

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 78 (2000)  
**Heft:** 7-8

**Artikel:** Ausbildung zum Wanderleiter : Wandern will gelernt sein  
**Autor:** Kippe, Esther  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-724665>

### **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:** 08.07.2025

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

# Wandern will gelernt sein

**Wandern ist eine der begehrtesten Senioren-Sportarten in der Schweiz. Begehrt sind deshalb auch gut qualifizierte Senioren-Wanderleiter. Im Mai dieses Jahres hat Pro Senectute Schweiz zum dritten Mal im Gantrischgebiet einen Kurs für angehende Wanderleiter durchgeführt.**

VON ESTHER KIPPE

Achtung Blindgänger! Deutlich sichtbar steckt das Geschoss in einem Schneefleck neben dem Fusspfad. Die Wandergruppe, die von der Inberghütte zur Pfyffe im Gantrischgebiet aufsteigt, bleibt stehen. Was tun? Schnell zücken die Vordersten Wanderkarte und Kompass und versuchen, die Koordinaten zu bestimmen. Wer das noch nicht so gut kann, schaut einem anderen über die Schulter.

Ernst Mattenberger, Wanderleiter und Experte für Seniorensport, markiert die Stelle mit einer roten Plastikfahne. Und wem melden wir den Fund? Der Polizei – so bald wie möglich, am besten gleich mit dem Handy. «Eine Person

sollte beim Blindgänger warten, bis die ganze Wandergruppe vorbei ist», schlägt jemand vor und erntet rundum zustimmendes Nicken. Alles klar. Der Aufstieg kann weitergehen.

Rund dreissig wanderfreudige Frauen und Männer im Seniorenalter nahmen Ende Mai während dreier Tage an dem von Pro Senectute ausgeschriebenem Wanderleiterkurs teil. Ausgerüstet mit Wanderstöcken, Rucksack und Kompass waren sie aus neun verschiedenen Kantonen nach Schwarzenbühl ob Ryfenmatt gereist, um ihre Kenntnisse auf den neuesten Stand zu bringen. Viele haben bereits Erfahrungen mit Wandergruppen gemacht, sei es als Teilnehmer oder als Wanderleiter.

## Anforderungen und Schwierigkeiten

«Der Wanderleiter ist in der Lage, eine Wanderung so zu planen, dass sie dem unterschiedlichen Leistungsvermögen der Teilnehmenden gerecht wird», führt der Kursleiter Hans Hofer, Fachleiter Wandern von Pro Senectute Schweiz, zu Beginn des Kurses aus. Das bedeutet: Leiterinnen und Leiter von Seniorenwanderungen müssen über seelische, körperliche und soziale Aspekte des Älterwerdens Bescheid wissen und die Anforderungen und Tücken des jeweiligen Wandergebietes kennen.

Das Gantrischgebiet eigne sich deshalb gut für die Wanderausbildung, meint Hans Hofer, weil sich hier verschiedene Extremsituationen aufzeigen lassen. «Häufig feuchtes, rutschiges Gelände, steile Abhänge, grosse Höhenunterschiede.» Der Wanderleiter müsse die Gefahren eines Gebiets und das Ausmass seiner Verantwortung richtig einschätzen können.

Gemeinsam mit Ernst Mattenberger hat Hans Hofer den Ausbildungskurs minutiös vorbereitet. Nach einem Theorieblock, in dem er die Teilnehmerinnen und Teilnehmer in das von der Eidgenössischen Turn- und Sportschule ausgearbeitete Basis-Lern-Lehrmittel «Seniorensport Schweiz» einführt, folgt gleich die Praxis: eine Musterwanderung.

«Ich möchte euch herzlich zu unserer Frühlingswanderung begrüssen. Wir werden von hier zur Inberghütte wandern. Dort gibts eine erste Rast. Danach steigen wir hinauf zur Pfyffe.» Schritt für Schritt machen Ernst Mattenberger und Hans Hofer den Lernenden das korrekte Begleiten einer Wanderung vor. Das beinhaltet die Information darüber, was



Was tun, wenn ...? Auf der Musterwanderung konfrontiert Kursleiter Hans Hofer die angehenden Wanderleiterinnen und -leiter mit kniffligen Fragen.

Bild: Josef Jungo



Im Lernteam wird der Umgang mit Karte und Kompass geübt.

Bild: Ernst Mattenberger

die Wanderer erwartet, und einen prüfenden Blick auf deren Ausrüstung. «Die Wanderung dauert zweieinhalb Stunden, ungefähr um vier Uhr werden wir zurück sein. Ich hoffe, ihr habt etwas zu trinken im Rucksack, denn es gibt unterwegs keine Brunnen ... vielleicht hat auch jemand ein Alpenblumenbuch mit ...»

Unterwegs haben die Kursteilnehmenden knifflige Fragen und Aufgaben zu lösen. Was tun, wenn jemand eine Herzschwäche erleidet? Welchen Weg wählen wir, wenn der geplante versperrt ist, weil Sturm Lothar auch hier gewütet hat? Wie reagieren auf den Blindgänger? Immer wieder kommen Karte und Kompass zum Einsatz, müssen in der Landschaft und auf der Karte Punkte und Objekte identifiziert werden. Hier sind wir. Sind wir wirklich hier?

Und immer wieder machen die Kursleiter auf die Schönheiten der Natur aufmerksam: die Sumpfdotterblume, den Enzian und die Gamsspur im feuchten Boden. Denn ein Wanderleiter sollte gemäss Kursziel seine Wanderung «mit Beiträgen über Fauna, Flora oder kultureller Art bereichern» können.

### Baustein zum Wanderleiterausweis

Was die Kursteilnehmerinnen und -teilnehmer am ersten Tag demonstriert bekommen und teilweise üben, setzen sie am zweiten in eigene Taten um. Nach einer Einführung in erste Hilfe, Rettungsmassnahmen und Orientierungsinstrumente planen sie jeweils zu dritt eigenständig eine mehrstündige Wanderung von A bis Z, erstellen Höhenprofile und führen die Wanderung schliesslich auch durch. Der dritte und letzte

Tag ist einem zweistündigen Walkingausflug, der Wissensüberprüfung und der Kursauswertung gewidmet.

Anspruchsvoll seien die drei Tage gewesen, meint Vreni Zürcher, Kursteilnehmerin aus Hausen am Albis. Zwar fühle sie sich jetzt sicherer im Umgang mit der Wanderkarte, könne jetzt auch feststellen, wo sich ein bestimmter Punkt auf der Karte befinde, «aber ich vermisste im Kurs etwas Zeit für den Gedankenaustausch mit anderen, ständig waren wir in ein Programm eingespannt», bedauert sie. Denn mit den Wanderungen war das Tagessoll jeweils nicht erfüllt. Es gab Vorträge von Fachleuten zum Thema «Der Luchs und wir» und über «die Ökologie des Waldes» und nach dem Abendessen noch eine Tagesauswertung. «Vor zehn Uhr war nicht Schluss. Und am anderen Morgen mussten wir wieder früh raus.»

Mehr Zeit für sich selbst und für Gespräche hätten sich auch andere Kursteilnehmerinnen und -teilnehmer gewünscht. Der Fachkurs, der das Herzstück der dreiteiligen Pro-Senectute-Ausbildung zum anerkannten Wanderleiter «Alter und Sport» darstellt, soll deshalb ab nächstem Jahr auf vier Tage ausgedehnt werden. Die gesamte Ausbildungsdauer für angehende Wanderleiter wird sich damit auf insgesamt zehn Tage erstrecken.

Für die diesjährigen Kursabsolventen aber ist der Weg nun frei für das abschliessende Praktikum bei einem erfahrenen Wanderleiter ihrer Wahl. Unter dessen Betreuung sollen sie zuerst eine Wanderung miterleben, bei einer zweiten einen Teil der Gestaltung übernehmen und zuletzt eigenständig eine Wanderung planen und durchführen.

## PRO SENECTUTE

### Wanderleiterausweis Alter und Sport

Sämtliche kantonalen Pro-Senectute-Organisationen bieten für ältere Menschen Wanderungen unterschiedlicher Anforderungsgrade sowie Wanderferien an. Damit der Pro-Senectute-Qualitätsstandard der Angebote gewährleistet ist, müssen die Wanderleiter über eine entsprechende Schulung und den «Wanderleiterausweis Alter und Sport» von Pro Senectute verfügen. Die Wanderleiterausbildung wird in Zusammenarbeit mit der Eidgenössischen Turn- und Sport- schule Magglingen durchgeführt und gliedert sich in drei Teile:

#### 1. Grundkurs Alter und Sport

Der Grundkurs erstreckt sich über drei Tage und behandelt unter anderem folgende Aspekte: körperliche, seelische und soziale Fragen rund ums Älterwerden, Gruppendynamik und partnerschaftliches Lernen sowie Kommunikations- und Marketingfragen.

#### 2. Fachkurs Wandern

Während dreier Tage (künftig vier) lernen die angehenden Wanderleiterinnen und Wanderleiter, mit Karte und Kompass umzugehen sowie Höhenprofile zu erstellen. Sie planen eine Wanderung und führen sie durch. Sie werden in die Lage versetzt, im Notfall geeignete Rettungsmassnahmen einzuleiten.

#### 3. Praktikum

Das Praktikum wird bei einem erfahrenen Wanderleiter absolviert und gliedert sich in drei Teile:

- a) Eine Wanderung miterleben
- b) Teile einer Wanderung gestalten
- c) Eine Wanderung selbstständig planen und durchführen

*Interessentinnen und Interessenten wenden sich an die kantonale Pro-Senectute-Organisation oder an: Pro Senectute Schweiz, Fachstelle Alter und Sport, Lavaterstrasse 60, 8027 Zürich, Tel. 01 283 89 89*