

Info und Kontakte

Für Gesundheit und Kontakt

Mit regelmässiger Bewegung regen Sie Ihren Kreislauf an und tun Ihrem Körper viel Gutes.

In der Gruppe knüpfen Sie schnell neue Kontakte:
Gemeinsam macht Sport so richtig Spass.

Versicherung

Ist Sache der Teilnehmenden.

Die Detailangaben der Tageswanderungen sind ersichtlich unter: www.pszh.ch/wandern

Wanderleiterinnen und Wanderleiter

Näf Margrit 044 935 34 65
Hug Silvio 044 935 37 25
Herrmann Susi 044 935 56 06



Pro Senectute Kanton Zürich
Bewegung und Sport

Forchstrasse 145
8032 Zürich

Telefon 058 451 51 31

IBAN CH95 0900 0000 8007 9784 4



sport@pszh.ch
www.pszh.ch

Stand Oktober 2023

**PRO
SENECTUTE**
GEMEINSAM STÄRKER



Wandergruppe Gossau Jahresprogramm 2024

Kanton Zürich
www.pszh.ch

Gmüetli-Wanderungen 2024

Datum	Wanderung	Dauer	Leitung
15. Februar	Kreuzlingen – Ermatingen	2½ h	Silvio Hug
21. März	Lindau – Brütten	2 h	Margrit Näf
18. April	Zumikon – Erlenbach	2½	Margrit Näf
16. Mai	Kemptthal – Rossberg – Sennhof	2½ h	Silvio Hug
20. Juni	Hägendorf Rundwanderung	2½ h	Margrit Näf
18. Juli	Tobelhof – Lorenchopf – Dolder	2 h	Silvio Hug
15. August	Dietlikon – Kloten	2 h	Margrit Näf
19. September	Flüelen – Bauen	2½ h	Margrit Näf
17. Oktober	Bauma – Silisegg – Neuthal (Museum)	1½ h	Silvio Hug
21. November	Grüt – Kempten	2 h	Margrit Näf

Änderungen vorbehalten / Info und Kontakt siehe Rückseite

Die Touren innerhalb der Wandergruppen sind vom Bundesamt für Sozialversicherungen subventioniert, weil sie in besonderem Masse die Selbständigkeit und Autonomie von älteren Menschen fördern.

Wanderungen plus 2024

Datum	Wanderung	Dauer	Leitung
10. Januar	Schneeschuhtour Gebiet von den Schnee- Verhältnissen abhängig	3-4 h	Tobias Hug
6./7. Februar	2- Tages Schneeschuhtour St. Antönien	5 h / Tag	Tobias Hug
7. März	Nürens Dorf – Wallisellen	4 h	Susi Herrmann
4. April	Pfäffikon – Luppmentobel – Saland (Jakob Stutz Weg)	3½ h	Silvio Hug
2. Mai	Zugerberg	4 h	Susi Herrmann
12. Juni	Flimser Wasserweg	4 h	Tobias Hug
2.-4. Juli	3 Tages-Wanderung Lukmanier zum Oberalp	3½ - 4½ h / Tag	Tobias Hug
8. August	Lutentannen – Windenpass - Unterwasser	4½ h	Silvio Hug
5. September	Niederrickenbach – Klewenalp	4½ h	Susi Herrmann
3. Oktober	Hägendorf – Teufelsschlucht – Belchenflue - Hauenstein	4½ h	Silvio Hug
7. November	Illnau – Wetzikon	4 h	Susi Herrmann