

Wanderungen Herbst 2012

Orientierungswandern

Montag, 3. September 2012

Treffpunkt 13.30 Uhr: 8165 Schöfflisdorf, bei der reformierten Kirche

Karte: Egg-Platten 1:15'000

Anfahrt ÖV: Bahnhof Schöfflisdorf an 13.14 Uhr, dann über die Bahnhofstrasse/Wehntalerstrasse 10 Minuten zum Treffpunkt

Anfahrt PW: Parkiermöglichkeiten im Dorf

Montag, 1. Oktober 2012

Treffpunkt 13.30 Uhr, Zürich, Tramstation Milchbuck

Karten: Irchelpark 1:4'000 und Ausschnitt Stadt Zürich

Anfahrt ÖV: Bitte öffentliche Verkehrsmittel benützen

Wanderungen Frühling/Sommer: siehe Seite vorher

Foto auf der ersten Seite:

Juni 2011, Hünikerwald, Henggart (Landbote)



Pro Senectute Kanton Zürich

Bewegung und Sport

Forchstrasse 145 · Postfach · CH-8032 Zürich

Telefon 058 451 51 00 · Fax 058 451 51 01

E-Mail sport@zh.pro-senectute.ch

www.zh.pro-senectute.ch

Ausschreibung

Orientierungswandern ist eine hervorragende sportliche Tätigkeit für die Förderung der Ausdauer und der geistigen Beweglichkeit. Die Teilnehmenden begeben sich mit den öffentlichen Verkehrsmitteln oder privaten Autos zum angegebenen Treffpunkt. Dort wird Ihnen eine Karte mit eingezeichnete Route abgegeben. Mehrere erfahrene Leiter führen Sie in die Kunst des Kartenlesens ein. Die Wanderungen dauern ungefähr zwei Stunden und können alleine oder in Gruppen, langsam oder rascher ausgeführt werden. Die Leiter unterstützen die Teilnehmenden in dem Masse, wie es gewünscht wird. Angesprochen sind Frauen und Männer 60plus.

Ausrüstung der Witterung angepasste Bekleidung, gutes Schuhwerk, lange Hosen empfehlenswert

Kosten Unkostenbeitrag CHF 10.- für Karte und Spesen der Leiter

Versicherung ist Sache der Teilnehmenden

Anmeldung nicht erforderlich, findet bei jeder Witterung statt (ausser bei Gewitter und Sturm)

- Auf Wunsch kann mit Nordic-Walking-Stöcken marschiert werden (Stöcke selber mitbringen), die Karte wird um den Hals gehängt.
- Wenn es gewünscht wird, wird auch eine Spaziergruppe gebildet (abgekürzte Route). Das Tempo wird den Teilnehmenden angepasst. **Neue Teilnehmende werden speziell eingeführt und begleitet.**
- Die verwendeten Orientierungslauf-Karten eignen sich dank Massstab und Detailreichtum ausgezeichnet für den Einstieg ins Kartenlesen, aber gleichzeitig auch für das Training Fortgeschrittener. Über die Verwendung anderer Karten beachten Sie bitte die Beschreibung der Wanderungen. Es ist auch ein Mitmarschieren ohne Kartenlesen möglich.
- Alle Wanderungen sind mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar (empfehlenswert); Parkplätze für Privatautos sind jeweils vorhanden. Die selbständige Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln oder Privatautos gehört zum Training.

Weitere Informationen erhalten Sie gerne bei den Leitenden:

- Heinrich Sprecher, Tel. 044 860 07 40, hesprechersa@hotmail.com
Natel am Wandertag: 079 362 68 03
- Albert Oehy, Tel. 052 232 33 28 E-Mail: a.oehy@bluewin.ch
Natel am Wandertag: 079 364 04 69
- Klaus Huggler, Tel. 044 929 14 69 E-Mail: chlaueri@bluewin.ch
Natel am Wandertag: 079 343 10 84
- Peter Riek, Tel. 044 860 57 89 E-Mail: periek@hispeed.ch
Natel am Wandertag: 079 365 71 91

Wanderungen Frühling/Sommer 2012

Montag, 2. April 2012

Treffpunkt 13.45 Uhr: **Schützenhaus Widenbad, 8708 Männedorf**, 100 m oberhalb Restaurant Widenbad

Karte: Chrüzlen 1:10'000

Anfahrt ÖV: von Zürich mit S7 bis Männedorf, Ankunft: 13.33 Uhr, umsteigen in VZO-Bus, Kurs 940, Richtung Oetwil Zentrum, Männedorf ab 13.36 Uhr, Widenbad an 13.43 Uhr

Anfahrt PW: an der Strasse Männedorf/Oetwil am See, Parkplätze beim Schützenhaus Männedorf

Montag, 7. Mai 2012

Treffpunkt 13.40 Uhr: Gemeindehaus 8311 Brütten, markiert 100 m von Posthaltestelle

Karte: Chomberg 1:10'000

Anfahrt ÖV: von Winterthur HB Bus ab 13.06 Uhr, Brütten Post an 13.18 Uhr oder Bassersdorf ab 13.16 Uhr, Brütten Post an 13.34 Uhr

Anfahrt PW: in Brütten Wegweiser Gemeindehaus, 100 m von Hauptstrasse, Parkplatz rechts

Montag, 4. Juni 2012

Treffpunkt 13.30 Uhr: Bushaltestelle Restaurant Schlossberg, 8322 Madetswil

Karte: Schlossberg 1:10'000

Anfahrt ÖV: Zürich HB mit S3 Abfahrt 12.33 Uhr bis Fehraltorf, umsteigen in Bus 825 nach Madetswil, Ankunft 13.16 Uhr

Anfahrt PW: an der Strasse Fehraltorf-Turbenthal, Parkplätze gegenüber Restaurant Schlossberg, auf Kiesplatz

Montag, 2. Juli 2012

Treffpunkt 13.45 Uhr: 8444 Henggart, kleiner Parkplatz 400 m östlich vom Bahnhof Richtung Dägerlen/Oberwil, unmittelbar vor Waldeingang nach der Autobahnüberführung

Karte: Home1 1:10'000

Anfahrt ÖV: ab Winterthur mit S33, Henggart an 13.14 Uhr

Anfahrt PW: kleiner Parkplatz beim Treffpunkt