

Gemeinsam unterwegs

Eine traumhafte Wanderung im Schnee, eine Genusstour 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:
Wir wandern in max. 2 Gruppen (je nach Fitness und Tempo) bis zu 15 Teilnehmende.

- **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 ca. 300 bis 400 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 begehbare 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)

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

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

Billette: Kollektivbillette ab Luzern werden, wenn nicht anders erwähnt, von der Wanderleitung besorgt, sonst Vermerk «indiv. lösen» mit Angabe der Strecken.

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 wie auch den Notfallausweis von Pro Senectute immer in einer Aussentasche des Rucksacks mit sich.

Versicherung: Ist Sache der Teilnehmenden.

Kosten: Pro Wanderung CHF 10.– (bar oder Twint); wird zusammen mit dem Kollektivbillett eingezogen.

Detailinformationen: Über die einzelnen Wanderungen finden Sie unter **www.lu.prosenectute.ch/Wandern**

Fahrkosten/Fahrplan: Die Angaben basieren auf den für 2027 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, jeweils an die erste Wanderleiter/-in, per E-Mail oder Telefon. 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** am Vortag ab 10.00 Uhr Auskunft. Bitte rufen Sie in jedem Fall an.

Kurs 507
Trittsicherheit & Höhenangst
Leitung: Lara Mandioni
Daten: 1 x Di; 18.5.2027
Zeit: 9 bis 17 Uhr
Ort: Klewenalp
Kosten: CHF 145.–

Kurs 069
Erste Hilfe unterwegs
Leitung: Simon Achermann
Daten: 1 x Fr; 18.6.2027
Zeit: 10.15 bis 17 Uhr
Ort: Eigental/Krienseregg
Kosten: CHF 145.–

Wander-Leiter/innen esa

Fachleiter/in	Telefon	E-Mail
Mailänder Christine	079 453 70 18	christine.mailaender@gmx.ch
Weingand Kurt (Stv.)	079 765 18 49	kurt.weingand@bluewin.ch
Leiter/innen		
Fluhbacher-Maurer Barbara	079 404 27 18	barbara.fluhbacher-mauerer@ressourcenaufzeit.ch
Kaufmann Hansjörg	079 433 35 85	ch_h.kaufmann@bluewin.ch
Köchli Irma	078 671 90 85	irma.koechli@bluemail.ch
Mailänder Stefanie	079 764 56 33	steffie@bluewin.ch
Reichmuth Alice	079 432 83 78	alice.reichmuth@bluewin.ch
Sommerhalder Thomas	079 352 08 37	tom.sommerhalder@gmail.com
Studer Iris	079 662 36 46	iris.studermilz@bluewin.ch
Vanza Urs (i.A.)	079 687 32 92	urs.vanza@schindler.com
Weber Monika	078 807 82 92	moniwe@gmx.ch

Hinweis: Bitte unbedingt Detailplanung ca. 2 Monate vor der Wanderung online beachten; bei Unklarheiten die Fachleitung anfragen.

Wander-Programm

GT = Ganztag / HT = Halbtag

Tag/Datum/ Zeit/ Treffpunkt	Tour/Schwierigkeit/ Route	Distanz/ Höhenmeter	Wander -zeit	Leitung/ Anmeldung	Abfahrt/ Rückkehr/ Kollektiv
SO 10.01.27 – FR 15.01.27	**Wintersportferien in Pontresina**			B. Flubacher	
DO 28.01.27 10.00 Uhr Bahnhof UG	**Heiligkreuz-First-Winterwanderung** B/** Heiligkreuz – Reistegg – First – Heiligkreuz **Verpflegung aus dem Rucksack oder Restaurant**	6 km 300 m ↗ 300 m ↘	3 Std.	K. Weingand	A: 10.16 Uhr R: 16.03 Uhr evtl. 16.45 Uhr K: Individuell lösen: Luzern – Hasle LU Heiligkreuz, retour
MI 17.02.27 07.55 Uhr Bahnhof UG	**Rundweg Rotenflue – Ibergeregg** A/** Rotenflue – Holzegg – Zwäcken – Ibergeregg – Gross Boden – Rotenflue Verpflegung aus dem Rucksack oder Restaurant	6.7 km 360 m ↗ 380 m ↘	3 ½ Std.	K. Weingand	A: 08.06 Uhr R: 16.41 Uhr K: Kollektiv-HT: ca. 35.--
MI 24.02.27 08.40 Uhr Bahnhof UG	**Rundwanderung Sörenberg** B/** Rossweid – Salwideli – Sörenberg Verpflegung aus dem Rucksack oder Restaurant Salwideli	8.4 km 180 m ↗ 490 m ↘	3 ½ Std.	M. Weber	A: 08.57 Uhr R: 16.03 Uhr K: Individuell lösen: Luzern – Sörenberg Talst.Rossweid / Sörenberg Camping – Luzern, plus Bergbahn durch WL gelöst
DO 04.03.27 08.50 Uhr Bahnhof UG	**Über den Santenberg** A/* Dagmersellen - Sursee	14.9 km 320 m ↗ 290 m ↘	4 ¾ Std.	H. Kaufmann	A: 09.05 Uhr R: 16.55 Uhr K: Individuell lösen: Luzern - Dagmersellen / Sursee - Luzern
DO 11.03.27 07.50 Uhr Bahnhof UG	**Von Eglisau nach Buchberg – den Weinreben nach** B/* Eglisau hinterer Stadtberg – Buchberg – Honegg – Eglisau	9 km 250 m ↗ 280 m ↘	3 ¼ Std.	C. Mailänder	A: 08.09 Uhr R: 16.25 Uhr K: Kollektiv-HT: ca. 28.--
MI 17.03.27 07.50 Uhr Bahnhof UG	**Rundtour durch die Tüfelsschlucht auf den Allerheiligenberg** A/** Hägendorf – Tüfelsschlucht – Allerheiligenberg – Gnöd – Hägendorf	12.6 km 520 m ↗ 520 m ↘	4 ¾ Std.	T. Sommerhalder	A: 08.05 Uhr R: 17.55 Uhr K: Kollektiv-HT: ca. 20.--
MI 24.03.27 08.35 Uhr Bahnhof UG	**Frühlingswanderung am Zugersee** B/* Buonas – Hünenberg – Cham – Villettepark – Zug	11.2 km 100 m ↗ 120 m ↘	3 ¼ Std.	A. Reichmuth	A: 08.51 Uhr R: 14.51 Uhr K: Individuell lösen: Luzern - Buonas / Zug - Luzern

Wandern

Hinweis: Bitte unbedingt Detailplanung ca. 2 Monate vor der Wanderung online beachten; bei Unklarheiten die Fachleitung anfragen.

DO 01.04.27 07.20 Uhr Bahnhof UG	**Im Bann des Urwaldes** A/** Muotathal – Hölloch – Schafmatt – Teuidolen – Kreuzbühl – Hölloch – Muotathal	11 km 730 m ↗ 730 m ↘	4 ¾ Std.	B. Flubacher	A: 07.39 Uhr R: 17.21 Uhr K: Individuell lösen: Luzern – Muotathal Hölloch retour
DO 08.04.27 07.35 Uhr Bahnhof UG	**Mellingen bis Birmenstorf** B/* Rechtes Reussufer über Lindenmühle	7.9 km 190 m ↗ 170 m ↘	2 ¾ Std.	I. Köchli	A: 07.51 Uhr R: 16.24 Uhr K: Kollektiv-HT: ca. 20.--
MI 14.04.27 07.15 Uhr Bahnhof UG	**Durch das Kirschblütenland von Gempen nach Liestal** A/** Gempen – Büren SO – Nuglar – Liestal	12.9 km 300 m ↗ 660 m ↘	4 ¼ Std.	T. Sommerhalder	A: 07.30 Uhr R: 17.30 Uhr K: Kollektiv-HT: ca. 20.--
MO 19.04.27 – SO 25.04.27	**Wanderwoche Vinschgau** A/B			I. Studer	
DO 29.04.27 08.35 Uhr Bahnhof UG	**Blueschtwanderung über Michaelskreuz nach Küssnacht** A/** Gisikon – Root – Fuchsberg – Michaelskreuz – Haltikon – Küssnacht	12 km 550 m ↗ 480 m ↘	4 ¼ Std.	I. Köchli	A: 08.51 Uhr R: 15.53 Uhr K: Individuell lösen: Luzern - Gisikon Root/ Küssnacht - Luzern
DO 13.05.27 08.45 Uhr Bahnhof UG	**Pilgerwanderung auf dem Luzerner Jakobsweg** B/* Ruswil Soppenstig – Soppisee – Geiss – Ostergau – Willisau	9 km 210 m ↗ 260 m ↘	3 ¾ Std.	B. Flubacher	A: 09.01 Uhr R: 16.03 Uhr K: Individuell lösen: Luzern – Ruswil Soppenstig / Willisau - Luzern
MI 19.05.27 07.20 Uhr Bahnhof UG	**Auf den Spuren des hl. Meinrad** A/** Bahnhof Pfäffikon SZ – Luegeten – Etzelpass – Altbergried – Einsiedeln	13 km 745 m ↗ 280 m ↘	5 Std.	A. Reichmuth	A: 07.39 Uhr R: 17.21 Uhr K: Kollektiv-HT ca. 22.--
MI 26.05.27 07.20 Uhr Bahnhof UG	**Teil des Tösstaler Höhenweges** B/** Kollbrunn – Tüfels Chilen – Kollbrunn	9 km 340 m ↗ 340 m ↘	3 ¼ Std.	C. Mailänder	A: 07.35 Uhr R: 17.25 Uhr K: Kollektiv-HT: ca. 30.--
DO 03.06.27 07.00 Uhr Bahnhof UG	**Chli Aubrig – der kleine Gipfel mit grossem Panorama** A/** Ausdauer erfordert! Euthal – Chilentobel – Wildegg – Chli Aubrig – Sattelegg	10 km 780 m ↗ 480 m ↘ (ohne Gipfel: 650m ↗, 350m ↘)	4 Std. (Gipfel: plus ¾ h)	S. Mailänder	A: 07.18 Uhr R: 17.25 Uhr K: Kollektiv-HT: ca. 25.— Wanderbus 20.--

Wandern

Hinweis: Bitte unbedingt Detailplanung ca. 2 Monate vor der Wanderung online beachten; bei Unklarheiten die Fachleitung anfragen.

DO 10.06.27 08.50 Uhr Bahnhof UG	**Am Fusse der Rigi nach Weggis** B/* Immensee – Küssnacht am Rigi – Greppen – Weggis	9.8 km 350 m ↗ 370 m ↘	3 ½ Std.	H. Kaufmann	A: 09.06 Uhr R: 15.47 Uhr K: Individuell lösen: Luzern – Immensee / Schiff Weggis - Luzern
DO 17.06.27 07.45 Uhr Bahnhof UG	**Mittelpunkt der Schweiz** A/** Rundwanderung Älggialp	12.6 km 540 m ↗ 540 m ↘	4 ¾ Std.	C. Mailänder	A: 08.02 Uhr R: 16.46 Uhr K: Individuell lösen: Luzern - Sachseln retour; plus Alpentaxi Sachseln - Älggialp retour ca. 30.- pro Person durch WL
MI/DO 23./24.06.27	**Zweitageswanderung zum höchsten Zuger Berg, dem Wildspitz**	1. Tag: 10.9 km 790 m ↗ 140 m ↘ 2. Tag: 10.9 km 40 m ↗ 825 m ↘	4 Std. 3 ½ Std.	I. Studer A. Reichmuth	Details folgen ab 23. April 27 online
MI 30.06.27 07.20 Uhr Bahnhof UG	**Tamina Quellschlucht** B/* (feuchter Weg in der Schlucht) Bad Ragaz – Altes Bad Pfäfers – Quellschlucht – Bad Ragaz	10 km 200 m ↗ 200 m ↘	3 ¼ Std.	T. Sommerhalder	A: 07.35 Uhr R: 18.25 UIhr K: Kollektiv-HT: ca. 35.-- Eintritt Schlucht: 5.-
	Ausblick 2.Halbjahr 27:				
DI/MI 28./29.07.27	**Zweitagestour Grialetsch** A/***			T. Sommerhalder	
SO 22.08.27 - FR 27.08.27	**Wanderwoche Scuol** A/B			M. Lötscher A. Lötscher	
MO/DI 31.08.27/ 01.09.27	**Zweitagestour Alpstein** A/***			S. Mailänder C. Mailänder	
SO 25.09.27 - SA 01.10.27	**Wanderwoche Schluchsee** B/C			M. Weber	

⊕ 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

Pro Senectute Kanton Luzern
Bildung+Sport, Maihofstrasse 76, 6006 Luzern
bildung.sport@lu.prosenectute.ch, Telefon 041 226 11 52, www.lu.prosenectute.ch/Wandern