

Seniorenport

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Akzent : Magazin für Kultur und Gesellschaft**

Band (Jahr): - **(1986)**

Heft 3

PDF erstellt am: **13.09.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern. Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

ALTERSTURNEN

in verschiedenen Lokalen und Gymnastikräumen von Basel, Riehen und Bettingen

Kursbeitrag: Fr. 2.- inkl. Unfallversicherung

Anmeldung: In der Kursstunde

M = Männer. Übrige Gruppen gemischt oder Frauengruppen.

GROSSBASEL

Allerheiligen Pfarreiheim Laupenring 40	Dienstag	14.30
St. Anton, Pfarreiheim Kannenfeldstrasse 35	Montag	14.00 15.00
Breite Saalbau Weidengasse 53	Dienstag	14.30
Davidsbodenstrasse 9 Alterssiedlung	Dienstag	14.15 15.30
	Dienstag	8.15 9.15
	Donnerstag	9.30
Eglise française Holbeinplatz 7	Mittwoch	14.30
Groupes de langue française:	Freitag	9.00
	Lundi	9.15 M
	Vendredi	14.10 15.20
Engelgasse Alterssiedlung Kapellenstrasse 10	Montag	14.30
Farnsbürgerstrasse 58 Gemeindezentrum	Donnerstag	9.30
Gellertkirche Christoph-Merian-Platz 5	Dienstag	9.30
Hagentalerstrasse 49 Alterssiedlung	Mittwoch	9.00
Jakobsberg Alterssiedlung Giornicostrasse 144	Donnerstag	9.00 10.00
St. Johannes Gemeindehaus, Am Krayenrain 24	Dienstag	14.00 15.00
St. Leonhard, Alterssiedlung, Schweizergasse 23	Freitag	15.00
Lukaskirche Winkelriedplatz 6	Donnerstag	9.00 10.00
Migros Clubschule/Gundelitor Jurastrasse 4	Freitag	16.00 17.00
Oekolampad Gemeindehaus Allschwilerplatz 22	Dienstag	9.30 M 14.30 16.00
Petersgemeinde Klingelbergstrasse 57	Montag	14.45
Pilatusstrasse 44 Alterssiedlung	Dienstag	9.00 10.00
	Donnerstag	9.00 10.00 M
Providentiasaal Heiliggeist Laufenstrasse 46	Mittwoch	14.00 15.00
	Freitag	14.30 M
Saal am Dych, Redingstrasse/ Gellertstrasse 151	Dienstag	9.45
Stephanus Gemeindehaus Furkastrasse 12	Dienstag	13.45 15.00
Thomaskirche Hegenheimerstrasse 227	Donnerstag	15.00
Tituskirche Im Tiefen Boden 75	Dienstag	10.00
	Mittwoch	9.30
Weiherweg Alterszentrum Rudolfstrasse 43	Montag	8.00 9.00
Wibrandishaus Alterssiedlung Allschwilerplatz 9	Donnerstag	8.45 9.50
Wilhelm-Klein-Str. 19 Alterssiedlung	Donnerstag	14.00 15.15
Zwinglihaus Gundeldingerstrasse 370	Donnerstag	8.30 9.45
	Freitag	15.00

KLEINBASEL

Claraspital-Turnhalle Kleinriehenstrasse 79	Montag	16.00
	Donnerstag	10.00

Kleinhüningen Gemeindehaus Wiesendamm 30	Montag	14.00
	Dienstag	9.30 M 14.00 15.30
St. Markus Gemeindehaus Kleinriehenstrasse 71	Montag	14.30
	Donnerstag	9.00
St. Matthäus Gemeindehaus Klybeckstrasse 95	Montag	9.30 14.30 15.30
	Dienstag	9.30 M
Pfarrei St. Clara Lindenberg 12	Dienstag	8.45 10.00
Rankhof Alterssiedlung Rankhof 10	Freitag	9.30
Sperrstrasse 100	Donnerstag	14.30
St. Theodor Gemeindehaus Claragraben 43	Mittwoch	14.15
	Donnerstag	9.00

RIEHEN - BETTINGEN

Andreashaus Keltenweg 41	Montag	9.00 10.00 M
Diakonissenschwesternhaus, Schützengasse 66	Mittwoch	9.30
St. Franziskus Pfarreiheim Äuss. Baselstrasse 170	Mittwoch	9.00
Kornfeldkirche Kornfeldstrasse 51	Dienstag	15.00
Bettingen Schulhaus	Mittwoch	15.00

SENIORENTURNEN

für rüstige und sportlich geübte Senioren in Turnhallen und Gymnastikräumen

Kursbeitrag: Fr. 3.- inkl. Unfallversicherung

Anmeldung: In der Kursstunde

Gemischte Gruppen

GROSSBASEL

Gellertschulhaus Turnhalle 2 Ost Emanuel-Büchel-Strasse 15	Montag	16.30
	(Frauen- gruppe)	
Missionshaus-Turnhalle Nonnenweg 34	Mittwoch	14.30
Neubadschulhaus Turnhalle Ost Marschalkenstrasse 120	Montag	16.30

KLEINBASEL/RIEHEN

Claraspital-Turnhalle Kleinriehenstrasse 79	Donnerstag	9.00
Skiturnen	Montag	9.00 10.00
Diakonissen-Schwesterhaus Riehen, Turnsaal Schützengasse 66	Mittwoch	14.00

WASSERGYMNASTIK IM KURZENTRUM RHEINFELDEN

Jeden Dienstag- und Freitagmorgen mit Car nach Rheinfelden.

Dauer der Kur: Jeweils 3 Monate.

Abfahrtszeiten: Dienstag: 8.30 Mustermesse vor der Post, 8.40 Aeschenplatz vor der ASAG. Freitag: 7.50 Mustermesse vor der Post, 8.00 Allschwilerplatz, 8.10 Aeschenplatz vor der ASAG, 8.15 Birsfelden Restaurant Hard.

Anmeldung und nähere Auskünfte bei Helen Ehrsam, Lachmattstrasse 53, 4132 MuttENZ, Telefon 61 39 15.

Voranzeige

Der nächste Grundkurs für **Rückenschwimmen** findet voraussichtlich im **Januar 1987** statt.

Beachten Sie die detaillierten Angaben im AKZENT Nr. 4 vom Dezember 1986.

SCHWIMMEN

In geheizten Schwimmbecken von 28–31°C. Gruppen für Nichtschwimmer, für Schwimmer, die ihre Schwimmkenntnisse verbessern möchten, für Senioren, die gerne freischwimmen, und für sportliche Schwimmer.

Kursbeitrag inkl. Eintritt und Unfallversicherung:
 Einzeleintritt Fr. 4.–
 10er-Abonnement Fr. 32.–/20er-Abonnement Fr. 58.–
 Im Schwimmbecken des Kantonsspitals ist das Abonnement nicht gültig. Eintritt Fr. 3.50 pro Mal.

Anmeldung: In der Kursstunde

GROSSBASEL

Kapellenstrasse 17 «Dalbehof»		
Montag	9.30–11.00	Freies Schwimmen
	14.30–15.15	Nichtschwimmer
	15.15–16.00	Freies Schwimmen
Dienstag	9.30–10.15	Nichtschwimmer
	10.15–11.00	Schwimmer
Donnerstag	14.30–15.30	Nichtschwimmer und Schwimmer

Weiherweg , Alterszentrum, Rudolfstrasse 43		
Montag	9.30–10.15	Nichtschwimmer
	10.15–11.00	Freies Schwimmen
	14.00–15.30	Freies Schwimmen
	15.30–16.15	Schwimmer
	16.15–17.00	Nichtschwimmer
Dienstag	8.30– 9.15	Wassergymnastik und Schwimmen
	9.15–10.00	
	14.00–15.30	Freies Schwimmen
Mittwoch	14.30–15.15	Nichtschwimmer
	15.15–16.00	Freies Schwimmen

Sesselacker , Spiegelbergstrasse 24		
Donnerstag	14.30–15.15	Nichtschwimmer
	15.15–16.00	Schwimmer

Vincentianum , Socinstrasse 42		
Freitag	9.30–11.00	Freies Schwimmen

Kantonsspital , Eingang Hebelstrasse 20 (neben Personal-Restaurant)		
Mittwoch	9.00–10.00	Nichtschwimmer
	10.00–11.00	Freies Schwimmen
	14.15–15.00	Nichtschwimmer
	15.00–15.45	Freies Schwimmen

Bethesdaspital , Gellertstrasse 144		
Wassertemperatur 33°		
(Kursbeitrag: Fr. 6.– pro Mal)		
Dienstag	10.00–10.30	Wassergymnastik, freies Schwimmen

KLEINBASEL

Bläischulhaus , Eingang Müllheimerstrasse		
Dienstag	16.30–17.15	Methodikkurs für Schwimmer
Mittwoch	14.30–16.30	Freies Schwimmen (Wassertiefe 2 m)

RIEHEN

Wasserstelzenschulhaus		
Mittwoch	16.15–16.45	Nichtschwimmer
	17.00–17.45	Freies Schwimmen

GYMNASTIK UND TANZ NACH MODERNEN RHYTHMEN

Ein Kurs für Senioren, die gerne fit und dynamisch bleiben möchten.

Ort	Altersheim Gundeldingen, Bruderholzstrasse 104, Turnsaal	
Zeit	Jeden Freitag vom 17. Okt.–19. Dez.	
	Fortgeschrittene	8.30– 9.30 Uhr
	Grundkurs	9.30–10.30 Uhr
	(10 x 1 Std.)	
Leitung	Frau Suzy Egli	
Kursgeld	Fr. 50.– inkl. Unfallversicherung	
Anmeldung	Pro Senectute, Luftgässlein 1, Telefon 23 30 71	

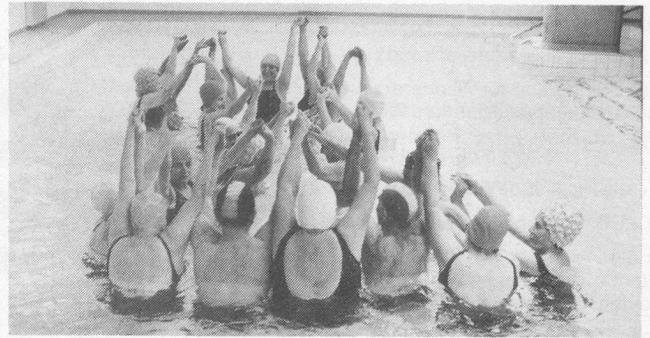


Foto Claude Giger

VOLKSTANZEN

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

Kursbeitrag: Fr. 3.– inkl. Unfallversicherung
Anmeldung: In der Kursstunde

GROSSBASEL

Oekolampad, Gemeindehaus Allschwilerplatz 22	Montag	15.00
Stephanus, Kirchgemeindehaus, Furkastrasse 12	Freitag	14.30
		15.30
Zwinglihaus Gundeldingerstrasse 370	Freitag	9.30
Gellertkirche Christoph-Merian-Platz 5	Donnerstag	15.00

KLEINBASEL

Rankhof, Alterssiedlung Rankhof 10, Gruppenraum	Freitag	15.00
Gemeindehaus am Wiesendamm 30	Donnerstag	9.30

RIEHEN

Freizeitanlage Landauer Blutrainweg 12	Montag	14.30
	(Fortg.) 1. Gruppe	16.00
Meierhof Kirchstrasse 20	Freitag	9.30

VITA PARCOURS

Einmal wöchentlich im Allschwilerwald. Das Übungsprogramm ist speziell auf die Senioren abgestimmt.

Zeit: Jeden Donnerstag von 9.15 – ca. 10.30 Uhr, bei jeder Witterung, bis Ende Oktober. **Treffpunkt:** 9.00 Uhr beim Garderobengebäude auf dem Parkplatz beim Allschwilerweiher (Endstation 8er-Tram, ca. 10 Minuten zu Fuss in Richtung Schiessstand).

Kleidung: Bequeme Schuhe und Kleidung, Regenschutz bei schlechter Witterung. Es steht ein abschliessbarer Garderobenraum zur Verfügung.

Organisationsbeitrag: Fr. 2.– inkl. Unfallversicherung.

Anmeldung: Beim Treffpunkt.

Leitung: Rita Jaus, Telefon 39 10 78.

LAUFTRÄFF

Ein- bis zweimal pro Woche Laufen in den Langen Erlen bei jedem Wetter mit erfahrenen Leitern.

Zeiten: Dienstag, 9.30–10.30 Uhr; Donnerstag, 17.30–18.30 Uhr.

Treffpunkt: Schorenweg 117, Ökonomiegebäude beim Sportplatz Schorenmatte (Bus 36 A bis Schorenweg).

Umkleiden: Beim Ausgangspunkt steht eine abschliessbare Garderobe mit Duschen zur Verfügung.

Kleidung: Gute Jogging-Schuhe, bequeme Kleidung (z.B. Trainingsanzug). Regenschutz bei schlechter Witterung.

Organisationsbeitrag: Fr. 2.– inkl. Unfallversicherung.

Anmeldung: Beim Treffpunkt.

WANDERN

in der näheren Umgebung von Basel. Dauer der Wanderungen 1–5 Std. Durchführung bei jedem Wetter.

Organisationsbeitrag (inkl. Unfallversicherung): Fr. 2.– innerhalb und Fr. 3.– ausserhalb der Regio.

Anmeldung beim Treffpunkt.

Mitnehmen: Gute Schuhe und einen Regenschutz. Tram und Bahnabonnements. Pass oder Identitätskarte für eventuellen Grenzübertritt.

Am 28. September ist Fahrplanwechsel. Bitte im „schwarze Brätt“ nachsehen, ob Besammlungs- und Abfahrtszeiten noch stimmen!

Dienstaggruppe 1 (1½–2½ Std.)

Wanderleiterinnen:

Lies Keller, Tel. 42 70 10; Rita Mury, Tel. 41 41 56

7. Okt. **10.50 Bahnhof SBB.** 11.03 Abfahrt nach Laufen. Mit Postauto bis Neumühle. Billett: Laufen retour. Wanderung über die Löwenburg nach Ederswiler. Kleinen Imbiss mitnehmen.
21. Okt. **12.30 Badischer Bahnhof.** 12.50 Abfahrt nach Zell. Mit Bus bis Mambach. Kollektivbillett. Todtnauerwegli bis Schönau. Pass und DM nicht vergessen!
4. Nov. **13.20 Aeschenplatz.** Wir fahren mit dem 11er nach Reinach. Wanderung nach Ettingen.
18. Nov. **13.10 Bahnhof SBB.** 13.25 Abfahrt nach Liestal. Mit Postauto nach Hersberg. Wanderung nach Sissach.
2. Dez. **13.20 Aeschenplatz.** 13.30 Abfahrt mit dem 10er bis Brown Boveri. Heierleweg nach Arlesheim.
16. Dez. **14.30 Heuwaage.** Weihnachtswanderung.

Dienstaggruppe 2 (Kurzwanderungen 1–1½ Std.)

Wanderleiterinnen: Martha Fischer, Tel. 54 23 88;
Alice Weber, Tel. 61 56 94

14. Okt. **12.50 Aeschenplatz, Reigoldswilerbus.** 13.10 Abfahrt nach Augst. Wir wandern an der Ergolz/Hülfbächli nach Frenkendorf (Einkehr). Mit Autobus oder Bahn zurück nach Basel. Wanderleiterin: Alice Weber.
28. Okt. **13.00 Aeschenplatz.** Mit Tram Nr. 11 nach Reinachdorf. Rundwanderung zum Leiwald auf dem Waldlehrpfad. Wanderleiterin: Martha Fischer.
11. Nov. **13.10 Heuwaage.** 13.20 Abfahrt nach Flüh. Wir wandern von Flüh nach Ettingen (Einkehr). Wanderleiterin: Alice Weber.
25. Nov. **13.00 Aeschenplatz.** Mit Tram Nr. 14 nach Pratteln. (Direktfahrer 13.35 in Pratteln-Dorf). Rundwanderung Talweiher – Pratteln. Wanderleiterin: Martha Fischer
9. Dez. **13.15 Aeschenplatz.** Mit Tram Nr. 14 nach St. Jakob. Wir spazieren am linken Birsufer entlang bis Hofmatt, am rechten Birsufer zurück bis Muttenz-Käpeli. Im Restaurant Rennbahn feiern wir Advent. Wanderleiterin: Alice Weber.

Mittwochgruppe 1 (2½–3 Std.)

Wanderleiterin: Zita Kuhn, Tel. 63 45 66

8. Okt. **8.30 Schalterhalle SBB.** 8.51 Abfahrt nach Grellingen. Mit Postauto nach Roderis. Wir wandern über Steinegg (Mittag) – Bödeli – ins Pelzmühletal.
29. Okt. **8.00 Schalterhalle SBB.** 8.25 Abfahrt nach Sissach und Sommerau. UWS-Abonnenten: 8.10 ab Aeschenplatz (das Billett bis Sissach kann im Zug bezogen werden). Giessenfall – Rünenberg (Mittag) – Gelterkinden.
5. Nov. **8.45 Schalterhalle SBB.** 9.00 Abfahrt nach Liestal/Talhaus. UWS-Abonnement: 8.25 ab Aeschenplatz. Talhaus – Murenberg – Obetsmatt (Mittag) – Arxhof – Wildenstein – Murenberg – Bubendorf.

19. Nov. **9.05 Aeschenplatz.** 9.10 Abfahrt mit Bus nach Schönthal. Füllinsdorf – Arisdorf (Mittag) – Ramschberg – Giebenach – Liebrüti.
3. Dez. **10.00 Heuwaage.** 10.10 Abfahrt nach Leymen. Wanderung nach Biel-Benken (Mittag) – dem Birsig entlang nach Basel.
17. Dez. **14.30 Neuwelt (Grün 80), Tram 10.** Weihnachtsfeier bis ca. 19 Uhr.

Mittwochgruppe 2 (Wanderungen mit Führungen)

Wanderleiterinnen: Ella Hügin, Tel. 41 05 51;
Vreni Rupp, Tel. 41 76 02

1. Okt. **Besuch der Ruine Farnsburg 9.00 Schalterhalle SBB.** 9.25 Abfahrt nach Gelterkinden. Billett: Gelterkinden retour. Gemütliche Wanderung zum Restaurant Farnsburg (ca. 1½ Std.). 2stündige Mittagspause. Verpflegung aus dem Rucksack oder im Restaurant. Anschliessend wird uns Herr Johannes Gass die Ruine Farnsburg zeigen und Interessantes aus ihrer Geschichte erzählen. Langsamer Abstieg zum Buuseregg, von dort – je nach Wunsch – mit dem Postauto oder zu Fuss nach Gelterkinden.
12. Nov. **Altstadtbummel 14.00 vor dem Münster.** Frau Brigitte Settelen führt uns durch das Münster und anschliessend durch die romantischen Gassen unserer schönen Altstadt (ca. 2 Std.). Anschliessend Zvieri.
10. Dez. **Adventsfeier 13.00 Aeschenplatz, Bus 70.** Wie in den vergangenen Jahren feiern wir wieder im Restaurant Rössli in Bubendorf. Wir wandern von Liestal nach Bubendorf.

Donnerstaggruppe 1

Wanderleiterin: Martha Rudel, Tel. 42 13 94

16. Okt. **14.00 Endstation Allschwil, Tram 6.** Rundwanderung in den Sundgau. Identitätskarte mitnehmen!
20. Nov. **13.45 Aeschenplatz, Tram 11.** Fahrt nach Aesch. Wanderung nach Reinach über den Schlatthof.
18. Dez. **13.45 Aeschenplatz, Tram 10.** Fahrt bis Hofmatt. Wanderung nach Muttenz.

Donnerstaggruppe 2 (3–3½ Std.)

Wanderleiterinnen: Meta Meier, Tel. 25 53 72;
Martha Zähndler, Tel. 42 10 57

30. Okt. **11.35 Schalterhalle SBB.** 11.51 Abfahrt nach Grellingen. Mit PTT nach Seewen. Billett: Grellingen einfach. Betten – Holzen – Bärsberg – Reigoldswil.
27. Nov. **11.30 Badischer Bahnhof.** Fahrt nach Bellingen. Kollektivbillett. Bellingen – zum Höhenweg – durch die Reben – Bamlach – Rheinweiler.
11. Dez. **13.30 Parkplatz Chrischona.** 13.02 ab Bettingerstrasse. Durch den Keusboden nach Whylen.

Donnerstaggruppe 3 (3½–4½ Std.)

Wanderleiter: Lotte Oberhausser, Tel. 39 65 24;
Joseph Giger, Tel. 23 32 11

2. Okt. **200. Wanderung 7.15 Hotel Viktoria beim Bahnhof SBB.** Mit Achermann-Car über herrliche Juraweiden Saingelégier – La Chaux-de-Fonds – Les Brenets – Saut du Doubs. Wanderung 2 Std. Preis ca. Fr. 22.– inkl. Fahrt, Beitrag, Trinkgeld. Restaurant oder Picknick. Anmeldung erforderlich bis 30. Sept. über Mittag oder abends Tel. 39 65 24 oder 23 32 11.
16. Okt. **7.50 Schalterhalle SBB.** Billett: Leibstadt retour. Leibstadt – Mettau* – Rheinsulz. Picknick oder Restaurant.

SENIORENSPORT

6. Nov. **8.30 Schalterhalle SBB.** Mit Postauto bis Büsserach. Billett: Zwingen, retour ab Bärschwil. Büsserach – Grindel – Bärschwil*. Restaurant.
20. Nov. **8.20 Badischer Bahnhof.** Kollektivbillett, bitte frühzeitig kommen! Maulburg – Weitenau* – Steinen. Restaurant.
4. Dez. **8.50 Schalterhalle SBB.** Billett: Rheinfelden retour. Rheinfelden – Magden – Rheinfelden, auf unbekanntem Wegen. Restaurant.
18. Dez. **Jahresschlusswanderung** mit gemeinsamem Mittagessen. Anmeldung erforderlich bis 15. Dez. über Mittag oder abends Tel. 39 65 24 oder 23 32 11. Treffpunkt wird bei Anmeldung bekanntgegeben.
* Verpflegungsmöglichkeit

Donnerstaggruppe 4 (4–5 Std.)

Wanderleiter: Margrit Burgener, Tel. 49 19 54; Paul Herzog, Tel. 38 79 20; Heini Krähenbühl, Tel. 38 58 38

2. Okt. **6.45 Schalterhalle SBB.** 6.59 Abfahrt Richtung Delsberg. Billett: Basel – Tavannes – Postauto Le Fuet, retour ab Tramelan. In Le Fuet Besichtigung der Tête-de-Moine-Käserei der MIBA. Anschliessend Wanderung über Les Ronds Près – Mont Tramelan – Tramelan. Rucksackverpflegung.
Wanderleiter: Heini Krähenbühl.
9. Okt. **7.45 Schalterhalle SBB.** 8.01 Abfahrt nach Zwingen. Mit PTT zum Passwangtunnel. Billett: Halbtaxabonnement oder Regiobillett. Passwangtunnel – Hohe Winde – Erschwil. Rucksackverpflegung.
Wanderleiterin: Margrit Burgener.
23. Okt. **8.00 Heuwaage, BLT.** 8.10 Abfahrt. Ettingen – Blaue Reben* – Aesch. Kleines Picknick mitnehmen.
Wanderleiter: Paul Herzog
6. Nov. **8.15 Schalterhalle SBB.** 8.33 Abfahrt nach Frick, mit Bus nach Staffelegg. Billett: Frick, retour ab Brugg. Busbillett löst der Wanderleiter. Wanderung über Linn* – Vierlinden – nach Brugg.
Wanderleiter: Heini Krähenbühl.
13. Nov. **8.00 Schalterhalle SBB.** 8.25 Abfahrt nach Gelterkinden. Mit PTT nach Rothenfluh. Billett: Halbtaxabonnement oder Regiobillett. Rothenfluh – Buschberg – Ruine Homberg – Wittnau* – Wittnauerhorn – Anwil.
Wanderleiterin: Margrit Burgener
27. Nov. **10.00 Allschwil, Tramendstation Nr. 6.** Allschwil – Mühle – Oser-Denkmal – Biel-Benken* – Flüh. Kleines Picknick mitnehmen.
Wanderleiter: Paul Herzog
* Verpflegungsmöglichkeit

Freitaggruppe 1 (1½–2½ Std.)

Wanderleiterinnen: Ruth Hofer, Tel. 38 73 73; Annemarie Zurflüh, Tel. 52 14 22

- 4.– **Wanderferien in Aeschi bei Spiez.**
10. Okt. Anmeldungen an Frau A. Zurflüh, Tel. 52 14 22.
17. Okt. **12.45 Schalterhalle SBB.** 13.00 Abfahrt nach Liestal – Hölstein. Mit Postauto zum Winkel. Langgarben – Wolfsgarten – Lägerts – über den Zunzgerberg – Hinter Hard – Ramlinsburg.
31. Okt. **13.00 Bottmingen Station.** 13.10 Abfahrt mit Bus 64 nach Biel. Fiechtenrain – Grenzstein 91 – Neuwiller – Grenzstein 118 – Eichwald – Altenberg – Pfaffenholz – Benken. Identitätskarte nicht vergessen!



Foto Joseph Giger

14. Nov. **11.50 Aeschenplatz.** 12.00 Abfahrt nach Dornach. Mit Postauto nach Hochwald. Durchs Hinterdorf wandern wir zum Rotenrain – Rheinbundhaus – Herrenmatt – Hollen – Eichenberg – Gempfen.
28. Nov. **12.30 Aeschenplatz.** 12.40 Abfahrt nach Augst – Arisdorf. Wir wandern Richtung Bächhof – Blauenrain – über Spärgacher – Hersberg.
12. Dez. **13.00 Aeschenplatz.** 13.10 Abfahrt nach Neumünchenstein. Heiligholz – Predigerholz – Oeri – Buchhag – Talholz – Bottmingen. Adventsfeier und gemeinsames Essen. Anmeldungen bis spätestens 5. Dez. an Frau Hofer, Tel. 38 73 73.

Freitagsguppe 2 (Kurzwanderungen 1–1½ Std. ;

trotzdem gute Schuhe nicht vergessen!)

Wanderleiterin: Berta Bürglin, Tel. 67 06 40

3. Okt. **13.15 Bushaltestelle Bettingerstrasse.** 13.38 Abfahrt. Wir wandern ab Haltestelle Wenkenhof nach der Chrischona.
24. Okt. **13.10 Schalterhalle SBB.** 13.25 Abfahrt nach Liestal. Mit Postauto auf die Windenthalhöhe. Wanderung nach Arisdorf.
7. Nov. **13.15 Heuwaage, BLT.** 13.30 Abfahrt nach Bottmingen. Mit Bus nach Oberwil. Wanderung über Spitzwald nach Allschwil.
21. Nov. **13.15 Aeschenplatz.** 13.30 Abfahrt nach Aesch. Rundwanderung über die Klus und Pfeffingen nach Aesch.
5. Dez. **13.15 Heuwaage.** 13.30 Abfahrt nach Bottmingen. Mit Bus Nr. 37 bis Bedrettostrasse. Wir wandern über das Bruderholz nach Therwil.
19. Dez. **15.00 Riehen-Dorf.** Wir feiern Weihnachten.

Sonntaggruppe (Ca. 2½ Std.)

Wanderleiterin: Martha Zähndler, Tel. 42 10 57

12. Okt. **13.10 Schalterhalle SBB.** 13.25 Abfahrt nach Liestal. Mit PTT nach Arisdorf (Kreuz). Billett: Liestal, retour ab Rheinfelden. Über den Halmet wandern wir nach Rheinfelden.
16. Nov. **13.00 Haltestelle Thomaskirche, Bus 36.** Dem Bachgraben entlang – Schönenbuch – Allschwil.
14. Dez. **12.30 Aeschenplatz.** Aesch – Ruine Pfeffingen – Schlossgraben – Aesch.



VELOFAHREN

Die Velotouren werden begleitet von erfahrenen Tourenleitern des Schweizerischen Rad- und Motorfahrer-Bundes (SRB). Sie finden bei jeder Witterung statt.

Organisationsbeitrag: Fr. 2.- inkl. Unfallversicherung

Anmeldung: Beim Treffpunkt. Wenn Sie bei der Fahrt durch die Stadt Begleitung wünschen, melden Sie sich bei Gerty Heitz, General-Guisan-Str. 107, 4054 Basel, Telefon 398914, Verantwortliche für die Velotouren.

Mitnehmen: Veloausweis, Regenschutz, Pass oder Identitätskarte für eventuellen Grenzübertritt.

Ausrüstung des Velos: Festmontierte Scheinwerfer und Rückstrahler sind unerlässlich.

Donnerstag 13.30 Schorenweg/Fasanenstrasse.
9. Okt. Lange Erlen – Thumringen – Lücke – Ötlingen – Haltingen – Weil – Lange Erlen (22 km).

Tourenleiter: Fritz Burkhalter
Montag 13.30 **Abschlusstour**
20. Okt. Hegenheimerstrasse/Alter Zoll.
Fahrt nach Oberwil ins **Restaurant Post**.
Bei schlechter Witterung ohne Velo:
Besammlung 14.30 Uhr Heuwaage, Station BLT, mit Tram 17 bis Oberwil.

Während der Wintermonate werden keine Velotouren durchgeführt. Wir beginnen wieder im April 1987.

SKIWANDERN

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

Als Vortraining ganzjährlich einmal wöchentlich Skiturnen in Basel: Kursbeitrag Fr. 2.-.

Anmeldung für die kommende Wintersaison: Bei Frau M. Burgener, Telefon 49 19 54.

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.

Spielort: Tenniszentrum Bächliacker, Frenkendorf, Montag bis Freitagmorgen.

Kosten inkl. Unfallversicherung: Saisonabonnement Sommer Fr. 110.-, Winter Fr. 140.-.

Unterricht für Anfänger bei dipl. Tennislehrer ist möglich.

Anmeldung: Pro Senectute, Telefon 23 30 71.

KEGELN

Einmal pro Woche Kegeln in gemütlicher Gesellschaft.

Zeit: Jeden Donnerstag von 14.30–15.30 Uhr.

Kegelbahn: Restaurant Marmite, Klybeckstrasse 15, Basel.

Kosten: Fr. 5.- pro Nachmittag für Kegelbahn, Unfallversicherung und allgemeine Spesen.

Anmeldung erforderlich beim Leiter der Kegelgruppe: Paul Häring, Dörnliweg 19, 4125 Riehen, Telefon 49 66 26.

Auskünfte auch bei der Pro Senectute, Telefon 23 30 71.

TISCHTENNIS FÜR SENIOREN

Wer hat Interesse?

- Möchten Sie gerne regelmässig mit andern Senioren Tischtennis spielen?
- Hätten Sie Lust, beim Planen und Organisieren eines solchen Sport-Angebots mitzuhelfen?
- Kennen Sie ein geeignetes Lokal dafür?

Wir sind eine Gruppe von Senioren, die sich über weitere Tischtennis-Interessenten freuen würden.

Anmeldungen nimmt die Pro Senectute entgegen: Telefon 23 30 71.

Willkommen im Reiscar

Achermann-Reisen

Das freundliche Car-Unternehmen

Ringstrasse 17
4414 Füllinsdorf

Verlangen Sie das Reiseprogramm

Offerten für Vereins- und Geschäftsausflüge



☎ 061/94 24 80