

Bewegung und Sport

Für Gesundheit und Kontakt.

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

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

In unserem breitgefächerten Sportangebot finden Sie eine tolle Auswahl.

Detailinformationen

www.pszh.ch/wandern

Für die Teilnahme ist keine Mitgliedschaft nötig.

Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

Unsere Touren sind seit dem 1. Januar 2025 nach QualiCert zertifiziert. Melden Sie sich für eine entsprechende Bestätigung am Ende des Tourenjahres unter sport@pszh.ch.

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

Pro Senectute Kanton Zürich
Bewegung und Sport

Forchstrasse 145
8032 Zürich

Telefon 058 451 51 31

sport@pszh.ch
www.pszh.ch

Spendenkonto 80-79784-4
IBAN CH95 0900 0000 8007



Wandergruppe Sonntagswandern Jahresprogramm 2026



Kanton Zürich
www.pszh.ch

Kontakte

Ansprechperson und Auskunft

Oswald Ulrich
079 419 27 16 | oswald.ulrich@bluewin.ch

Wanderleiterinnen und Wanderleiter

Gaby Blattmann
079 560 67 40 | gabriela.blattmann@bluewin.ch

Doreen Bredemeyer
078 748 50 60 | d.bredemeyer@bluewin.ch

Françoise Gilg
079 929 23 99 | f.gilg@bluewin.ch

Robert Grimm
044 512 14 12 | robert@sportplausch.club

Pia Sonderegger
079 297 93 92 | piasonderegger@bluewin.ch

Wanderdaten 2026

Datum	Ganztageswanderung	Leitung
Sonntag 18.01.2026	Schmerikon – Benken – Uznach – Schmerikon	Pia Sonderegger Françoise Gilg
Sonntag 15.02.2026	Kempten – Pfäffikon (ZH) – Wermatswil	Pia Sonderegger Françoise Gilg
Sonntag 15.03.2026	Eglisau – Buchberg – Rüdlingen – Flaach	Françoise Gilg Doreen Bredemeyer
Sonntag 19.04.2026	Osterglocken am Chasseral	Oswald Ulrich Pia Sonderegger
Sonntag 17.05.2026	Umrundung Halbinsel Horw	Oswald Ulrich Françoise Gilg
Sonntag 07.06.2026	Riehen – St. Grischona – Basel	Pia Sonderegger Robert Grimm
Sonntag 05.07.2026	Göscherernalpsee	Gaby Blattmann Robert Grimm
Sonntag 16.08.2026	Meilener- und Erlenbachertobel	Doreen Bredemeyer Robert Grimm
Sonntag 13.09.2026	Maienfelder Weinrunde	Robert Gerimm Oswald Ulrich
Sonntag 18.10.2026	Frenkendorf – Schauenburg	Oswald Ulrich Doreen Bredemeyer
Sonntag 08.11.2026	Ins – Jolimont – Erlach	Françoise Gilg Pia Sonderegger
Sonntag 06.12.2026	Rigidalalp – Engelberg	Gaby Blattmann Françoise Gilg