

SENIORENBOERSE

für Frauen und Männer ab 55

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

info@muenchner-seniorenboerse.de, www.muenchner-seniorenboerse.de

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

7-9 km Gemütlich Wandern mit Heidrun Essig

Wir unternehmen *gemeinsam* Tageswanderungen in mittlerem Tempo mit vielen Pausen mit ca. 12 Teilnehmern 7-9 km bis 300 Hm / 3-4 Std. reine Gehzeit, mit MVV oder DB. Während einer langen Pause 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), **Spikes** bei nächtlichen Minusgraden bzw. Schnee am Wanderort,

Anmeldung & rechtzeitige Absage - auch von der Warteliste - nur in der Seniorenboerse

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

- (1) **Donnerstag 5.10.23** Alpspitz-Kreuzeck-Bergtour - 250 Hm, 9 km (Stöcke !!)
Treff 9 Uhr am mit Seilbahn rauf und runter.
Hbf Starnberger Bhf **Einkehr:** Brotzeit & Einkehr auf der Alm, gegen 15 Uhr.
vor dem Ticketschalter **Kosten:** € 4 (mit Deutschland-Ticket) zzgl. Seilbahn-Fahrten € 35-40.
!!! insg. 10-12 Std !!!
- (2) **Donnerstag 26.10.23** Kramerplateauweg - 140 Hm, 8 km (Stöcke !!)
Treff 10 Uhr am **Einkehr:** Windbeutelalm nach 4 km, 14 Uhr.
Hbf Starnberger Bhf **Kosten:** € 4 (mit Deutschland-Ticket).
vor dem Ticketschalter
!!! insg. 10-12 Std !!!
- (3) **Mittwoch 8.11.23** Iffeldorf-Rundweg - 80 Hm, 8 km
Treff 9.30 Uhr am **Einkehr:** Waldhaus am Fohnsee 6 km, 14 Uhr.
Hbf Starnberger Bhf **Kosten:** € 4 (mit Deutschland-Ticket).
vor dem Ticketschalter
- (4) **Mittwoch 29.11.23** Landshut mit Xmas-Markt - 140 Hm, 8 km (evtl. Stöcke !!)
Treff 10 Uhr Hbf **Einkehr:** Burgschänke nach 3 km, 13.30 Uhr.
vor den Gleisen 18 & 19 **Kosten:** € 4 (mit Deutschland-Ticket).
in der Bahnsteighalle
!!! insg. 11-12 Std !!!
- (5) **Dienstag 5.12.23** Salzburger Weihnachtsmärkte - 8 km
Treff 10.30 Uhr Hbf **Einkehr:** in der Altstadt & auf den Christkindlmärkten.
vor den Gleisen 18 & 19 **Kosten:** 4 € (mit Deutschland-Ticket) & Tagesticket Öffis & Eintritt €7.
in der Bahnsteighalle
!!! insg. 11-12 Std !!!
- (6) **Dienstag 19.12.23** Weihnachtessen & -Markt in München - 8 km
Treff 10.15 Uhr am **Einkehr:** Restaurant nach 5 km, ca. 13 Uhr; später Xmas-Marktstandl.
Stachus siehe oben **Hinfahrt:** Tram 17 alle 10 Min; **Kosten:** € 4 (Zone M mitbringen).
Stadtwanderung

Die Teilnahme an allen Wanderungen erfolgt auf eigene Verantwortung.

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