

# Senioren­sport

Objekttyp: **Group**

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

Band (Jahr): - **(1987-1988)**

Heft 3

PDF erstellt am: **10.08.2024**

## **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.

## Seniorenport

### Altersturnen

In verschiedenen Lokalen und Gymnastikräumen von Basel, Riehen und Bettingen

### Kursbeitrag

Fr. 2.- inkl. Unfallversicherung

### Anmeldung

In der Kursstunde

### Gruppeneinteilung

M = Männer, übrige Gruppen gemischt oder Frauengruppen

### Grossbasel

#### Allerheiligen Pfarreiheim

Laupenring 40  
Dienstag 14.00

#### St. Anton Pfarreiheim

Kannenfeldstrasse 35  
Montag 14.00, 15.00, Dienstag 14.30

#### Breite Saalbau

Weidengasse 53  
Dienstag 14.30

#### Davidsbodenstrasse 9

Alterssiedlung  
Dienstag 8.15, 9.15, Donnerstag 8.30, 9.30

#### Eglise française

Holbeinplatz 7  
Dienstag 14.30, Freitag 9.00

#### Groupe de langue française

Lundi 9.15 M, Vendredi 14.10, 15.20

#### Engelgasse Alterssiedlung

Kapellenstrasse 10  
Donnerstag 9.00, 10.00

#### Farnsburgerstrasse 58

Gemeindezentrum  
Freitag 15.00

#### Gellertkirche

Christoph-Merian-Platz 5  
Dienstag 9.30

#### Gundeldingerhof Alterssiedlung

Bruderholzweg 3  
Mittwoch 9.00

#### Hagentalerstrasse 49

Alterssiedlung  
Mittwoch 9.00

#### Jakobsberg Alterssiedlung

Giornicostrasse 144  
Donnerstag 9.00, 10.00

#### St. Johannes Gemeindehaus

Am Kraysrain 24  
Dienstag 14.30

#### St. Leonhard Alterssiedlung

Schweizergasse 23  
Freitag 14.30

#### Lukaskirche

Winkelriedplatz 6  
Donnerstag 9.00, 10.00

#### Migros-Klubschule/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

#### Weiheweg Alterszentrum

Rudolfstrasse 43  
Montag 8.00, 9.00

#### Wibrandishaus Alterssiedlung

Allschwilerplatz 9  
Donnerstag 8.45, 9.50

#### Wilhelm-Klein-Strasse 19, Alterssiedlung

Donnerstag 14.00, 15.15

#### Zwinglihaus

Gundeldingerstrasse 370  
Donnerstag 8.30, 9.30, Freitag 15.00

### Kleinbasel

#### Claraspital-Turnhalle

Kleinriehenstrasse 79  
Montag 16.00, Donnerstag 10.00

#### Kleinhüningen Gemeindehaus

Wiesendamm 30  
Montag 14.00, Dienstag 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 9.00, 10.00

#### St. Franziskus Pfarreiheim

Äussere Baselstrasse 170  
Mittwoch 9.00

#### Kornfeldkirche

Kornfeldstrasse 51  
Dienstag 15.00

## Seniorenport

### 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

### Grossbasel

#### Gellertschulhaus

Turnhalle 2 Ost, Emanuel-Büchel-Strasse 15  
Montag 16.30 (Frauengruppe)

#### Missionshaus-Turnhalle

Nonnenweg 34  
Mittwoch 14.30 (gemischte Gruppe)

#### Neubadschulhaus

Turnhalle Ost, Marschalkenstrasse 120  
Montag 16.30 (gemischte Gruppe)

### Kleinbasel/Riehen

#### Claraspital-Turnhalle

Kleinriehenstrasse 79  
Donnerstag 9.00 (gemischte Gruppe)  
Skiturnen Montag 9.00, 10.00 (gemischte Gruppe)

#### Diakonissen-Schwesternhaus

Riehen Turnsaal, Schützengasse 66  
Mittwoch 14.00 (gemischte Gruppe)

#### Offene Gruppen von Turn- und Sportverbänden

##### Frauenturnverband Basel-Stadt

Claraspital-Turnhalle  
Kleinriehenstrasse 79  
Mittwoch 14.15, 15.15

##### SATUS Turnverband

Alte Turnhalle  
Schulstrasse 21, Birsfelden  
Dienstag 17.00

### Vita Parcours

Ab Ende April bis Ende Oktober einmal wöchentlich, bei jeder Witterung, im Allschwilerwald. Das Übungsprogramm ist speziell auf die Senioren abgestimmt.

**Zeit** Jeden Donnerstag von 9.15 bis ca. 10.30 Uhr

**Treffpunkt** 9.00 Uhr beim Garderobengebäude auf dem Parkplatz beim Allschwilerweiher (Endstation 8er-Tram, ca. 5 Minuten zu Fuss in Richtung Schiessstand.

**Leitung** Rita Jaus, Telefon 391078

**Kosten** Fr. 2.- inkl. Unfallversicherung

**Anmeldung** beim Treffpunkt

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



**Tischtennis, das jüngste Angebot des Seniorensports, erfreut sich immer grosserer Beliebtheit.**

*Fotos Philipp Fink*

**Laufträff**

Laufen (Jogging) in den Langen Erlen, bei jedem Wetter, mit erfahrenen Leitern.

**Zeit** Dienstag und Freitag  
9.30-10.30 Uhr

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

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

**Kosten** Fr. 2.- inkl. Unfallversicherung

**Anmeldung** beim Treffpunkt

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

**Skiwandern**

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

Als Vortraining ganzjährig einmal wöchentlich Skiturnen in Basel (Kursbeitrag Fr. 2.-).

**Anmeldung**

*für die kommende Wintersaison:* 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.

**Zeit** Montag-, Mittwoch-, Donnerstag- und Freitagmorgen

**Spielort** Tenniszentrum Bächliacker, Frenkendorf

**Kosten** inkl. Unfallversicherung: Saisonabonnement Sommer Fr. 120.-, Winter Fr. 150.-  
Unterricht für Anfänger bei dipl. Tennislehrer möglich.

**Anmeldung** Pro Senectute, Tel. 23 30 71

**Tischtennis**

Jeden Freitag von 9.00 bis 11.00 Uhr Tischtennis für rüstige Senioren im Lukas-Saal in der Schmiedezunft, Rümelinsplatz 4.

**Anmeldung**

Luftgässlein 1, Tel. 23 30 71

**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**

**Ökolampad Gemeindehaus**

Allschwilerplatz 22  
Montag 15.00

**Stephanus Kirchengemeindehaus**

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 1. Gruppe 14.30, 2. Gruppe 16.00

**Meierhof**

Kirchhofstrasse 20  
Freitag 9.30

**Kegeln**

Einmal pro Woche Kegeln in gemütlicher Gesellschaft

**Zeit** Jeden Donnerstag von 14.30 bis 17.00 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, Tel. 49 66 26.  
Auskünfte auch bei der Pro Senectute, Tel. 23 30 71.

**Schwimmen**

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

**Kursbeitrag**

Einzeleintritt Fr. 4.-, 10er-Abonnement Fr. 32.-/20er-Abonnement Fr. 58.-

Preise inkl. Unfallversicherung. Im Schwimmbecken des Kantonsspitals ist das Abonnement nicht gültig. Eintritt Fr. 3.50 pro Mal.

**Anmeldung**

In der Kursstunde

**Grossbasel**

**«Dalbehof», Kapellenstrasse 17**

**Montag**  
9.30-11.00 Freies Schwimmen  
14.30-15.15 Nichtschwimmer  
15.15-16.00 Freies Schwimmen

**Dienstag**  
9.00– 9.45 Wassergymnastik  
9.45–10.30 und Schwimmen

**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  
9.15–10.00 und Schwimmen  
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 (Treppe geradeaus zum Spitalgarten  
nehmen)

**Mittwoch**  
9.00–10.00 Nichtschwimmer u. Schwim-  
mer  
10.00–11.00 Freies Schwimmen  
14.00–14.45 Nichtschwimmer  
14.45–15.30 Freies Schwimmen

**Bethesdaspital**  
Gellertstrasse 144  
Wassertemperatur 33°C (Kursbeitrag:  
Fr. 6.– pro Mal)

**Dienstag**  
10.00–10.30 Wassergymnastik, freies  
Schwimmen

**Kleinbasel**  
**Bläsischulhaus**  
Eingang Müllheimerstrasse

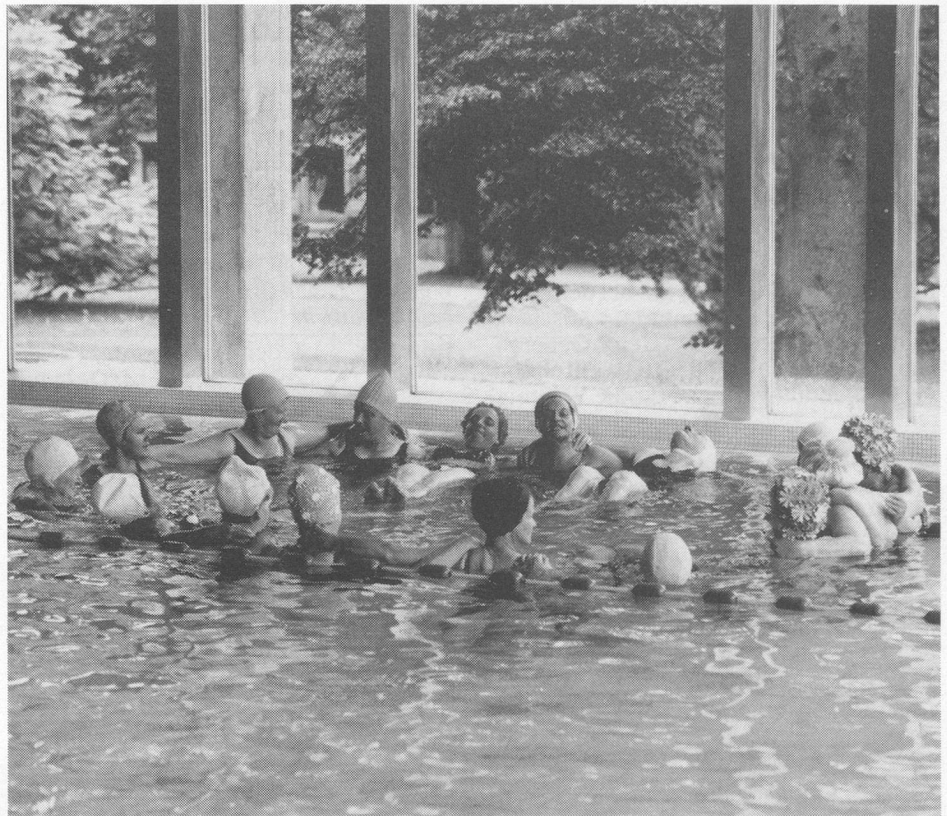
**Dienstag**  
16.30–17.15 Methodikkurs für Schwim-  
mer

**Mittwoch**  
14.30–16.30 Freies Schwimmen (Wasser-  
tiefe 2 m)

**Riehen**  
**Wasserstelzenschulhaus**

**Mittwoch**  
16.15–16.45 Nichtschwimmer  
17.00–17.45 Freies Schwimmen

**Voranzeige:**  
Im Januar/Februar 1988 beginnt wieder  
ein Rückenschwimmkurs. Weiteres im  
nächsten AKZENT.



**Wassergymnastik im Kurzentrum Rheinfelden erfreut sich grosser Beliebtheit.**

**Kurzentrum Rheinfelden**  
**Wassergymnastik und Freies Schwimmen**

*Nächster Kurs*  
Dienstag 29.9–15.12.

**Abfahrtszeiten**  
mit Achermann-Car

**Dienstag**  
8.30 Mustermesse vis-à-vis Taxistand  
Riehenring  
8.40 Aeschenplatz vor der ASAG  
8.45 Birsfelden Restaurant Hard

**Kosten**  
*AHV-Bezüger:* Eintritt  
Fr. 7.20 + Car Fr. 8.–/Mal  
*Nicht-AHV-Bezüger:* Eintritt  
Fr. 7.80 + Car Fr. 8.–/Mal  
Für *alle* Teilnehmer einmaliger  
Organisationsbeitrag Fr. 3.–/Kur

**Anfänger-Schwimmkurs**

**2. Teil**  
Der zweite Teil unseres Schwimmkurses  
steht auch Anfängern offen, die früher  
schwimmen konnten und sich wieder ans  
Wasser gewöhnen möchten.

**Datum** Jeden Dienstag vom  
20. Oktober – 24. Novem-  
ber (6 x)

**Zeit** 9.45–10.45 Uhr

**Ort** Schwimmbecken des  
Kantonsspitals, Hebel-  
strasse 20 (Treppe gerade-  
aus zum Spitalgarten  
nehmen)

**Leitung** Sylvia Rysler

**Kosten** Fr. 36.–

**Anmeldung** Pro Senectute, Tel. 23 30 71,  
8.00–11.30 Uhr

**Nächste Ausbildungs-  
kurse für Senioren-  
sportleiter/innen**

Möchten Sie Leiter oder Leiterin einer  
unserer Seniorensport-Gruppen werden?

- Wenn Sie die nötigen fachlichen Vor-  
aussetzungen mitbringen,
- wenn Sie Fähigkeiten im Umgang mit  
älteren Menschen besitzen,
- wenn Sie gerne Gruppen leiten,

melden Sie sich frühzeitig bei Pro Senec-  
tute, Seniorensport, Telefon 23 30 71. Wir  
freuen uns auf ein Gespräch.

**Ausbildungskurse**

**Altersturnen:**  
15., 18., 19. und 21. Januar 1988  
26. und 27. Mai 1988  
Fachliche Voraussetzungen: Leitererfah-  
rung und/oder persönliche Turnfertig-  
keit.

**Seniorenturnen:**  
Zusammen mit den Turn- und Sportver-  
bänden 2 Tage im Herbst 1988. Datum  
noch offen.  
Voraussetzungen: Leitererfahrung oder  
turnerische Ausbildung.

**Schwimmen:**  
Nov. 87. Anmeldung bitte umgehend.  
Voraussetzungen: Gute Schwimmkennt-  
nisse. Brevet I.

**Volkstanzen:**  
3 Tage. Datum noch offen.  
Voraussetzungen: Aktivmitglied einer  
Volkstanzgruppe.

## Velofahren

Die Velotouren werden begleitet von erfahrenen Tourenleitern des Schweizerischen Rad- und Motorfahrer-Bundes (SRB) und der Pro Senectute. 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-Strasse 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.

<b>7. Sept.</b> 13.30 Uhr	<b>Montag</b> Hüniger Zoll (Sandoz) Märkt – Egringen – Baselblick – Fischingen – Binzen – Weil – Lange Erlen (32 km) <i>Tourenleiter:</i> Hans Schmid
<b>17. Sept.</b> 8.30 Uhr	<b>Donnerstag, ganztags</b> Hegenheimerstr./Alter Zoll Folgensburg – Knöringen – Tachsdorf (Essen) – Sierentz – Kembs – Grenze Hünigen (ca. 60 km) <i>Tourenleiter:</i> Walter Oes
<b>28. Sept.</b> 13.30 Uhr	<b>Montag</b> Schorenweg/Fasanenstrasse Durchs Gelände der Bundesgartenschau nach Steinen ins Restaurant «Löwen». Der Wiese entlang zurück (43 km) <i>Tourenleiter:</i> Fritz Landerer
<b>8. Okt.</b> 13.30 Uhr	<b>Donnerstag</b> Schorenweg/Fasanenstrasse Lange Erlen – Thumringen – Lücke – Oetlingen – Haltingen – Weil – Lange Erlen (22 km) <i>Tourenleiter:</i> Albert Brancolini
<b>19. Okt.</b> 13.30 Uhr	<b>Montag, Abschlusstour</b> Binningen, beim Dornbachcenter Fahrt nach Dornach ins Restaurant Nepomuk. Bei schlechtem Wetter ohne Velo: Besammlung 14.00 Uhr Aeschenplatz; mit Tram 10 bis Dornach.

## Gymnastik und Tanz

Ein Kurs für bewegungsfreudige Seniorinnen und Senioren, die gerne moderne Musik hören und sich auch gerne dazu bewegen. Im Kurs werden Elemente aus der Jazzgymnastik geübt. Das Kursziel ist, eine gute Grundspannung, Haltung und Beweglichkeit zu erreichen. Wenn Sie Lust haben, kommen Sie, und tanzen Sie mit!

*Wir führen einen Grundkurs und einen Aufbaukurs durch.*

<b>Datum</b>	Jeden Freitag vom 23. Oktober – 18. Dezember (9 ×)
<b>Zeit</b>	Aufbaukurs 8.30–9.30 Uhr Grundkurs 9.30–10.30 Uhr
<b>Ort</b>	Begegnungszentrum Gundeldingen, Bruderholzstr. 104
<b>Leitung</b>	Suzy Egli
<b>Kosten</b>	Fr. 45.–
<b>Anmeldung</b>	Pro Senectute, Tel. 23 30 71, 8.00–11.30 Uhr

## Volkstänze für Anfänger

Schon oft wollten Sie mittanzen und hatten den Mut nicht dazu? Benützen Sie die Gelegenheit, und besuchen Sie unseren Kurs für Anfänger!

<b>Datum</b>	Jeden Donnerstag vom 22. Oktober – 26. November (6 ×)
<b>Zeit</b>	14.30–16.00 Uhr
<b>Ort</b>	Zwinglihaus
<b>Leitung</b>	Susanne Bolliger-Heuss
<b>Kosten</b>	Fr. 30.–
<b>Anmeldung</b>	Pro Senectute, Tel. 23 30 71, 8.00–11.30 Uhr

## Wandern

in der näheren Umgebung von Basel. Dauer der Wanderungen 1–5 Std. Durchführung bei jedem Wetter. (Bei schlechtem Wetter eventuell Änderung der vorgesehenen Wanderung.)

### Organisationsbeitrag

Fr. 2.– innerhalb und Fr. 3.– ausserhalb der Regio (inkl. Unfallvers.).

**Anmeldung**  
beim Treffpunkt

### Mitnehmen

Gute Schuhe und Regenschutz; Tram- und Bahnabonnements (Umweltschutz-, Halbp reis-Abonnements); Pass oder Identitätskarte für eventuellen Grenzübertritt.

## Dienstaggruppe 1

1½–2½ Std.

### Wanderleiterinnen

Lies Keller, Tel. 42 70 10  
Rita Müry, Tel. 41 41 56

<b>8. Sept.</b> 12.15 Uhr	<b>Bahnhof SBB</b> 12.29 Abfahrt nach Gelterkinden. Mit Postauto auf die Buuseregg. Wanderung über den Farnsberg nach Ormalin-gen.
------------------------------	---

<b>22. Sept.</b> 10.50 Uhr	<b>Bahnhof SBB</b> 11.07 Abfahrt nach Laufen. Postauto nach Roggenburg. Wanderung nach Liesberg. Picknick mitnehmen.
<b>6. Okt.</b> 12.10 Uhr	<b>Bahnhof SBB</b> 12.23 Abfahrt (Schnellzug) nach Laufen. Postauto nach Meltingen. Wanderung über den Meltingerberg zum Kloster Beinwil. Zwischenverpflegung mitnehmen.
<b>20. Okt.</b> 13.10 Uhr	<b>Bahnhof SBB</b> 13.23 Abfahrt nach Laufen. Postauto bis Grindel. Wanderung um den Stürmenkopf.
<b>3. Nov.</b> 13.15 Uhr	<b>Bahnhof SBB</b> 13.29 Abfahrt nach Liestal. Postauto auf die Windentalhöhe. Wanderung um den Grammet nach Hersberg.
<b>17. Nov.</b> 13.30 Uhr	<b>Kleinhüningen</b> Endstation Tram 14. Bus bis Haltingen. Wanderung durch die Rebberge über Binzen nach Fischingen. Pass und DM mitnehmen.
<b>1. Dez.</b> 13.15 Uhr	<b>Aeschenplatz</b> Wir fahren mit dem 11er bis Reinacherhof und wandern über das Bruderholz nach Therwil.
<b>15. Dez.</b> 14.45 Uhr	<b>Birsfelden</b> Endstation Tram 3. Wanderung durch die Hard mit anschliessendem Vor-Weihnachtsfestli.
<b>Dienstaggruppe 2</b>	
Kurzwanderungen 1–1½ Std.	
<i>Wanderleiterin</i> Alice Weber, Tel. 61 56 94	
<b>15. Sept.</b> 12.45 Uhr	<b>Schalterhalle SBB</b> 13.15 Abfahrt nach Rheinfelden. Wanderung ins Baselbieterdorf Giebenach.
<b>13. Okt.</b> 12.45 Uhr	<b>Aeschenplatz, Tram 10</b> 12.55 Abfahrt nach Dornach. Mit dem Bus nach Gempen. Wanderung nach Arlesheim.
<b>10. Nov.</b> 12.40 Uhr	<b>Schalterhalle SBB</b> 12.52 Abfahrt nach Liestal. Mit dem Bus nach Büren – «Brüggl». Wanderung nach dem Oristal – Liestal.
<b>8. Dez.</b> 12.50 Uhr	<b>Heuwaage</b> 13.01 Abfahrt nach Flüh. Mit Bus nach Mariastein. Nach der kurzen Rundwanderung feiern wir im Hotel Jura Advent. <i>Anmeldung ist erwünscht bis 3. Dezember.</i>

\* Verpflegungsmöglichkeit



**Rechts, links oder geradeaus?  
Unsere Wanderleiter führen Sie  
sicher ans Ziel.** Foto Ernst Bähler

### Mittwochgruppe

2½–3 Std.

Wanderleiterin

Zita Kuhn, Tel. 634566 oder 036 53 1776

- |                                  |   |
|----------------------------------|---|
| <b>9. Sept.</b><br>9.53 Uhr      | <b>Dornach</b><br>9.55 Abfahrt nach Hochwald.<br>Wanderung über Gempfen (Mittag) nach Arlesheim.  |
| <b>26. Sept. bis<br/>3. Okt.</b> | <i>Wanderwoche in der Pfalz</i><br>1 Doppelzimmer ist noch frei!  |
| <b>21. Okt.</b><br>8.40 Uhr      | <b>Schaltherhalle SBB</b><br>8.52 Abfahrt nach Holderbank, retour ab Langenbruck.<br>Wanderung über den Schattenberg zur Blüemlis-matt (Mittag) und über Bärenwil nach Langenbruck.             |
| <b>11. Nov.</b><br>10.00 Uhr     | <b>Schaltherhalle SBB</b><br>10.15 Abfahrt nach Schwaderloch, retour ab Laufenburg.<br>Wanderung nach Wil (Mittag) und ab Gansingen nach Sulz.  |
| <b>25. Nov.</b><br>10.30 Uhr     | <b>Schaltherhalle SBB</b><br>10.45 Abfahrt nach Rheinfeldern.<br><i>Billet für Nicht-UWS-Abonnenten:</i> Rheinfeldern retour.<br>Wanderung über Magden (Mittag) zum Sonnenberg nach Zeiningen.  |
| <b>9. Dez.</b><br>10.30 Uhr      | <b>Weilstrasse, Tram 6</b><br>Wir wandern nach Untertillingen (Mittag) – Dauerhütte – Oetlingen – eventuell Haltingen.<br>Mit Bus (Linie 3) nach Kleinhüningen.<br>Pass und DM nicht vergessen. |
| <b>23. Dez.</b><br>14.30 Uhr     | <b>Claraplatz vor der Kirche</b><br>Kurzwanderung mit Weihnachtsfestli.<br><i>Voranmeldung erbeten!</i>   |

### Donnerstagsgruppe 1

Ca. 3 Std.

Wanderleiterinnen

Meta Meier, Tel. 255372

Martha Zähndler, Tel. 421057

- |                              |  |
|------------------------------|--|
| <b>24. Sept.</b><br>7.40 Uhr | <b>Schaltherhalle SBB</b><br>7.58 Abfahrt nach Baden, Bremgarten.<br><i>Billet:</i> Bremgarten retour.<br>Wanderung mit Picknick.<br>Bremgarten – der Reuss entlang zum Flachsee (Naturschutzgebiet) – Emmauskapelle – Bremgarten. |
| <b>29. Okt.</b><br>11.20 Uhr | <b>Schaltherhalle SBB</b><br>11.29 Abfahrt nach Sissach, Sommerau.<br>Sommerau – Giessenfälle – Bad Ramsach – Buckten.<br>Einkehrmöglichkeit im Bad Ramsach.   |
| <b>26. Nov.</b><br>12.05 Uhr | <b>Schaltherhalle SBB</b><br>12.15 Abfahrt nach Rheinfeldern.<br>Rheinfeldern – Froschweihen – Möhlin – durch den Wald zum Rhein – Rheinfeldern.<br>Einkehrmöglichkeiten in Möhlin.  |
| <b>10. Dez.</b><br>12.05 Uhr | <b>Schaltherhalle SBB</b><br>12.15 Abfahrt nach Möhlin.<br>Möhlin – durch den Winterwald nach Wallbach.  |
- 
- ### Donnerstagsgruppe 2
- 3½–4½ Std.
- Wanderleiter  
Lotte Oberhauser, Tel. 396524  
Joseph Giger, Tel. 233211
- |                              |   |
|------------------------------|---|
| <b>24. Sept.</b><br>8.20 Uhr | <b>Schaltherhalle Bad. Bahnhof</b><br><i>Kollektivbillet</i><br>Hausen – Gresgen* – Adelsberg – Zell.<br>Restaurant oder Picknick.  |
| <b>1. Okt.</b><br>8.30 Uhr   | <b>Heuwaage</b><br>8.41 Abfahrt Tram No. 10.<br><i>Billet:</i> UWS-Abonnement oder Challhöchi (Taste 5).<br>Challhöchi – Kiffis* – Roggenburg.<br>Restaurant oder Picknick.<br>(FFr. nicht vergessen)     |
| <b>15. Okt.</b><br>8.10 Uhr  | <b>Schaltherhalle SBB</b><br><i>Billet:</i> UWS-Abonnement oder Langenbruck (Taste 7).<br>Langenbruck – Belchenfluh-Chambersberg* – Schmutzberg – Eptingen oder Läuelfingen.<br>Restaurant oder Picknick. |
| <b>5. Nov.</b><br>8.00 Uhr   | <b>Schaltherhalle SBB</b><br><i>Billet:</i> UWS-Abonnement oder Schwaderloch (Taste 8).<br>Schwaderloch – Mettau* – Laufenburg.<br>Restaurant oder Picknick.  |

- |                             |   |
|-----------------------------|---|
| <b>19. Nov.</b><br>8.20 Uhr | <b>Schaltherhalle Bad. Bahnhof</b><br><i>Kollektivbillet</i><br>Schopfheim – Hausen* – Schopfheim.<br>Restaurant oder Picknick.   |
| <b>3. Dez.</b><br>9.00 Uhr  | <b>Schaltherhalle SBB</b><br><i>Billet:</i> UWS-Abonnement oder Hornussen (Taste 8).<br>Hornussen – Weltacher – Elfingen* – Effingen.<br>Restaurant oder Picknick.  |
| <b>17. Dez.</b>             | <b>Jahresschlusswanderung</b><br>mit gemeinsamem Mittagessen.<br><i>Anmeldung erforderlich bis 14.12.87.</i><br>Tel. 396524 oder 233211 (mittags oder abends).<br>Der Treffpunkt wird bei der Anmeldung bekanntgegeben. |
- 
- ### Donnerstagsgruppe 3
- 4–5 Std.
- Wanderleiter  
Margrit Burgener, Tel. 491954  
Heini Krähenbühl, Tel. 385838
- |                              |   |
|------------------------------|---|
| <b>10. Sept.</b><br>7.30 Uhr | <b>Heumattstrasse</b><br>7.45 Abfahrt mit Achermann-Car zum Mont Soleil.<br>Wanderung Mont Crosin – Chalet Neuf – Tramelan.<br><i>Anmeldung bis 7. Sept.</i><br>Wanderleiterin:<br>M. Burgener  |
| <b>17. Sept.</b>             | Telefon 180 gibt am Mittwoch ab 14 Uhr bekannt, wann der Zug abfährt und wohin wir wandern.<br>Wanderleiterin:<br>M. Burgener   |
| <b>24. Sept.</b><br>8.00 Uhr | <b>Mustermesse</b><br>Abfahrt mit Achermann-Car über Flüh nach Ferrette.<br>Wanderung über Oberberg – Ebourbette nach Lucelle.<br>Rückfahrt über Laufen.<br>Rucksackverpflegung.<br>FFr. Pass oder Identitätskarte nicht vergessen!<br><i>Anmeldung bis 22. Sept.</i><br>Wanderleiter:<br>H. Krähenbühl   |
| <b>8. Okt.</b><br>8.00 Uhr   | <b>Schaltherhalle SBB</b><br>8.23 Abfahrt Richtung Delsberg, Moutier, Oberdorf.<br>Fahrt mit Seilbahn auf den Weissenstein.<br>Wanderung über den Planetenweg Hasenmatt – Stallflue – Ob. Grenchenberg – Unt. Grenchenberg.<br>Mit Postauto nach Grenchen und Rückreise über Moutier – Delsberg.<br><i>Anmeldung bis 6. Oktober:</i> (Kollektivbillet).<br>Wanderleiter:<br>H. Krähenbühl |

\* Verpflegungsmöglichkeit



**Krankensmobiliemagazin  
der Gesellschaft für das  
Gute und Gemeinnützige**

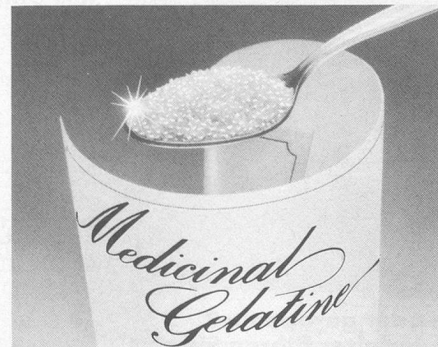
in der Engel-Apotheke, Basel, Bäumleingasse 4,  
Telephon 23 70 07, Postcheck 40-234

Wir vermieten und verkaufen viele Hilfsmittel,  
die das Pflegen erleichtern.  
Zudem haben wir gute Ratschläge und Ideen,  
wie wir Ihr spezielles Problem lösen können.

**SAUTER**  
**DROGERIE**  
MARKTGASSE 3



biona  
**REFORMHAUS**  
Tramhalt Schiffplände



*Medicinal  
Gelatine*

hochwertiges Protein (Eiweiss)  
rein natürlich-organischen Ursprungs.  
Kein Arzneimittel, sondern eine Nahrungsergänzung,  
die als wichtiger Baustoff unseres Körpers  
zum Aufbau des proteinreichen Gewebes dient:  
u. a. Haut, Haare, Fingernägel, Bindegewebe,  
Bandscheiben, Gelenkknorpel. Angenehmes  
Granulat zum Einnehmen. Lassen Sie sich in  
Ihrer Apotheke/Drogerie beraten.



Geistlich-Pharma, Wolhusen



**Hauslieferdienst  
für Wein**

**Ab 50.- gratis ins Haus**

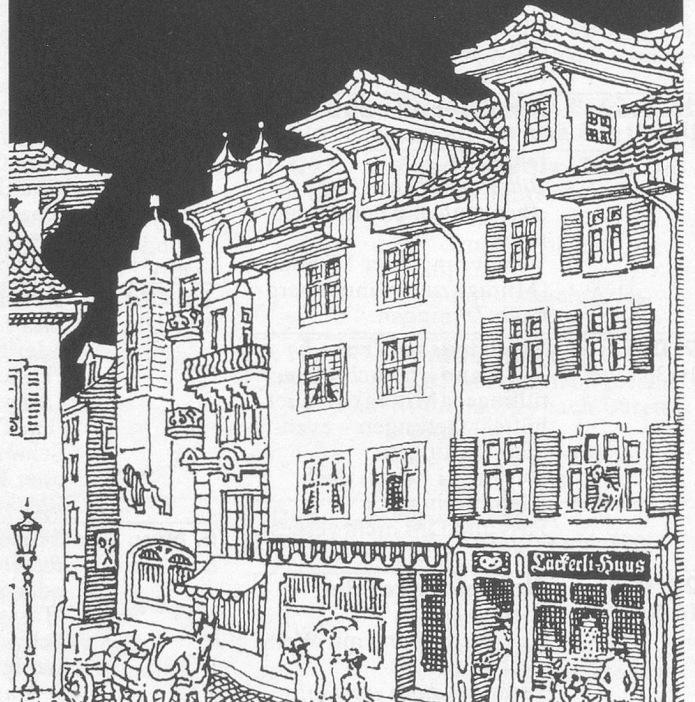


**Coop Basel ACV**

*Die gute Adresse  
für  
gute Leckerli*

**Läderli-Huus**

Gerbergasse 57 · 4001 Basel





Am Basler Geländelauf nahm dieser 86jährige Senior teil. Er legte 10,6 km in 1,5 Stunden zurück. Zu dieser glanzvollen Leistung gratulieren wir herzlich.

Foto Matthias Geering

**15. Okt.** Telefon 180 gibt am Mittwoch ab 14 Uhr bekannt, wann der Zug abfährt und wohin wir wandern.

**29. Okt.** **Schaltherhalle SBB**  
8.45 Uhr 9.07 Abfahrt nach Nunningen.  
Nunningen – Steinegg – Grellingen.  
Rucksack- oder Gasthofverpflegung.  
Wanderleiterin:  
M. Burgener

**5. Nov.** Telefon 180 gibt am Mittwoch ab 14 Uhr bekannt, wann der Zug abfährt und wohin wir wandern.

**12. Nov.** **Aeschenplatz**  
8.30 Uhr 8.48 Abfahrt nach Ziefen mit Bus Nr. 70.  
Ziefen – Büren – Hochwald – Aesch.  
Rucksack- oder Gasthofverpflegung.  
Wanderleiterin:  
M. Burgener

**19. Nov.** **Schaltherhalle SBB**  
8.10 Uhr 8.29 Abfahrt Richtung Gelterkinden.  
Mit Postauto nach Zeglingen.  
Billet: Basel – Gelterkinden – Zeglingen, retour ab Olten. Mit UWS-Abonnement in Olten für die Rückfahrt Olten – Tecknau lösen.  
Wanderung nach Bad Lostorf – Schloss Wartenfels – Olten.  
Wanderleiter:  
H. Krähenbühl

#### Freitaggruppe 1

1½–2½ Std.

Wanderleiterinnen

Ruth Hofer, Tel. 38 73 73

Annemarie Zurflüh, Tel. 52 14 22

**11. Sept.** **Schaltherhalle SBB**  
11.00 Uhr 11.23 Abfahrt nach Laufen.  
Neumühle – Gut Löwenburg – Moulin de Bavelier – Neumühle.  
Kleines Picknick und Trinken mitnehmen.

**25. Sept.** **Bettingen (Bushaltestelle)**  
13.30 Uhr Bettingen – St. Chrischona – Eselsberg – Bettingen.

**9. Okt.** **Schaltherhalle SBB**  
13.15 Uhr 13.29 Abfahrt nach Liestal.  
Mit Postauto nach Lupsingen.  
Lupsingen – Ramischberg – Büren.

**23. Okt.** **Heumattstrasse**  
8.50 Uhr (hinter Hotel Schweizerhof am Bahnhof).  
9.00 Abfahrt.  
Ausflug ins Elsass.  
Kosten für Carfahrt Fr. 12.– plus einfaches Mittagessen.  
Identitätskarte und französisches Geld mitnehmen.  
Anmeldung bis 22. Oktober an R. Hofer, Tel. 38 73 73.

**6. Nov.** **Hard, Endstation Tram 3**  
13.15 Uhr Rundwanderung im Hardwald ca. 1½ Std.  
Nach dem Zvieri Dias von Mallorca.

**20. Nov.** **Bottmingen Station**  
13.00 Uhr 13.10 Abfahrt mit Bus 64 nach Oberwil/Rüti.  
Wanderung über den Bielhübel nach Neuwiller (Zvierihalt) und Allschwil.  
Identitätskarte und französisches Geld mitnehmen.

**4. Dez.** **Therwil, Station**  
13.20 Uhr 13.31 Abfahrt mit Bus 64 zum Chäppeli.  
Wanderung übers Bruderholz zum Wasserturm.

**18. Dez.** **Eglisee, Tram 2 oder 6**  
13.00 Uhr Vom Eglisee wandern wir nach Riehen.  
Weihnachtsfeier mit gemeinsamem Essen.  
Anmeldung bis 4. Dezember an R. Hofer, Tel. 38 73 73.

#### Freitaggruppe 2

Kurzwanderungen 1–1½ Std.

Wanderleiterin

Alice Weber, Tel. 61 56 94

**4. Sept.** **Aeschenplatz**  
13.00 Uhr 13.10 Abfahrt nach der Hofmatt.  
Wanderung der Birs entlang.

Die näheren Angaben für die Wanderungen im Oktober, November und Dezember erhalten Sie auf dem Sekretariat.

#### Sonntaggruppe

Ca. 2½ Std.

Wanderleiterin

Martha Zähndler, Tel. 42 10 57

**6. Sept.** **Badischer Bahnhof**  
11.40 Uhr Fahrt nach Bad. Säckingen.  
Kollektivbillet.  
Wir wandern zum und um den Bergsee. Picknick.

**20. Sept.** **Schaltherhalle SBB**  
9.30 Uhr 9.45 Abfahrt nach Frick.  
Mit Bus zur Staffelegg.  
Billet: UWS-Abonnement oder Frick retour.  
Über den Ketten- und Faltenjura nach Herznach. Picknick.

**11. Okt.** **Schaltherhalle SBB**  
12.00 Uhr 12.11 Abfahrt nach Gelterkinden.  
Billet: UWS-Abonnement oder Gelterkinden retour.  
Gelterkinden – Weierhof – Rumpelstilzliplatz – Ormalingen.

**15. Nov.** **Schaltherhalle SBB**  
11.30 Uhr 11.49 Abfahrt nach Rheinfeldern.  
Mit Bus nach Zeinigen.  
Billet: UWS-Abonnement oder Rheinfeldern retour.  
Wanderung über den Sunneberg – Maisprach – Magden.

**13. Dez.** **Chrischona, Parkplatz**  
12.30 Uhr Durch Rührberg – Augstberg – nach Wülen.

\* Verpflegungsmöglichkeit