

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 einigen Pausen

mit ca. 12-15 Teilnehmern bis 300 Hm / 4-5 Std. reine Gehzeit, mit MVV oder DB.

Während einer langen Pause (mind. 1,5 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 Schnee & Bedarf).

Spikes bei nächtlichen Minusgraden bzw. Schnee am Wanderort,

(gerne abends vorher bei Heidrun anrufen)

Anmeldung & RECHTZEITIGE Absage - auch von der Warteliste - in der Seniorenbörse

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

- | | |
|--|---|
| (1) Mittwoch 25.02.26
Treff 10 Uhr am
Stachus siehe oben | <u>Seefeld-Hechendorf SBf - Wörthsee - Rundweg</u> - 8,6 km, 100 Hm auf & ab
Vom Bhf. runter zum & entlang des Sees und über Felder rauf zum Bhf.
Einkehr: Augustiner am Wörthsee nach 4,9 km, 13 Uhr.
Hinfahrt: S8 10.22-11.08; Rückfahrt: S8 16.10 / .30 / .50 stdl.
Kosten: € 5 (zzgl. Ticket Zone M-2). |
| (2) Mittwoch 11.03.26
Treff 10.30 Uhr am
Stachus siehe oben | <u>Stockdorf - Würm - Gauting - Stockdorf Rundweg</u> - 8,7 km
An der Würm entlang bis Gauting und auf der anderen Seite durch den
Kreuzlinger Forst zurück nach Stockdorf.
Einkehr: Griech. Rest. Mythos nach 4,2 km, 13 Uhr.
Hinfahrt: S6 10.48-11.13; Rückfahrt: S6 16.05 / .25 / .45 stdl.
Kosten: € 5 (zzgl. Ticket Zone M-1). |

Kürzere Varianten aller Ziele gibt es bei 5-6 km Langsam Spazierend Wandern

Die Teilnahme an allen Wanderungen erfolgt auf eigene Verantwortung.

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