

# 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

## 6 km Spazierend Wandern mit Heidrun Essig

Wir unternehmen *gemeinsam* leichtere Tagestouren in gemäßigtem Tempo mit ca. 12 Teilnehmern ca. 6 km / 2-3 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.**

- (A) **Freitag 13.10.23**  
Treff 9 Uhr am  
Hbf Starnberger Bhf  
vor dem Ticketschalter  
!!! insg. 10-12 Std !!!  
**Alpspitz-Kreuzeck-Bergtour** - 150 Hm, teils steil (Stöcke !!)  
mit Seilbahn rauf und runter.  
**Einkehr: Brotzeit** & Einkehr auf der Alm, ca. 15 Uhr.  
**Kosten:** € 4 (mit Deutschland-Ticket) zzgl. Seilbahn-Fahrten € 35-40.
- (B) **Freitag 20.10.23**  
Treff 10 Uhr am  
Hbf Starnberger Bhf  
vor dem Ticketschalter  
!!! insg. 10-12 Std !!!  
**Kramerplateauweg** - 160 Hm (Stöcke !!)  
**Einkehr:** Windbeutelalm nach 3 km, 14 Uhr.  
**Kosten:** € 4 (mit Deutschland-Ticket).
- (C) **Freitag 3.11.23**  
Treff 10.30 Uhr am  
Stachus siehe oben  
**Stockdorf-Gauting**  
**Einkehr:** Gennaro Saletti nach 4 km, 13.30 Uhr.  
**Kosten:** € 4 (Zone M mitbringen).
- (D) **Freitag 17.11.23**  
Treff 9.30 Uhr am  
Hbf Starnberger Bhf  
vor dem Ticketschalter  
**Iffeldorf Rundweg**  
**Einkehr:** Waldhaus am Fohnsee nach 4 km, 13 Uhr.  
**Kosten:** € 4 (mit Deutschland-Ticket).
- (E) **Freitag 24.11.23**  
Treff 9.30 Uhr Ostbhf  
unten vorm Bäcker  
Rischart  
**Wasserburg mit Xmas-Markt**  
**Einkehr:** in der Innenstadt nach 3,5 km, 13 Uhr.  
**Kosten:** € 4 zzgl. Ticket Zonen 1-5 (Zone M mitbringen) & BusTicket.
- (F) **Donnerstag 7.12.23**  
Treff 10.30 Uhr Hbf  
vor den Gleisen 18 & 19  
!!! insg. 11-12 Std !!!  
**Salzburger Weihnachtsmärkte**  
**Einkehr:** in der Altstadt & auf den Christkindlmärkten.  
**Kosten:** 4 € (mit Deutschland-Ticket) & Tagesticket Öffis & Eintritt €7.
- (G) **Donnerstag 14.12.23**  
Treff 10 Uhr Hbf  
vor den Gleisen 18 & 19  
!!! insg. 11-12 Std !!!  
**Landshut mit Xmas-Markt** - 125 Hm (evtl. Stöcke !!)  
**Einkehr:** Burgschänke nach 1 km, 12 Uhr.  
**Kosten:** € 4 (mit Deutschland-Ticket).
- (H) **Freitag 22.12.23**  
Treff 10.30 Uhr am  
Stachus siehe oben  
**Weihnachtsessen & -Markt in München**  
**Einkehr:** Restaurant nach 3 km, 13 Uhr; später Xmas-Marktstandl.  
**Kosten:** € 4 (Zone M mitbringen).

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

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