige Residenzstadt mehrerer römischer Kaiser. Rückfahrt in die Schweiz.

Programm Velofahren – sportlich

**1./3./5./6./7. Tag: Programm**  
Gemäss Variante Velowandern – gemütlich.

**2. Tag: Würzburg–Lohr am Main–Wertheim.**  
Velostrecke ca. 60 km: Würzburg–Lohr am Main.

**4. Tag: Rüdesheim–Boppard–Koblenz.**  
Velostrecke ca. 65 km: Rüdesheim–Boppard–Koblenz.

7 Tage  
ab Fr.

1880.-

TOP PREIS

Pro Person in Fr.	Katalog-Preis	Sofort-Preis*
HD 2-Bett-Kabine	2090	1880
MD 2-Bett-Kabine	2420	2180
OD 2-Bett-Kabine	2645	2380

Reisedaten 2017

1: 10.08.–16.08.

2: 22.08.–28.08.

3: 03.09.–09.09.

4: 15.09.–21.09.

Unsere Leistungen

Fahrt im Komfortklasse-Bus mit Veloanhänger

Schifffahrt in der gebuchten Kabine

Vollpension an Bord z.T. Picknick-Lunch unterwegs

Alle Velo- und Touristikausflüge gemäss Programm



Saône und Rhône

Programm Velowandern – gemütlich

**1. Tag: Schweiz–Avignon.**  
Fahrt nach Avignon zur Einschiffung auf unser schwimmendes Hotelschiff Excellence Rhône.

**2. Tag: Arles, Velotag Camargue.**  
Stadtrundgang in Arles. Nebst der römischen Arena ist Arles auch berühmt als Wirkungsstätte des Malers Vincent Van Gogh. Anschliessend durchqueren wir mit dem Velo die Camargue. Verlad der Velos in St. Bertrand und Weiterfahrt mit dem Bus bis Port Saint Louis. (Velostrecke ca. 50 km)

**3. Tag: Avignon–Châteauneuf-du-Pape.**  
Am Morgen Stadtrundgang in Avignon und anschliessend Mittagessen auf dem Schiff. Am Nachmittag durchqueren wir mit dem Velo die Provence von Séguret bis zum berühmten Weinort Châteauneuf-du-Pape. (Velostrecke ca. 40 km)

**4. Tag: Ausflug Ardèche (velofreier Tag).**  
Touristischer Ausflug in die Region der Ardèche. Wir entdecken diese unvergleichlich schöne Landschaft mit den felsigen Steilhängen und dem tief eingeschnittenen Fluss.

**5. Tag: Lyon.**  
Vormittags Stadtbesichtigung von Lyon. Die drittgrösste Stadt Frankreichs besitzt beeindruckende römische Ruinen, eine Renaissance-Altstadt und ein lebhaftes Zentrum. Mittagessen an Bord. Nachmittag zur freien Verfügung oder Veloausflug rund um den «Grand Large». (Velostrecke ca. 40 km)

**6. Tag: Trévoux–Cluny–Chalon-sur-Saône.**  
Am Morgen fahren wir mit dem Bus nach Mâcon und mit dem Velo auf dem grossartigen Voie Verte (stillegelegtes Eisenbahntrasse) durch das schöne Burgund. Individuelle Besichtigung der mächtigen Klosteranlage von Cluny und Weiterfahrt bis St. Gengoux. (Velostrecke ca. 45 km)

**7. Tag: Chalon-sur-Saône–Beaune–St. Jean-de-Losne.**  
Busfahrt nach Chagny. Velofahrt auf dem Voie des Vignes durch berühmte Rebgebiete wie Montrachet, Meursault, Pommard nach Beaune. (Velostrecke ca. 30 km)

**8. Tag: St. Jean-de-Losne–Schweiz.**  
Ausschiffung in St. Jean-de-Losne. Velofahrt entlang dem Rhein-Rhône-Kanal und dem Doubs bis nach Avanne-Aveney. Rückfahrt mit dem Bus zu den Einsteigeorten. (Velostrecke ca. 30 km)

Programm Velofahren – sportlich

**1./3./4./5. Tag: Programm**  
Gemäss Variante Velowandern – gemütlich.

**2. Tag: Arles, Velotag Camargue.**  
Stadtrundgang in Arles. Velostrecke ca. 70 km: Arles–Salin de Giraud.

**6. Tag: Trévoux–Cluny–Chalon-sur-Saône.**  
Velostrecke ca. 85 km: Mâcon–Cluny–Tournus.

**7. Tag: Chalon-sur-Saône–St. Jean-de-Losne.**  
Velostrecke ca. 50 km: Chalon-sur-Saône–Beaune.

**8. Tag: St. Jean-de-Losne–Schweiz.**  
Velostrecke ca. 50 km: Dole–Ranchot–Avanne-Aveney.

8 Tage  
ab Fr.

2035.-

TOP PREIS

Pro Person in Fr.	Katalog-Preis	Sofort-Preis*
HD 2-Bett-Kabine	2310	2080
MD 2-Bett-Kabine	2755	2480
OD 2-Bett-Kabine	2935	2640

Reduktion

Reise 1, 3 und 4

–45

Reisedaten 2017 (Sa – Sa)

1: 29.04.–06.05.

4: 12.08.–19.08.

2: 13.05.–20.05.

5: 09.09.–16.09.

3: 15.07.–22.07.

Unsere Leistungen

Fahrt im Komfortklasse-Bus mit Veloanhänger

Schifffahrt in der gebuchten Kabine

Mahlzeiten:

– Halbpension an Bord

– 4 x Mittagessen (3 x an Bord, 1 x in einem lokalen Restaurant)

– 1 x Picknick-Lunch unterwegs

Alle Velo- und Touristikausflüge gemäss Programm



Donau

Programm Velowandern

**1. Tag: Schweiz–Passau.**  
Fahrt nach Passau und Einschiffung auf unser schwimmendes Hotelschiff Excellence Melodia.

**2. Tag: Melk–Dürnstein (Wachau).**  
Wir erreichen das Städtchen Melk mit dem bekannten Benediktinerstift. Individuelle Besichtigung des Klosters. Velotour durch die sanfte Hügellandschaft der Wachau, geprägt von verträumten Dörfern, Burgen, Klöstern und Weinterrassen. In Dürnstein gelangen wir wieder an Bord und geniessen die Schifffahrt nach Wien. Nach dem Abendessen Möglichkeit zu einem Heurigenbesuch oder zum Besuch eines klassischen Konzerts (fakultativ). (Velostrecke ca. 30 km)

**3. Tag: Wien.**  
Wien steckt voller Charme und lässt sich bestens mit dem Velo und einem kundigen, einheimischen Führer entdecken. Auf Radwegen und verkehrsarmen Strassen gelangen wir zu einer Auswahl der schönsten Sehenswürdigkeiten wie den Stadtpark, die Staatsoper, das Burgtheater, das Parlament und den Stephansdom. Am Nachmittag Möglichkeit zu einem Ausflug ins Burgenland (fakultativ). (Velostrecke ca. 15 km)

**4. Tag: Budapest (velofreier Tag).**  
Budapest ist eine der schönsten Städte Europas. Die prachtvollen Bauwerke wie das Parlamentsgebäude, der Burgbezirk, die Kettenbrücke und die Fischerbastei prägen das unverwechselbare Stadtbild. Nachmittags fakultativer Ausflug in die nahegelegene Apajpuszta auf eine typische ungarische Czarda. Entdecken Sie abends fakultativ die Hauptstadt Ungarns auf einer Stadtrundfahrt by night.

**5. Tag: Budapest–Szentendre–Visegrad (Donauknien).**  
Das Donauknien ist sicherlich eine der reizvollsten Landschaften Ungarns. Die Donau zwingt sich zwischen steilen Berghängen hindurch und bahnt sich in einem Bogen durch das Visegrader Gebirge. Wir fahren vorbei an Visegrad mit seiner bekannten Burgesung. Das Wahrzeichen Esztergom, einstige Residenzstadt der ungarischen Könige, ist die grösste Basilika des Landes. (Velostrecke ca. 45 km)

**6. Tag: Bratislava (Donauauen).**  
Ankunft in Bratislava, der Hauptstadt der noch relativ jungen Republik Slowakei. Praktisch vor den Toren der Stadt befindet sich der Nationalpark Donauauen, die letzte grosse Flussaue-Landschaft Mitteleuropas. Die hier noch frei fliessende Donau ist die Lebensader des Nationalparks, welchen wir heute mit dem Velo durchqueren. (Velostrecke ca. 40 km)

**7. Tag: Dürnstein.**  
Heute lernen wir mit dem Velo die liebliche Donaulandschaft bei Krems kennen. Am Mittag Weiterfahrt auf der Excellence Melodia in Richtung Passau. (Velostrecke ca. 25 km)

**8. Tag: Passau–Schweiz.**  
Ausschiffung in Passau und Rückreise in der Schweiz.

8 Tage  
ab Fr.

1795.-

TOP PREIS

Pro Person in Fr.	Katalog-Preis	Sofort-Preis*
HD Standard Doppel	1995	1795
HD Deluxe 2-Bett	2150	1935
MD Standard Doppel, frz. Balkon	2260	2035
MD Deluxe 2-Bett, frz. Balkon	2485	2235
OD Standard Doppel, frz. Balkon	2595	2335
OD Deluxe 2-Bett, frz. Balkon	2815	2535

Reisedaten 2017 (Sa – Sa)

1: 13.05.–20.05.

3: 01.07.–08.07.

2: 03.06.–10.06.

Unsere Leistungen

Fahrt im Komfortklasse-Bus mit Veloanhänger

Schifffahrt in der gebuchten Kabine

Vollpension an Bord z.T. Picknick-Lunch unterwegs

Alle Velo- und Touristikausflüge gemäss Programm