

SENIORENBOERSE

Rumfordstraße 25, 80469 München
Tel.: (089) 29 16 24 77 Fax: (089) 29 16 24 78
E-Mail: info@muenchner-seniorenboerse.de
Homepage: www.muenchner-seniorenboerse.de

Senioren für Senioren
Für Frauen und Männer

Büro-Öffnungszeiten:
Mo bis Do 11.00 – 16.00 Uhr
Freitag 11.00 – 14.00 Uhr

Wanderungen im April, Mai und Juni 2023

Die Zahl der Teilnehmerinnen und Teilnehmer ist begrenzt und eine **ANMELDUNG IMMER ERFORDERLICH.**

Veranstaltungen siehe Beiblatt oder <https://www.muenchner-seniorenboerse.de/programm>

April * April * April

- Mo. 03.04. 08.30 Treff **Wanderausflüge.** Tagesausflüge zu besonderen Zielen mit gemeinsamer Besichtigung und entspanntem Wandern. Leitung: Heidrun Essig. Abensberg Ostermarkt. Dauer: 12–13 Stunden. Notf.-Tel.: 01577/312 57 57. Infos in SB oder online
- Sa 15.04. 10.30 Treff **Spaziergänge durch Münchner Parks:** Botanischer Garten. Leitung: Hannelore Haus-Seuffert. Treff: 10.30 Uhr am Eingang Botanischer Garten, München-Nymphenburg. Kosten: Eintritt € 4,-. Einkehr: Metzgerwirt. Tel. f. Notfälle: 0176/21 54 07 78
- Di 18.04. 09.50 Treff **Gemeinsam Wandern.** Leitung: Traudl Berg. Zum Bärlauchpflücken, von Starnberg zur Roseninsel, 10 km, 150 Hm. Brotzeit mitnehmen. Treff: 9.50 Uhr, Bf Pasing, am Stehcafé Yorma's. Abf.: 10.05 Uhr mit RB. Kosten: € 4,- zzgl. MVV-Zonen 1–3. Notf.-Tel.: 0175/112 98 62
- Mi 19.04. 08.30 Treff **S-Bahn-Wandern (S3).** Leitung: Anke Würfel. Egling – Puppling – Ascholding, 10–12 km. Einkehr in Ascholding. Treff: 8.30 Uhr, Karlsplatz, Stachus Passagen vor Central Apotheke. Abf.: 8.45 Uhr mit S3 Richtung Ostbf. Kosten: € 4,- zzgl. MVV-Zonen 1–3. Wanderschuhe erforderlich! Notf.-Tel.: 0162/744 73 16
- Mo 24.04. 09.50 Treff **Gemeinsam Wandern.** Leitung: Traudl Berg. Zum Bärlauchpflücken, von Starnberg zur Roseninsel, 10 km, 150 Hm. Brotzeit mitnehmen. Treff: 9.50 Uhr, Bf Pasing, am Stehcafé Yorma's. Abf.: 10.05 Uhr mit RB. Kosten: € 4,- zzgl. MVV-Zonen 1–3. Notf.-Tel.: 0175/112 98 62
- Di 25.04. 10.00 Treff **Wandern rund um München.** Leitung: Ingrid Goebel. Durch die Fröttmaninger Heide. Rundwanderung. Ca. 14 km. Abkürzung möglich. Einkehr in Oberschleißheim. Treff: 10.00 Uhr, U-Bahn-Hst. Fröttmaning (U 6) am Bahnsteig in Fahrtrichtung hinten. Zone M oder Streifenkarte wird vorausgesetzt. Kosten: € 4,-. Notf.-Tel.: 0151/42 85 92 37
- Mi 26.04. 08.15 Treff **S-Bahn-Wandern.** Leitung: Anke Würfel. Peißenberg – Säulenhalle – Polling, 10–12 km. Einkehr in Polling. Treff: 8.15 Uhr, Mü Hbf. Gleis 28, Abfahrt 8.32 Uhr, Kosten: € 4,- zzgl. Bayern-Ticket. Notf.-Tel.: 0162/744 73 16

Mai * Mai * Mai

- Mi 03.05. 10.00 Treff **7–9 km Gemütlich Wandern.** Ltg.: H. Essig. Schöngeising – Kloster Fürstenfeld. Kosten: € 4,-. Notf.-Tel.: 01577/312 57 57. Infos SB o. online
- Do 04.05. 08.15 Treff **Bergwanderung.** Leitung: Christa Neukirchinger & Jürgen Bernhard. Von Oberammergau auf den Großen Aufacker (1.542 m). Ca. 5,5 Std., ca. 690 Hm. Brotzeit & Getränk für den Gipfel. Einkehr erst in Oberammergau möglich. Feste Wanderschuhe mit guter Profilssole obligatorisch, Stöcke empfohlen. Treff: 8.15 Uhr, Mü Hbf., BRB-Schalter. Kosten: € 5,- zzgl. Werdenfels-Ticket. Notf.-Tel.: 0172/149 00 45 o. 0151/50 28 61 24
- Fr 05.05. 09.00 Treff **6 km Spazierend Wandern.** Ltg.: H. Essig. Garmisch: Kramerplateauweg-West. Kosten: € 4,-. Notf.-Tel.: 01577/312 57 57. Infos SB oder online
- Fr 12.05. 08.15 Treff **S-Bahn-Wandern (RB 6).** Leitung: Anke Würfel. Buckelwiesen Mittenwald, 12–14 km. Einkehr am Tennsee. Treff: 8.15 Uhr, Mü Hbf. Gleis 27-28, Abf.: 8.32 Uhr. Kosten: € 4,- zzgl. Bayern-Ticket. Notf.-Tel.: 0162/744 73 16
- Fr 12.05. 10.00 Treff **6 km Spazierend Wandern.** Ltg.: Heidrun Essig. Grafrath: Forstl. Versuchsgarten. Kosten: € 4,-. Notf.-Tel.: 01577/312 57 57. Infos SB o. online
- Sa 13.05. 10.30 Treff **Spaziergänge durch Münchner Parks:** Städtischer Rosengarten. Leitung: Hannelore Haus-Seuffert. Treff: 10.30 Uhr auf Ludwigsbrücke vor dem Deutschen Museum. Einkehr: Giesinger Garten. Rückfahrt vom U-Bahnhof Candidplatz. Tel. f. Notfälle: 0176/21 54 07 78
- Mi 17.05. 10.00 Treff **7–9 km Gemütlich Wandern.** Ltg.: Heidrun Essig. Fröttmaning – Isar – Ismaning. Kosten: € 4,-. Notf.-Tel.: 01577/312 57 57. Infos SB o. online
- Mo 22.05. 08.15 Treff **Wanderausflüge.** Ltg.: Heidrun Essig. Wiesent: Nepal-Himalaya-Park. Ca. 12–13 Std. Notf.-Tel.: 01577/312 57 57. Infos in SB oder online
- Mo 22.05. 08.20 Treff **Gemeinsam Wandern.** Leitung: Traudl Berg. Von Farchant zum Pflegersee und Garmisch, 11 km, 250 Hm. Einkehr: Gasthof am Pflegersee. Treff: 8.20 Uhr, Bf Pasing, am Stehcafé Yorma's. Abf.: 8.39 Uhr bis Farchant. Kosten: € 4,- zzgl. Bayern-Ticket. Notf.-Tel.: 0175/112 98 62
- Mi 24.05. 08.50 Treff **Gemeinsam Wandern.** Leitung: Traudl Berg. Von Seeshaupt um die Osterseen, 13 km. Brotzeit mitnehmen. Treff: 8.50 Uhr, Bf Pasing, am Stehcafé Yorma's. Abf.: 9.06 Uhr mit RB bis Seeshaupt. Kosten: € 4,- zzgl. Bayern-Ticket. Notf.-Tel.: 0175/112 98 62
- Fr 26.05. 09.00 Treff **6 km Spazierend Wandern.** Ltg.: Heidrun Essig. Oberammergau – Kloster Ettal. Kosten: € 4,-. Notf.-Tel.: 01577/312 57 57. Infos SB oder online
- Fr 26.05. 09.00 Treff **S-Bahn-Wandern (S7).** Leitung: Anke Würfel. Degerndorf – Eurasburg – Beuerberg, 10–12 km. Einkehr in Beuerberg. Treff: 9.00 Uhr, Karlsplatz, Stachus Passagen vor Central Apotheke, Abf.: 9.12 Uhr mit S7 Ri. Wolfratshausen. Kosten: € 4,- zzgl. MVV-Ticket, Zonen 1–5. Wanderschuhe erforderlich, evtl. Stöcke. Notf.-Tel.: 0162/744 73 16
- Di 30.05. 10.00 Treff **Wandern rund um München.** Leitung: Ingrid Goebel. Durchs Ayingener Bauernland. Rundwanderung. Ca. 14 km. Abkürzung möglich. Einkehr in Peiß. Treff: 10.00 Uhr, S-Bahnsteig Marienplatz. Abf. 10.11 Uhr, S7 Richtung Aying in Fahrtrichtung vorne. Zone M wird vorausgesetzt. Kosten: € 4,- zzgl. MVV-Außenraumticket, Zonen 1–2. Notf.-Tel.: 0151/42 85 92 37
- Mi 31.05. 10.15 Treff **7–9 km Gemütlich Wandern.** Ltg.: H. Essig. Niederroth – Bumbaurhof – Markt Indersdorf. Kosten: € 4,-. Notf.-Tel.: 01577/312 57 57. Info in SB

Juni * Juni * Juni

- Sa 03.06. 09.30 Treff **Wanderausflüge.** Leitung: Heidrun Essig. Jexhof Bauernmuseum. Notf.-Tel.: 01577/312 57 57. Infos in SB oder online
- Mi 07.06. 08.50 Treff **Gemeinsam Wandern.** Leitung: Traudl Berg. Von Seeshaupt um die Osterseen, 13 km. Brotzeit mitnehmen. Treff: 8.50 Uhr, Bf Pasing, am Stehcafé Yorma's. Abf.: 9.06 Uhr mit RB bis Seeshaupt. Kosten: € 4,- zzgl. Bayern-Ticket. Notf.-Tel.: 0175/112 98 62
- Fr 09.06. 08.45 Treff **S-Bahn-Wandern (RB 55).** Leitung: Anke Würfel. Rundweg: Spitzingsee – Albert-Link-Hütte, 12–14 km, gute Wege. Einkehr: Albert-Link-Hütte, Treff: 8.45 Uhr, Mü Hbf. Gleis 30–36, Abf. 9.04 Uhr. Kosten: € 4,- zzgl. Bayern-Ticket. Notf.-Tel.: 0162/744 73 16
- Fr 09.06. 10.00 Treff **6 km Spazierend Wandern.** Ltg.: Heidrun Essig. Menterschwaige – Perlacher Forst. Kosten: € 4,-. Notf.-Tel.: 01577/312 57 57. Info SB o. online
- Sa 10.06. 10.30 Treff **Spaziergänge durch Münchner Parks:** Ostpark. Leitung: Hannelore Haus-Seuffert. Treff: 10.30 Uhr, U-Bahn-Station Michaelibad am Gleis. Einkehr: Michaeligarten. Tel. f. Notfälle: 0176/21 54 07 78
- Di 13.06. 08.15 Treff **Bergwanderung.** Leitung: Christa Neukirchinger & Jürgen Bernhard. Von Mittenwald (910 m) auf die Brunnsteinhütte (1.523 m). Ca. 6 Std., ca. 700 Hm. Kleine Brotzeit für unterwegs. Einkehr auf der Brunnsteinhütte. Feste Wanderschuhe mit guter Profilssole obligatorisch, Stöcke empfohlen. Treff: 8.15 Uhr, Mü Hbf., BRB-Schalter. Kosten: € 5,- zzgl. Werdenfels-Ticket. Notf.-Tel.: 0172/149 00 45 oder 0151/50 28 61 24
- Mi 14.06. 09.30 Treff **7–9 km Gemütlich Wandern.** Leitung: Heidrun Essig. Tegernseer Höhenweg. Kosten: € 4,-. Notf.-Tel.: 01577/312 57 57. Infos in SB oder online
- Mi 21.06. 08.45 Treff **S-Bahn-Wandern.** Leitung: Anke Würfel. Aidlinger Höhe, ca. 12 km, gute Wege, aber z.T. bergauf. Wanderschuhe erforderlich. Brotzeit mitnehmen, Einkehr zum Schluss. Treff: 8.45 Uhr, Hbf. Gleis 27–28, Abf.: 9.00 Uhr. Kosten: € 4,- zzgl. Bayern-Ticket. Notf.-Tel.: 0162/744 73 16
- Fr 23.06. 09.00 Treff **6 km Spazierend Wandern.** Ltg.: Heidrun Essig. Garmisch: 2-Gipfel mit Seilbahn. Kosten: € 4,-. Notf.-Tel.: 01577/312 57 57. Info in SB o. online
- Di 27.06. 10.00 Treff **Wandern rund um München.** Leitung: Ingrid Goebel. Durch das Naturschutzgebiet Pupplinger Au. Rundwanderung. Ca. 14 km. Abkürzung möglich. Einkehr in Wolfratshausen. Treff: 10.00 Uhr, S-Bahnsteig Marienplatz. Abf.: 10.10 Uhr, S7 Richtung Wolfratshausen in Fahrtrichtung vorne. Zone M wird vorausgesetzt. Kosten: € 4,- zzgl. MVV-Außenraumticket, Zonen 1–2. Notf.-Tel.: 0151/42 85 92 37
- Mi 28.06. 08.20 Treff **Gemeinsam Wandern.** Leitung: Traudl Berg. Von Farchant zum Pflegersee und Garmisch, 11 km, 250 Hm. Einkehr: Gasthof am Pflegersee. Treff: 8.20 Uhr, Bf Pasing, am Stehcafé Yorma's. Abf.: 8.39 Uhr bis Farchant. Kosten: € 4,- zzgl. Bayern-Ticket. Notf.-Tel.: 0175/112 98 62
- Fr 30.06. 09.45 Treff **6 km Spazierend Wandern.** Ltg.: H. Essig. Possenhofen – Starnberger See. Kosten: € 4,-. Notf.-Tel.: 01577/312 57 57. Infos in SB oder online

Die Teilnahme an allen Wanderungen ist eigenverantwortlich!

Die Münchner Seniorenboerse wird gefördert und unterstützt von:



Landeshauptstadt München
Sozialreferat



Verein für Fraueninteressen e.V.
Altheimer Eck 13
80331 München



DER PARITÄTISCHE
UNSER SPITZENVERBAND

