

SENIORENBOERSE

Rumfordstraße 25, 80469 München
Tel.: (089) 29 16 24 77
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 Januar, Februar und März 2025

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

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

Ausrüstung für alle Wanderungen: Getränk, kleine Brotzeit, feste Schuhe, Regenschutz, Stöcke und Spikes/Grödeln (bei Bedarf)

Januar * Januar * Januar

- Fr 03.01. 09.10 Treff **S-Bahn-Wandern (S6)**. Leitung: Anke Würfel. Münsing – Ambach, 8 km. Einkehr zum Schluss. Treff: 9.10 Uhr, Karlsplatz, Stachus Passagen vor Central Apotheke. Abf.: 9.21 Uhr mit S6 Richtung Tutzing. Teilnahme mit eigener Fahrkarte. Kosten: € 4,-. Notf.-Tel.: 0162/744 73 16
- Fr 03.01. 11.00 Treff **6 km Langsam Spazierend Wandern**. Leitung: Heidrun Essig. Buchenau – Amper – Kloster Fürstenfeldbruck – Bahnhof. Mit Einkehr. Treff: 11.00 Uhr, Stachus, zwischen Brunnen & McDonald's. Kosten: € 4,- zzgl. MVV-Ticket Zonen M–2
- Do 09.01. 10.45 Treff **7–9 km Gemütlich Wandern**. Leitung: Heidrun Essig. Buchenau – Amper – Kloster Fürstenfeldbruck – Bahnhof. 8 km. Mit Einkehr. Treff: 10.45 Uhr, Stachus, zwischen Brunnen & McDonald's. Kosten: € 4,- zzgl. MVV-Ticket Zonen M–2
- Fr 10.01. 08.30 Treff **Gemeinsam Wandern**. Leitung: Traudl Berg. Von Garmisch zur Pfeiffer Alm und zurück. 10 km, 250 Hm rauf und runter. Einkehr: Pfeiffer Alm. Treff: 8.30 Uhr, Bf Pasing, am Stehcafé Yorma's. Abf.: 8.42 Uhr Ri Garmisch, Gleis 4. Kosten: € 4,- zzgl. DB-Ticket. Notf.-Tel.: 0175/112 98 62
- Di 14.01. 10.05 Treff **Gemeinsam Wandern**. Leitung: Traudl Berg. Von Herrsching zum Kloster Andechs und zurück. 9 km, 200 Hm. Einkehr: Bräustüberl Andechs. Treff: 10.05 Uhr, Bf Pasing, am Stehcafé Yorma's. Abf.: 10.15 Uhr mit S8. Kosten: € 4,- zzgl. MVV-Ticket. Notf.-Tel.: 0175/112 98 62
- Mi 15.01. 08.30 Treff **Gemeinsam Wandern**. Leitung: Traudl Berg. Rund um den Eibsee. 9 km, 100 Hm. Einkehr: am Eibsee. Treff: 8.30 Uhr, Bf Pasing, am Stehcafé Yorma's. Abf.: 8.42 Uhr, Richtung Garmisch, Gleis 4. Kosten: € 4,- zzgl. Zugspitzbahn € 8,- zzgl. DB-Ticket. Notf.-Tel.: 0175/112 98 62
- Fr 17.01. 11.00 Treff **6 km Langsam Spazierend Wandern**. Leitung: Heidrun Essig. Stadtwanderung. Hirschgarten – Nymphenburger Park & Kanal. Mit Einkehr. Treff: 11.00 Uhr, Stachus, zwischen Brunnen & McDonald's. Kosten: € 4,- zzgl. MVV-Ticket Zone M
- Mi 22.01. 11.00 Treff **7–9 km Gemütlich Wandern**. Leitung: Heidrun Essig. Stadtwanderung. Heimeranplatz – Hackerbrücke – Laim. 8,5 km. Mit Einkehr. Treff: 11.00 Uhr, Stachus, zwischen Brunnen & McDonald's. Kosten: € 4,- zzgl. MVV-Ticket Zone M
- Fr 24.01. 09.40 Treff **S-Bahn-Wandern (S8)**. Leitung: Anke Würfel. Unterföhring – Ismaning, 8 km. Einkehr zum Schluss. Treff: 9.40 Uhr, Karlsplatz, Stachus Passagen vor Central Apotheke. Abf.: 9.55 Uhr mit S8 Ri. Flughafen. Teilnahme mit eigener Fahrkarte. Kosten: € 4,-. Notf.-Tel.: 0162/7447316
- Di 28.01. 10.00 Treff **Wandern rund um München**. Leitung: Ingrid Goebel. An der winterlichen Isar aufwärts nach Buchenhain. 14 km. Einkehr: Waldgasthof Buchenhain. Treff: 10.00 Uhr, Isar-Eingang Tierpark. Erreichbar mit U3, U-Bahn-Hst Thalkirchen (Tierpark). Teilnahme mit eigener Fahrkarte. Kosten: € 4,-. Notf.-Tel.: 0151/42 85 92 37
- Do 30.01. 10.15 Treff **Gemeinsam Wandern**. Leitung: Traudl Berg. Von Pasing über Gräfelfing nach Lochham. 10 km. Einkehr: in Gräfelfing. Treff: 10.15 Uhr, Bf Pasing, am Stehcafé Yorma's. Kosten: € 4,-. Notf.-Tel.: 0175/112 98 62
- Fr 31.01. 08.30 Treff **Gemeinsam Wandern**. Leitung: Traudl Berg. Von Garmisch zur Pfeiffer Alm und zurück. 10 km, 250 Hm rauf und runter. Einkehr: Pfeiffer Alm. Treff: 8.30 Uhr, Bf Pasing, am Stehcafé Yorma's. Abf.: 8.42 Uhr Richtung Garmisch, Gleis 4. Kosten: € 4,- zzgl. DB-Ticket. Notf.-Tel.: 0175/112 98 62
- Fr 31.01. 11.00 Treff **6 km Langsam Spazierend Wandern**. Leitung: Heidrun Essig. Stadtwanderung. Friedensengel – Isar – nördlicher Englischer Garten – St. Emmeram. Mit Einkehr. Treff: 11.00 Uhr, Stachus, zwischen Brunnen & McDonald's. Kosten: € 4,- zzgl. MVV-Ticket Zone M

Februar * Februar * Februar

- Mo 03.02. 08.30 Treff **Gemeinsam Wandern**. Leitung: Traudl Berg. Rund um den Eibsee. 9 km, 100 Hm. Einkehr: am Eibsee. Treff: 8.30 Uhr, Bf Pasing, am Stehcafé Yorma's. Abf.: 8.42 Uhr, Richtung Garmisch, Gleis 4. Kosten: € 4,- zzgl. Zugspitzbahn € 8,- zzgl. DB-Ticket. Notf.-Tel.: 0175/112 98 62
- Mi 05.02. 11.00 Treff **7–9 km Gemütlich Wandern**. Leitung: Heidrun Essig. Stadtwanderung. Universität – südlicher & nördlicher Englischer Garten – St. Emmeram. 8,5 km. Mit Einkehr. Treff: 11.00 Uhr, Stachus, zwischen Brunnen & McDonald's. Kosten: € 4,- zzgl. MVV-Ticket Zone M
- Fr 07.02. 09.45 Treff **S-Bahn-Wandern (RB)**. Leitung: Anke Würfel. Augsburg mit Stadtführung. Einkehr in Augsburg. Treff: 9.45 Uhr, Mü Hbf. Gleis 16, Abf. 9.55 Uhr RB 86/87 Ri. Dinkelscherben. Kosten: € 4,- & Führung € 6,-. Teilnahme mit eigener Fahrkarte. Notf.-Tel.: 0162/744 73 16
- Fr 14.02. 09.15 Treff **Bergtour**. Leitung: Veronika Albert. Von Bad Wiessee zur Aueralm (1.266 m) und zurück. 4,5 Std., 500 Hm, 11 km. Brotzeit, Getränke und Sonnencreme mitnehmen. Einkehr: Almgaststätte Aueralm. Feste Wanderschuhe mit guter Profilsohle & Stöcke. Bei Schnee mit Grödeln. Treff: 9.15 Uhr, Mü. Hbf. Gleis 34. Abf.: 9.26 Uhr RB 57 Ri. Tegernsee. Teilnahme mit eigener Fahrkarte. Kosten: € 5,-. Notf.-Tel.: 01577/682 87 85
- Fr 14.02. 11.00 Treff **6 km Langsam Spazierend Wandern**. Leitung: Heidrun Essig. Botanischer Garten, Rundweg, inkl. Schaugewächshäuser. Mit Einkehr. Treff: 11.00 Uhr, Stachus, zwischen Brunnen & McDonald's. Kosten: € 4,- zzgl. MVV-Ticket Zone M
- Fr 21.02. 09.30 Treff **S-Bahn-Wandern (S8)**. Leitung: Anke Würfel. Erling – Pähl, 8 km. Einkehr zum Schluss in Pähl. Treff: 9.30 Uhr, Karlsplatz, Stachus Passagen vor Central Apotheke. Abf.: 9.42 Uhr mit S8 Ri. Herrsching. Teilnahme mit eigener Fahrkarte. Kosten: € 4,-. Notf.-Tel.: 0162/744 73 16
- Di 25.02. 11.00 Treff **7–9 km Gemütlich Wandern**. Leitung: Heidrun Essig. Stadtwanderung. Olympiapark West – verschiedene Parks – Petuelring. 8,5 km. 75 Hm auf & ab. Mit Einkehr. Treff: 11.00 Uhr, Stachus, zwischen Brunnen & McDonald's. Kosten: € 4,- zzgl. MVV-Ticket Zone M
- Di 25.02. 10.00 Treff **Wandern rund um München**. Leitung: Ingrid Goebel. Winterrundwanderung vom Hasenberg über die Panzerwiese nach Oberschleißheim. 12 km. Einkehr: Schlosswirtschaft. Treff: 10.00 Uhr, U-Bahnhof Dülferstr. (U2), auf dem Bahnsteig unten stadtauswärts. Teilnahme mit eigener Fahrkarte. Kosten: € 4,-. Notf.-Tel.: 0151/42 85 92 37
- Do 27.02. 08.30 Treff **Gemeinsam Wandern**. Leitung: Traudl Berg. Von Garmisch zur Pfeiffer Alm und zurück. 10 km, 250 Hm rauf und runter. Einkehr: Pfeiffer Alm. Treff: 8.30 Uhr, Bf Pasing, am Stehcafé Yorma's. Abf.: 8.42 Uhr Richtung Garmisch, Gleis 4. Kosten: € 4,- zzgl. DB-Ticket. Notf.-Tel.: 0175/112 98 62
- Fr 28.02. 10.05 Treff **Gemeinsam Wandern**. Leitung: Traudl Berg. Von Herrsching zum Kloster Andechs und zurück. 9 km, 200 Hm. Einkehr: Bräustüberl Andechs. Treff: 10.05 Uhr, Bf Pasing, am Stehcafé Yorma's. Abf.: 10.15 Uhr mit S8. Kosten: € 4,- zzgl. MVV-Ticket. Notf.-Tel.: 0175/112 98 62
- Fr 28.02. 11.00 Treff **6 km Langsam Spazierend Wandern**. Leitung: Heidrun Essig. Stadtwanderung. Hohenzollernplatz – verschiedene Parks – Am Hart/Harthof. Mit Einkehr. Treff: 11.00 Uhr, Stachus, zwischen Brunnen & McDonald's. Kosten: € 4,- zzgl. MVV-Ticket Zone M

Für MÄRZ bitte wenden

März * März * März

- Fr 07.03. 09.15 Treff **S-Bahn-Wandern (RB)**. Leitung: Anke Würfel. Weilheim – Polling. STOA Säulenhalle. 8 km. Treff: 9.15 Uhr, Mü Hbf. Gleis 29, Abf. 9.32 Uhr RB 6 Ri. Garmisch. Einkehr in Polling. Kosten: € 4,-. Teilnahme mit eigener Fahrkarte. Notf.-Tel.: 0162/744 73 16
- Fr 14.03. 10.45 Treff **6 km Langsam Spazierend Wandern**. Leitung: Heidrun Essig. Baierbrunn – Buchenhain – Höllriegelskreuth. 115 Hm auf, 145 Hm ab. Mit Einkehr. Treff: 10.45 Uhr, Mü Hbf. vor Gleisen 18/19 in der Bahnsteighalle. Kosten: € 4,- zzgl. MVV-Ticket Zonen M-1
- Di 18.03. 08.20 Treff **Gemeinsam Wandern**. Leitung: Traudl Berg. Fahrt auf die Zugspitze, 2.962 m ü. NHN. Einkehr: Zugspitze. Treff: 8.20 Uhr, Bf Pasing, am Stehcafé Yorma's. Abf.: 8.42 Uhr, Richtung Garmisch, Gleis 4. Kosten: € 4,- zzgl. Zugspitze-Ticket € 66,- zzgl. DB-Ticket. Notf.-Tel.: 0175/112 98 62
- Mi 19.03. 10.05 Treff **Gemeinsam Wandern**. Leitung: Traudl Berg. Von Herrsching zum Kloster Andechs und zurück. 9 km, 200 Hm. Einkehr: Bräustüberl Andechs. Treff: 10.05 Uhr, Bf Pasing, am Stehcafé Yorma's. Abf.: 10.15 Uhr mit S8. Kosten: € 4,- zzgl. MVV-Ticket. Notf.-Tel.: 0175/112 98 62
- Mi 19.03. 10.45 Treff **7-9 km Gemütlich Wandern**. Leitung: Heidrun Essig. Baierbrunn – Buchenhain – Pullach. 8 km, 125 Hm auf, 170 Hm ab. Mit Einkehr. Treff: 10.45 Uhr, Mü Hbf. vor Gleisen 18/19 in der Bahnsteighalle. Kosten: € 4,- zzgl. MVV-Ticket Zonen M-1
- Fr 21.03. 09.30 Treff **S-Bahn-Wandern (S8)**. Leitung: Anke Würfel. Weißling – Steinebach, 8 km. Einkehr beim Sepperlwirt in Meiling. Treff: 9.30 Uhr, Karlsplatz, Stachus Passagen vor Central Apotheke. Abf.: 9.42 Uhr mit S8 Ri. Herrsching. Teilnahme mit eigener Fahrkarte. Kosten: € 4,-. Notf.-Tel.: 0162/744 73 16
- Di 25.03. 10.00 Treff **Wandern rund um München**. Leitung: Ingrid Goebel. Frühlingswanderung vom Olympiadorf bis nach Allach und je nach Wetter weiter. 12 km. Einkehr in Allach möglich. Treff: 10.00 Uhr, U-Bahnhof Olympiazentrum (U3/U8) in Fahrtrichtung hinten oben. Teilnahme mit eigener Fahrkarte. Kosten: € 4,-. Notf.-Tel.: 0151/42 85 92 37
- Do 27.03. 07.40 Treff **Gemeinsam Wandern**. Leitung: Traudl Berg. Bergwanderung im Kaisergebirge, u.a. auf dem Schneerosenweg. 14 km, 700 Hm rauf und runter. Für geübte Bergwanderinnen und Bergwanderer. Teilnahme mit Grödeln und Stöcken. Einkehr: Berghaus Aschenbrenner. Treff: 7.40 Uhr, Mü Ostbahnhof Gleis 8 bei „C“. Abf.: 7.50 Uhr mit Zug bis Kufstein. Kosten: € 4,- zzgl. DB-Ticket. Notf.-Tel.: 0175/112 98 62
- Fr 28.03. 10.15 Treff **Gemeinsam Wandern**. Leitung: Traudl Berg. Von Pasing über Gräfelfing nach Lochham. 10 km. Einkehr: in Gräfelfing. Treff: 10.15 Uhr, Bf Pasing, am Stehcafé Yorma's. Kosten: € 4,-. Notf.-Tel.: 0175/112 98 62
- Fr 28.03. 11.00 Treff **6 km Langsam Spazierend Wandern**. Leitung: Heidrun Essig. Unterföhring – Feringasee Rundweg. Mit Einkehr. Treff: 11.00 Uhr, Stachus, zwischen Brunnen & McDonald's. Kosten: € 4,- zzgl. MVV-Ticket Zone M

Die Teilnahme an allen Wanderungen ist eigenverantwortlich!

Die Münchner Seniorenbörse wird gefördert und unterstützt von:



Landeshauptstadt München
Sozialreferat



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



DER PARITÄTISCHE
UNSER SPITZENVERBAND