

## Beratungsstellen der Pro Senectute Aargau

### Bezirk Aarau

Bachstrasse 111, 5000 Aarau  
Telefon 062 837 50 40  
aarau@ag.prosenectute.ch

### Bezirk Baden

Bahnhofstrasse 40, 5400 Baden  
Telefon 056 203 40 80  
baden@ag.prosenectute.ch

### Bezirk Bremgarten

Alte Bahnhofstrasse 7, 5610 Wohlen  
Telefon 056 622 75 12  
bremgarten@ag.prosenectute.ch

### Bezirk Brugg

Neumarkt 1, 5200 Brugg  
Telefon 056 441 06 54  
brugg@ag.prosenectute.ch

### Bezirk Kulm

Hauptstrasse 60, 5734 Reinach  
Telefon 062 771 09 04  
kulm@ag.prosenectute.ch

### Bezirk Laufenburg

Widengasse 5, 5070 Frick  
Telefon 062 871 37 14  
laufenburg@ag.prosenectute.ch

### Bezirk Lenzburg

Burghaldenstrasse 19, 5600 Lenzburg  
Telefon 062 891 77 66  
lenzburg@ag.prosenectute.ch

### Bezirk Muri

Luzernerstrasse 16, 5630 Muri  
Telefon 056 664 35 77  
muri@ag.prosenectute.ch

### Bezirk Rheinfelden

Bahnhofstrasse 26, 4310 Rheinfelden  
Telefon 061 831 22 70  
rheinfelden@ag.prosenectute.ch

### Bezirk Zofingen

Vordere Hauptgasse 21, 4800 Zofingen  
Telefon 062 752 21 61  
zofingen@ag.prosenectute.ch

### Bezirk Zurzach

Baslerstrasse 2 A, 5330 Bad Zurzach  
Telefon 056 249 13 30  
zurzach@ag.prosenectute.ch

## Pro Senectute Aargau

Geschäftsstelle  
Suhrenmattstrasse 29  
5035 Unterentfelden

Telefon 062 837 50 70  
Fax 062 837 50 71

info@ag.prosenectute.ch  
www.ag.prosenectute.ch  
Postkonto 50-1012-0  
IBAN CH97 0900 0000 5000 1012 0



**PRO  
SENECTUTE**  
GEMEINSAM STÄRKER



# Schneeschuhtouren

## Bezirk Zofingen

Winter 2024



**Aargau**  
ag.prosenectute.ch

# Allgemeine Informationen

<b>Touren</b>	Ganztagesanlässe mit 2.5 bis 4.5 Stunden Marschzeit
<b>Leistungsstufen</b>	Geniesser: kürzere, leichtere Touren Ambitionierte: längere, anspruchsvollere Touren
<b>Gruppen</b>	Minimale Teilnehmerzahl: 7 Personen Maximale Teilnehmerzahl: 15 Personen (inkl. Leitende)
<b>Durchführung</b>	Immer am Mittwoch gemäss Programm
<b>Publikationen</b>	Detailinformationen über die Tour erscheinen einige Tage im Voraus in der Tages- oder Lokalpresse, im Internet ( <a href="http://www.ag.prosenectute.ch">www.ag.prosenectute.ch</a> ) oder sind direkt bei der Tourenleitung erhältlich.
<b>Anmeldung</b>	Erforderlich ist eine Anmeldung mit Angabe des gewünschten Billetts (Halbtax oder GA) sowie der gewünschten Leistungsstufe bis spätestens Sonntagabend vor der Tour. Entweder online im Internet ( <a href="http://www.ag.prosenectute.ch">www.ag.prosenectute.ch</a> ) oder telefonisch bei der Tourenleitung.
<b>Durchführung</b>	Bei zweifelhafter Witterung oder ungünstigen Schneeverhältnissen gibt die Tourenleitung den angemeldeten Teilnehmenden am Vorabend per Mail Auskunft über die Durchführung.
<b>Treffpunkt, Zeit</b>	In der Regel am Bahnhof Zofingen: siehe Programm
<b>Teilnehmerbeitrag</b>	Schneeschuhtour: CHF 30.00 * * inkl. MwSt. Preisänderungen bleiben vorbehalten.
<b>Weitere Kosten</b>	Bahnbillette, Car- und Postautokosten sowie die Kosten für die Verpflegung gehen zu Lasten der Teilnehmenden. Die Tourenleitung organisiert ein Gruppenbillett.

<b>Ausrüstung</b>	Personalausweis, Notfallausweis, Halbtax oder GA. Warme Winterkleider (mehrere Schichten, vorzugsweise atmungsaktive Unterwäsche), Wanderschuhe, Handschuhe, Mütze, Sonnenbrille, Sonnencreme, Ersatzwäsche. Schneeschuhe und Skistöcke mit breiten Tellern.
<b>Verpflegung</b>	Getränke (vorzugsweise warm) und eine kleine Zwischenverpflegung sind mitzunehmen. Bei jeder Tour ist ein Restaurantbesuch eingeplant.
<b>Notfälle</b>	Tragen Sie persönliche Medikamente für Notfälle immer in einer Kleidungs- oder Aussentasche des Rucksacks mit sich, ebenso das Notfallblatt. Das Notfallblatt erhalten Sie bei Ihrer Beratungsstelle oder bei der Tourenleitung.
<b>Versicherung</b>	Ist Sache der Teilnehmenden.
<b>Informationen</b>	Für Frauen und Männer ab 60 Jahren.

Datum	Tour	Marschzeit	SG	Kilometer Höhenmeter	Treffpunkt	Besammlung Rückkehr	Leitung
<b>Mittwoch, 10.01.2024</b>	<b>Illgau: St. Karl</b> Geniesser: Oberer Altberg Ambitionierte: Ibergeregg	ca. 3 ½ Std. ca. 4 ¾ Std.	** ***	7 km, 400 hm 9 km, 600 hm	Bahnhof Zofingen	08.15 Uhr 20.00 Uhr	Megi Rüegger Beat Rüegger Andreas Bitz
<b>Mittwoch, 24.01.2024</b>	<b>Vollmondtour: Arnisee</b> Geniesser: Rundtour Vorder Arni Ambitionierte: mit Schlaufe Schwändli	ca. 2.5 Std. ca. 3.0 Std.	* **	5 km, 200 hm 7 km, 300 hm	Bahnhof Zofingen	11.15 Uhr 22.30 Uhr	Megi Rüegger Beat Rüegger Andreas Bitz
<b>Mittwoch, 07.02.2024</b>	<b>Simmental: Cheibehorn</b> Geniesser: Oberstockesee Ambitionierte: Cheibehorn	ca. 3 ½ Std. ca. 4 ¼ Std.	** ***	6 km, 450 hm 7 km, 550 hm	Bahnhof Zofingen	07.30 Uhr 20.30 Uhr	Beat Rüegger Megi Rüegger
<b>Mittwoch, 21.02.2024</b>	<b>Sörenberg: Schlund</b> Geniesser: Wagliseiboden Ambitionierte: Rischli	ca. 2.5 Std. ca. 3.5 Std.	* **	5 km, 450 hm 8 km, 500 hm	Bahnhof Zofingen	07.45 Uhr 18.00 Uhr	Hansruedi Wilhelm Bea Steinegger
<b>Mittwoch, 06.03.2024</b>	<b>Leukerberge: Jeizinen</b> Geniesser: Z'Opmisch Hubil Ambitionierte: Trächu Hittu	ca. 3.5 Std. ca. 4.5 Std.	* **	5 km, 350 hm 7 km, 500 hm	Bahnhof Zofingen	07.15 Uhr 19.30 Uhr	Andreas Bitz Hansruedi Wilhelm Bea Steinegger

Schwierigkeitsstufen (SG)	
*	<b>Leichte Schneeschuhtour</b> geringe Auf- und Abstiege; einfache Spurführung; keine speziellen Anforderungen
**	<b>Mittlere Schneeschuhtour</b> längere oder/und häufigere Auf- und Abstiege; in der Regel einfache Spurführung; keine speziellen Anforderungen
***	<b>Schwere Schneeschuhtour (Kondition)</b> längere und/oder häufigere Auf- und Abstiege, einfache bis mittelschwere Spurführung; in der Regel Trittsicherheit erforderlich

### Sportgruppenleitungen

Vorname	Name	Wohnort	Telefon	E-Mail
Andreas	Bitz	Lenzburg, Friedweg 16	079 832 53 75	ajbitz@bluewin.ch
Beat	Rüegger	Aarburg, Brüschoholzstrasse 12	079 686 58 48	beat.ruegger@fganet.ch
Megi	Rüegger	Aarburg, Brüschoholzstrasse 12	079 582 53 48	megi.ruegger@fganet.ch
Bea	Steinegger	Strengelbach, Waldrainweg 5	079 711 22 72	badle@bluewin.ch
Hansruedi	Wilhelm	Uerkheim, Neudorfstrasse 18	079 635 39 91	hr_wilhelm@bluewin.ch