

# SENIORENBOERSE

für Frauen und Männer ab 55

Rumfordstraße 25, 80469 München. Tel. 089/29 16 24 77

[info@muenchner-seniorenboerse.de](mailto:info@muenchner-seniorenboerse.de), [www.muenchner-seniorenboerse.de](http://www.muenchner-seniorenboerse.de)

Öffnungszeiten: Mo bis Do 11.00-16.00 Uhr, Fr 11.00-14.00 Uhr

## 5-6 km Langsam Spazierend Wandern mit Heidrun Essig

Wir unternehmen *gemeinsam* leichtere Tagestouren in gemäßigttem Tempo für nicht ganz so rüstige Wanderfreunde oder die auf diese Rücksicht nehmen, mit ca. 12-15 Teilnehmern 3-4 Std. reine Gehzeit, mit MVV oder DB. Während einer langen Pause (1,5 - 2 Std.) kehren wir ein oder machen eine Brotzeit.

Touren können sich je nach Wetterlage ändern  
( ( Treffpunkt & -zeit bleiben dabei wie jeweils angegeben! ) )

Ausrüstung: Getränk, feste Schuhe, Regenschutz, Stöcke (bei Bedarf),

**Anmeldung & RECHTZEITIGE Absage - auch von der Warteliste - in der Seniorenboerse**

**Treffpunkt: i. d. R. am Stachus oben zwischen Brunnen & McDonalds.**

- (1) **Donnerstag 02.04.26**  
Treff 8.30 Uhr am Hbf vor Gleis 18 & 19 in der Bahnsteighalle  
!!! lange Fahrtzeit !!!  
**Bad Reichenhall Bf: Rundweg zur Alten Saline** - 6 km (Stöcke für Saline ?)  
Inkl. Rundweg in Alter Saline 400 m & 270 Treppen & ca. 12 Grad Temp.  
Einkehr: Rest. Salin nach Saline nach 2 km, ca. 13.30 Uhr.  
Hinfahrt: RE5/S4 Gl.5-10 8.55-11.03, Umst. Freilassing; Rückfahrt: 16.49 stdl.  
Kosten: € 5 (mit Deutschland-Ticket & zzgl. Eintritt Saline ca. 17 €).
- (2) **Freitag 17.04.26**  
Treff 10.30 Uhr am Stachus siehe oben  
**Weßling SBf - Meiling - Steinebach SBf** - 6,5 km, 110 Hm auf & ab (Stöcke ?).  
Einkehr: Sepperlwirt nach 4 km, 13.30 Uhr.  
Hinfahrt: S8 11.02-11.41; Kosten: € 5 (zzgl. Ticket Zonen M-2).
- (3) **Freitag 08.05.26**  
Treff 10 Uhr am Stachus siehe oben  
**Feldafing SBf - Starzenbachschlucht - Possenhofen SBf**  
5 km, 60 Hm auf & 80 Hm ab (evtl. Stöcke)  
Einkehr: Avtar Indian Rest. nach 3 km, 13 Uhr. Hinfahrt: S6 10.29-11.11;  
Rückfahrt: mit Schiff bis Starnberg 17.36-18.10 & S6.  
Kosten: € 5 (zzgl. Ticket Zonen M-3 zzgl. Schifffahrt ca. 8 €).
- (4) **Freitag 22.05.26**  
Treff 10.15 Uhr am Stachus siehe oben  
**Ebersberg SBf - Seenkette Rundweg** - 5,5 km, 70 Hm auf & ab ( Stöcke ?)  
Einkehr: Rest. Zur Gass nach 3 km, 13 Uhr.  
Hinfahrt: S6 10.49-11.38; Rückfahrt: S6 16.02 / 16.22 stdl.  
Kosten: € 5 (zzgl. Ticket Zonen M-3.)
- (5) **Freitag 05.06.26**  
Treff 8.45 Uhr am Stachus siehe oben  
**Bernried Schiffsanleger: Wald-Rundweg** - 5,5 km, 80 Hm auf & ab (Stöcke ?).  
Einkehr: Gasthof Drei Rosen nach 3 km, 13 Uhr, evtl. Cafe in Starnberg.  
Hinfahrt: S6 9.09-9.44; Schiff 10.15-11.40 Uhr.  
Rückfahrt: mit Schiff bis Starnberg 16.35-18.30 & S6.  
Kosten: € 5 (zzgl. Ticket Zonen M-2 & zzgl. Schifffahrt 27 €).
- (6) **Freitag 26.06.26**  
Treff 9 Uhr am Hbf Starnberger Flügel-Bhf vor dem Ticketschalter  
!!! insg. 10-11 Std !!!  
**Garmisch-Partenkirchen: Alpspitze - Kreuzeck**  
Oben: 2 km, 170 Hm auf & ab; unten zum Bus / Bhf: 3,5-6 km, 65 Hm ab.  
Mit der Zugspitz- & Seilbahn rauf, mit Seilbahn runter und zum Bus / Bhf.  
Einkehr: Kreuzeckhaus nach 2-3 km, ca. 14 Uhr, evtl. Cafe in Garmisch.  
Hinfahrt: RB6 Gl.27 9.28-10.55, Umst. GAP 11.15-11.24 Bayr. Zugspitzbahn.  
Seilbahnen: mind. alle 30 Min.; FZt. 10 Min.  
Rückfahrt: Kreuzeckbahn bis 17 Uhr, RB6 ab GAP 18.05 stdl.  
Kosten: € 5 (mit Deutschland-Ticket & zzgl. Seilbahnen ca. 45 €).

Kürzere und längere Varianten einiger Ziele gibt es  
bei 3-4 km Spaziergang und 7-9 km Gemütlich Wandern

**Die Teilnahme an allen Ausflügen erfolgt auf eigene Verantwortung !**

Für Fragen am Vortag 16-21 Uhr & für Notfälle am Wandertag ab 8 Uhr unter 01577-312 57 57