



Foto: zVg

### Gemeinsam unterwegs

Eine traumhafte Wanderung im Schnee, eine Genuss tour in den Frühling oder eine Tour über Berg und Tal im Frühsommer? Miteinander wandern in der Natur belebt die Stimmung, stärkt die Ausdauer, gibt Balance und fördert die Zufriedenheit. Unsere Wanderleiter/-innen bieten regelmässig Touren unterschiedlicher Schwierigkeitsgrade und Distanzen an.

#### Gruppen:

- A** Höhere Marschleistung und längere Wanderzeiten (3 bis 5 Std.). Höhendifferenzen bis etwa 800 Meter.
- B** Kleinere Marschleistung und kürzere Wanderzeiten (ca. 3 Std.). Höhendifferenzen bis etwa 300 Meter.

Beachten Sie auch die Sterne und übrigen Angaben.

#### Schwierigkeitsgrade:

- \*** **Leichte Wanderung**, geringe Auf- und Abstiege, einfache Wanderwege, gelb markiert (T1)
- \*\*** **Mittlere Wanderung**, grössere oder häufigere Auf- und Abstiege, unebene gut begeh bare Wanderwege, gelb (T1), z.T. weiss-rot-weiss (T2) markiert
- \*\*\*** **Anspruchsvolle Wanderung**, grössere oder steilere Auf- und Abstiege, Wanderwege teilweise steinig und/oder schmal, Trittsicherheit erforderlich, weiss-rot weiss markiert (T2)

**Ausrüstung:** Gutes Schuhwerk und Regenschutz sind immer erforderlich, Wanderstöcke werden empfohlen.

**Verpflegung:** Meistens Picknick, sonst im Restaurant (siehe Bemerkung Route). In der Regel Kaffeehalt vor oder nach der Wanderung.

**Billette:** Kollektivbillette ab Luzern werden, wenn nicht anders erwähnt, von der Wanderleitung besorgt, sonst Vermerk «indiv. lösen» mit Angabe der Zonen für die Tageskarte im Gebiet des Passepartout.

**Treffpunkt:** Sofern nichts anderes vermerkt, Bahnhof Luzern, Untergeschoss, vor H&M.

**Abfahrt:** Immer ab Luzern, sofern keine weitere Angaben.

**Notfälle:** Tragen Sie Medikamente für Notfälle immer in einer Aussentasche des Rucksacks mit sich.

**Versicherung:** Ist Sache der Teilnehmenden.

**Kosten:** Pro Wanderung CHF 10.- (bar oder Twint); werden zusammen mit dem Kollektivbillett eingezogen.



Kursteilnehmende können dank **QualiCert-Zertifizierung** bei ihrer Krankkasse Beiträge zu den Kurskosten geltend machen. Dieses Gütesiegel steht für hohe Kompetenz und Seriosität.

### Wander-Leiter/innen esa

| Fachleiter/in            | Telefon                     | E-Mail                        |
|--------------------------|-----------------------------|-------------------------------|
| Mailänder Christine      | 079 453 70 18               | christine.mailaender@gmx.ch   |
| Lötscher Annelise (Stv.) | 079 214 34 05               | annelise.loetscher@bluewin.ch |
| Leiter/innen             |                             |                               |
| Bernasconi Karin         | 078 760 50 01               | karin.bernasconi@gmx.ch       |
| Fankhauser Vogel Doris   | 079 391 84 46               | d.fankhauservogel@bluewin.ch  |
| Fischer Franz            | 079 899 66 33               | ff.swiss@gmail.com            |
| Lötscher Mark            | 077 461 99 78               | mark.loetscher@bluewin.ch     |
| Marty Maya               | 079 211 65 50               | mayma@bluewin.ch              |
| Studer Iris              | 079 662 36 46               | iris.studermilz@gmx.ch        |
| Weber Monika             | 041 280 49 49/078 807 82 92 | moniwe@gmx.ch                 |

**Detailinformationen:** Über die einzelnen Wanderungen finden Sie unter [www.lu.prosenectute.ch/Wandern](http://www.lu.prosenectute.ch/Wandern)

**Fahrkosten/Fahrplan:** Die Angaben basieren auf den für 2024 geltenden Halbtax-Gruppenpreisen und Fahrplänen. Bitte General- bzw. Halbtaxabonnement mitnehmen. Bei kurzfristiger Absage/Fernbleiben von angemeldeten Personen gelten die Bestimmungen der SBB.

**Anmeldung:** Eine Anmeldung ist zwingend erforderlich, **frühestens 2 Wochen vor der Wanderung**, jeweils an die erste Wanderleiter/-in, per E-Mail oder Telefon (Telefonbeantworter). Bitte möglichst kurze Mitteilung mit Angabe von Vorname, Name, Wohnort, Telefon, Abonnement (GA, Halbtax oder kein Abo). Anmeldung bis **spätestens am Vortag bis 11.00 Uhr**. Bei den meisten Wanderungen besteht eine Teilnehmerbeschränkung von 30 Personen.

**Durchführung:** : In der Regel werden die geplanten Wanderungen durchgeführt. Bei einer Absage oder Änderung einer Wanderung gibt die **Telefondurchsage** von Pro Senectute Kanton Luzern unter **Telefon 041 226 11 84** und [www.lu.prosenectute.ch/Wandern](http://www.lu.prosenectute.ch/Wandern) am Vortag ab 10.00 Uhr Auskunft. Bitte rufen Sie in jedem Fall an.

### Winter-Special:

- 2-Tagestour Winterwandern auf der Gemmi, Baden in Leukerbad
- A/\*\* Wanderungen
- Mi, 19. bis Do, 20.03.25
- Anmeldung bis 15.02.25 bei Mark Lötscher

## Wander-Programm

| Tag/Datum/<br>Zeit/<br>Treffpunkt                         | Tour/Schwierigkeit/<br>Route  | Distanz/<br>Höhenmeter   | Wander<br>-<br>zeit                       | Leitung/An-<br>meldung              | Abfahrt/<br>Rückkehr/<br>Kollektiv   |
|---|---|--|---|-------------------------------------|--|
| MI 15.01. 25<br>09.50 Uhr<br>Bahnhof UG                   | <b>Gemütliche Winterwanderung<br/>am Vierwaldstättersee A/*</b><br>Küssnacht – Greppen –<br>Hertenstein – Weggis  | 12.2 km<br>230 m ↗<br>250 m ↘  | 3 ¼<br>Std.                               | D. Fankhauser<br>M. Lötscher        | A: 10.06 Uhr<br>R: 15.47 Uhr<br>Indiv. lösen<br>LU-Küssn. einf.<br>CHF 4.30<br>Weggis-LU, einf.<br>Schiff, CHF 11.50 |
| 26.01.25 –<br>31.01.25                                    | <b>Wintersportferien Davos</b>  |  |   | Franz<br>Lötscher<br>Hauptleitung / |  |
| MI 29.01.25<br>08.15 Uhr<br>Bahnhof UG                    | <b>Winterliche Wanderung am<br/>Hallwilersee B/*</b><br>Boniswil – Schloss Hallwil –<br>Hotel Delphin – Unteräsch –<br>Altmoos – Mosen  | 13 km<br>100 m ↗<br>110 m ↘  | 3 ½<br>Std.                               | M. Weber<br>M. Marty                | A: 08.32 Uhr<br>R: 16.28 Uhr<br>K: ca. CHF 12.–<br>Tagessuppe ca.<br>CHF 7.–bis<br>12.–                              |
| DO 13.02.25<br>08.50 Uhr<br>Bahnhof UG                    | <b>Winterwanderung Hasliberg<br/>bis Brünig A/**</b><br>Reuti Hasliberg – Wasserwendi<br>– Hohfluh – Gallenstein –<br>Brünigpass  | 8,5 km<br>330 m ↗<br>380 m ↘   | 3 ½<br>Std.                               | A. Lötscher<br>M. Marty             | A: 09.06 Uhr<br>R: 16.55 Uhr<br>K: ca. CHF 21.–  |
| DO 20.02.25<br>09.00 Uhr<br>Bahnhof UG                    | <b>Wichelsee und Chernswald B/*</b><br>Alpnach – Wichelsee –<br>Chernwald – Alpnach   | 12 km<br>150 m ↗<br>150 m ↘  | 3 ¼<br>Std.                               | M. Lötscher                         | A: 09.12 Uhr<br>R: 15.16 Uhr<br>indiv. lösen<br>(Tageskarte Zonen<br>10 21)  |
| MI 05.03.25<br>08.20 Uhr<br>Bahnhof UG                    | <b>Zwischen Albis und Reuss, wo<br/>wir Globi treffen A/*</b><br>Türlersee – Vollenweid –<br>Hausen a.A. – Kappel a.A. –<br>Rifferswil  | 13,3 km<br>200 m ↗<br>250 m ↘  | 3 ½<br>Std.                               | M. Lötscher<br>A. Lötscher          | A: 08.35 Uhr<br>R: 16.25 Uhr<br>K: ca. CHF 20.–  |
| MI 12.03.25<br>08.45 Uhr<br>Torbogen<br>Bahnhof<br>Luzern | <b>Panoramawanderung auf dem<br/>Ruswilerberg B/**</b><br>Ruswil – Ruswilerberg – Flöss<br>Kapelle – Schloss Wartensee –<br>Sempach Station   | 10 km<br>250 m ↗<br>400 m ↘  | 3 ¼<br>Std.                               | Ch. Mailänder                       | A: 09.01 Uhr<br>R: 15.45 Uhr<br>indiv. lösen<br>(Tageskarte Zonen<br>10 23 26 33)                                    |
| MI/DO<br>19./20.03.25                                     | <b>Zwei Tage Winterwandern auf<br/>der Gemmi – Baden in<br/>Leukerbad A/**</b><br>1. Tag: Sunnebüel – Arvenseeli –<br>Schwärenbach – Gemmipass,<br>Übernachtung in der Gemmi Lodge<br>2. Tag: Gemmipass – Jägerboden –<br>Lämmernboden – Gemmipass, Baden<br>in Leukerbad | 1.Tag:<br>8,8 km<br>550 m ↗<br>100 m ↘<br>2.Tag:<br>7,6 km<br>120 m ↗<br>240 m ↘ | 1.Tag:<br>3 ¼<br>Std.<br>2.Tag:<br>2 Std. | M. Lötscher<br>A. Lötscher          | Detailpro-<br>gramm auf<br>Website;<br>Anmeldung bis<br>15.02.25   |

| Tag/Datum/<br>Zeit/<br>Treffpunkt                         | Tour/Schwierigkeit/<br>Route   | Distanz/<br>Höhenmeter        | Wander<br>-<br>zeit | Leitung/An-<br>meldung       | Abfahrt/<br>Rückkehr/<br>Kollektiv  |
|---|--|-------------------------------|---------------------|------------------------------|---|
| DO 27.03.25<br>08.50 Uhr<br>Torbogen<br>Bahnhof<br>Luzern | <b>Vogelmoosweiher bei Gormund B/*</b><br>Gormund – Vogelmoosweiher – Chüewald – Schiffliobel – Beromünster – Bad – Flugplatz – Neudorf            | 14,7 km<br>310 m ↗<br>260 m ↘ | 4 Std.              | A. Lötscher<br>M. Marty      | A: 09.05 Uhr<br>R: 16.00 Uhr<br>indiv. lösen<br>(Tageskarte Zonen 10,26,37)               |
| MI 02.04.25<br>08.05 Uhr<br>Bahnhof UG                    | <b>Vom Schornen über den Morgartenberg zum Raten A/*</b><br>Schornen – Morgartenberg – St. Jost – Raten  | 10 km<br>700 m ↗<br>400 m ↘   | 4 Std.              | M. Marty<br>L. Meier         | A: 08.18 Uhr<br>R: 16.51 Uhr<br>K: ca. CHF 20.–   |
| MI 09.04.25<br>09.00 Uhr<br>Bahnhof UG                    | <b>Vom Sempachersee zum Baldeggersee B</b><br>Eich – Seematt – Kirchbühl – Gormund – Nunwil – Kloster Baldegg                                      | 15 km<br>240m ↗<br>330m ↘     | 4 Std               | F. Fischer<br>M. Marty       | A: 09.14 Uhr<br>R: ca. 17 Uhr<br>K: ca. CHF. 11.–   |
| DO 24.04.25<br>08.25 Uhr<br>Bahnhof UG                    | <b>Frühlingswanderung hoch über dem Vierwaldstättersee A/**</b><br>Vitznau – Wissiflue – Gersau  | 8 km<br>600 m ↗<br>600 m ↘    | 3 ¾ Std.            | M. Marty<br>D. Fankhauser    | A: 08.39 Uhr<br>R: 16.21 Uhr<br>K: ca. CHF 13.–   |
| DO 01.05.24<br>07.20 Uhr<br>Bahnhof UG                    | <b>Bündner Herrschaft B/*</b><br>Landquart – Malans – Maienfeld – Bad Ragaz  | 10,3 km<br>120 m ↗<br>130 m ↘ | 3 ¾ Std.            | A. Lötscher<br>Ch. Mailänder | A: 07.35 Uhr<br>R: 17.25 Uhr<br>K: ca. CHF 37.-<br>-                                      |
| MI 07.05.25<br>07.00 Uhr<br>Bahnhof UG                    | <b>Rundwanderung Stein am Rhein A/*</b><br>Stein am Rhein – Hemishofen – Burgruine Wolkenstein – Burg Hohenklingen – Stein                         | 9 km<br>300 m ↗<br>330 m ↘    | 3 ¾ Std.            | M. Weber<br>M. Lötscher      | A: 7.20 Uhr<br>R: 18.40 Uhr<br>K: ca. CHF 36.–  |
| MI 14.05.25<br>08.00 Uhr<br>Torbogen<br>Bahnhof<br>Luzern | <b>Am Fusse des Pilatus B/*</b><br>Krienseregg – Rosshütte – Würzenegg – Holderchäppeli  | 9 km<br>300 m ↗<br>300 m ↘    | 3 ¾ Std.            | K. Bernasconi<br>M. Weber    | A: 08.15 Uhr<br>R: 15.22 Uhr<br>K: ca. CHF 10.–<br>etw. zum Bräteln mitnehmen, fakultativ |
| DO 22.05.25<br>07.55 Uhr<br>Bahnhof UG                    | <b>Nidwaldner Kapellenweg A/***</b><br>gute Kondition und Trittsicherheit<br>Oberrickenbach – Eggeligrat – St. Joder – Grafenort – Wolfenschiessen | 12 km<br>380 m ↗<br>760 m ↘   | 4 Std.              | Ch. Mailänder<br>M. Marty    | A: 08.10 Uhr<br>R: 16.31 Uhr<br>Indiv. lösen<br>(Tageskarte Zonen10/21/31)                |

| Tag/Datum/<br>Zeit/<br>Treffpunkt      | Tour/Schwierigkeit/<br>Route  | Distanz/<br>Höhenmeter       | Wander<br>-<br>zeit | Leitung/An-<br>meldung                | Abfahrt/<br>Rückkehr/<br>Kollektiv  |
|--|---|------------------------------|---------------------|---------------------------------------|---|
| DO 05.06.25<br>09.15 Uhr<br>Bahnhof UG | <b>Seelisberg – Stützberg – Emmetten B/*</b><br>Seelisberg/Tanzplatz UR –<br>Stützberg – Emmetten   | 8,5 km<br>310 m ↗<br>390 m ↘ | 3 ¼<br>Std.         | D. Fankhauser                         | A: 09.27 Uhr<br>R: 16.49 Uhr<br>K: ca. CHF 12.–   |
| MI 11.06.25<br>08.00 Uhr<br>Bahnhof UG | <b>Zur Windgällenhütte A/***</b><br>Golzern – Windgällenhütte –<br>Golzern  | 9,2 km<br>760 m ↗<br>760 m ↘ | 4 Std.              | Ch. Mailänder<br>I. Studer            | A: 08.18 Uhr<br>R: 18.49 Uhr<br>K: ca. CHF 25.–<br>für HT/<br>plus ca. CHF<br>15.– Bergbahn<br>für alle |
| MI 25.06.25<br>08.00 Uhr<br>Bahnhof UG | <b>Ybriger 7-Egg-Weg B/**</b><br>Chli Sterne – Spirstock –<br>Windegg – Sternenegg –<br>Ibergeregge – Müsliegg –<br>Stäglernenegg – Holzegg | 11 km<br>300 m ↗<br>700 m ↘  | 3 ¼<br>Std.         | M. Weber<br>Ch. Mailänder             | A: 08.18 Uhr<br>R: 18.21 Uhr<br>K: ca. CHF 50.–   |
| 29.06.25 bis<br>05.07.25               | <b>Wanderwoche Sils Maria</b>   |                              |                     | Annelise<br>Lötscher<br>Mark Lötscher |   |

⊕ Die Wanderungen sind alle vom Bundesamt für Sozialversicherung subventioniert, weil sie in besonderem Masse die Selbständigkeit und Autonomie von älteren Menschen fördern.



Detailinformationen zu den einzelnen Touren erhalten Sie auf unserer Website unter:  
[www.lu.prosenectute.ch/Wandern](http://www.lu.prosenectute.ch/Wandern)

