

Foto: KEYSTONE-Christian-Beutler

Gemeinsam durch den Schnee stapfen

Mit langsamen Schritten gehen wir gemeinsam auf den Schneeschuhen durch die idyllisch verschneiten Landschaften und geniessen die Ruhe. An der frischen Luft stärken wir unser Immunsystem und trainieren zusätzlich Ausdauer, Kraft und Koordination.

An-/Rückreise:
Billette sind individuell ab Wohnort zu lösen (Zonentageskarte)

Treffpunkt:
Sofern nichts anderes vermerkt, Bahnhof Luzern, vor Kiosk auf Gleisebene

Verpflegung:
Picknick und/oder Restaurant

Material:
Eigenes Material (Schneeschuhe und Stöcke) mitnehmen, wetterfeste Kleidung.

Bemerkung:
Je nach Schneeverhältnissen muss der Ort angepasst werden.

Kosten:
- pro Tour CHF 20.– (bar oder Twint)
- 10-er Abo CHF 200.– (unbegrenzt gültig)

Durchführung:
Die Touren finden bei jeder Witterung statt. Über Detailinformationen oder allfällige Änderungen gibt die **Telefondurchsage** von Pro Senectute Kanton Luzern unter **Telefon 041 226 11 84** und **www.lu.prosenectute.ch/Schneeschuh am Vortag ab 10.00 Uhr** Auskunft.

Anmeldung:
Bis Dienstag Abend 18 Uhr bei Hauptleitung.

Schneeschuh-Leitende esa

Bruno Maurer (Fachleiter)
Telefon 041 260 53 05
Mobile 079 641 97 31
bk.maurer@bluewin.ch

Barbara Flubacher-Mauerer (Wanderleiterin SBV)
Mobile 079 404 27 18
barbara.flubacher-maurer@ressourcenaufzeit.ch

Kurs 502

Schneeschuhlaufen

Einführung
Dieser Kurs richtet sich speziell an Anfänger/innen, die sich vertieft mit der Technik befassen möchten. Die Einführung beinhaltet Informationen über Material, Ausdauer und Koordination. Der Kurs findet bei jeder Witterung statt. Schuhmiete vor Ort möglich.

Leitung: Bruno Maurer, Schneeschuh-Leiter esa
Daten: 2 x Montag; 21.12.26 und 4.1.27
Zeit: 9.00 bis 14.30 Uhr
Ort: 1. Tag Eigenthal, 2. Tag Glaubenberg
Kosten: CHF 89.– inkl. Material bei Bedarf

Schneeschuh-Touren-Programm

Tag/Datum Zeit/Treffpunkt	Tour/Route	Wanderzeit Höhenmeter	Leitung Anmeldung	Abfahrt Rückkehr
Fr. 08.01.27 Treff: 07.55 Uhr Bahnhof LU, Kiosk	**Bannalp**	Ca. 2.5 h 120m ↗ 100m ↘	Bruno Maurer Barbara Flu- bacher - Maurer	A: 08.10 Uhr R: 16.31 Uh
So. 10. bis Fr. 15. 01. 2027	**Sportferienwoche in Pontresina,** Langlauf, Winterwandern, Schneeschuhtouren			
Fr. 22.01.27 Treff: 08.55 UIhr Bahnhof LU, Kiosk	**Klewenalp**	Ca. 2.5 h 100m ↗ 240m ↘	Barbara Flu- bacher- Maurer Bruno Maurer	A: 09.10 Uhr R: 16.01 Uhr
Fr. 29.01.27 Treff: 07.45 Uhr Bahnhof LU, Kiosk	**Sörenberg**	Ca. 3,5 h 320m ↗ 320m ↘	Bruno Maurer Yolanda Maurer	A: 07.57 Uhr R: 16.03 Uhr
Fr. 05.02.27 Treff: 07.55 Uhr Bahnhof LU, Kiosk	**Wirzweli**	Ca. 3.5 h 370m ↗ 370m ↘	Barbara Flu- bacher-Maurer Bruno Maurer	A: 08.10 Uhr R: 16.29 Uhr
12.02.27 Treff: 08.00 Uhr Bahnhof LU, Kiosk	**Andermatt**	Ca. 3 h 145m ↗ 145m ↘	Bruno Maurer Yolanda Maurer	A: 08.18 Uhr R: 16.25 Uhr
19.02.27 Treff: 08.20 Uhr Bahnhof LU, Kiosk	**Muotathal**	Ca. 2,5 h 220m ↗ 220m ↘	Barbara Flu- bacher-Maurer Bruno Maurer	A: 08.39 Uhr R: 16.21 Uhr
26.02.27 Treff: 08.00 Uhr Bahnhof LU, Kioskl	**Melchsee Frutt**	Ca. 4 h 360m ↗ 360m ↘	Bruno Maurer Yolanda Maurer	A: 08.12 Uhr R: 16.46 Uhr
05.03.27 Treff: 07.50 Uhr Bahnhof LU, Kante Z	**Brüsti**	Ca. 3.10 h 320m ↗ 320m ↘	Barbara Flu- bacher-Maurer Bruno Maurer	A: 08.08 Uhr R: 16.41 Uhr
12.03.27 Treff: 07.50 Uhr Bahnhof LU, Kiosk	**Stoos**	Ca. 3.20h 360m ↗ 360m ↘	Bruno Maurer Barbara Flu- bacher-Maurer	A: 08.06 Uhr R: 16.41 Uhr
02. 04.2027	**Saison-Rückblick**			

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