

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

info@ag.prosenectute.ch

www.ag.prosenectute.ch

IBAN CH97 0900 0000 5000 1012 0



**PRO
SENECTUTE**

GEMEINSAM STÄRKER

RadSPORT Baden-Wettingen 2024



Aargau
ag.prosenectute.ch

Allgemeine Informationen

Touren	Halbtagestour: 20 - 45 Kilometer Tagestour: 46 - 85 Kilometer Spezialtour (Tagestour): 70 - 85 Kilometer
Stufen/Höhenmeter	Finden Sie detailliert auf dem Programmblatt oder im Internet unter www.ag.prosenectute.ch .
Gruppen	Mindestteilnehmerzahl: 5 Personen Bei grosser Teilnehmerzahl wird in mehreren, den Teilnehmern angepassten, Leistungsgruppen gefahren.
Radsporttag	Donnerstag
Publikationen	Detailinformationen über die Tour erscheinen einige Tage vor derselben in der Tages- oder Lokalpresse, im Internet (www.ag.prosenectute.ch/rad) oder sind direkt bei der Tourenleitung erhältlich.
Anmeldung	Gemäss Ausschreibung.
Durchführung	Bei zweifelhafter Witterung gibt die Tourenleitung am Vorabend über die Durchführung Auskunft. Bei einer Absage oder Verschiebung erfolgt eine Mitteilung im Internet (www.ag.prosenectute.ch/rad) und/oder eine Information per Mail.
Treffpunkt	Siehe Programmblatt
Teilnehmerbeitrag	Beziehen Sie Ihr Outdoor-Sportabonnement (12 Coupons zu CHF 60.00 bzw. 24 Coupons zu CHF 120.00 inkl. MwSt.) online unter www.ag.prosenectute.ch/shop . Halbtagestour: 2 Coupons Tagestour: 3 Coupons Spezialtour: gemäss Ausschreibung Preisänderungen bleiben vorbehalten.
Weitere Kosten	Bahnbillette, Cartransport, Verpflegung oder Ähnliches.

Ausrüstung	Personalausweis. Reserveschlauch, dem Schlauchventil entsprechende Luftpumpe, funktionelle Kleidung und geeignete Schuhe, Regenschutz und Velohandschuhe. Wir fahren mit Helm!
Verpflegung	Bei jeder Tour ist ein Restaurantbesuch eingeplant. Ein Getränk und eine kleine Zwischenverpflegung sind aber in jedem Fall noch mitzunehmen. Bei Tagestouren Mittagessen im Restaurant oder aus dem Rucksack.
Rad	Für die Touren sind alle Fahrradtypen ausser Rennvelos geeignet. Ebenso sind nur E-Bikes mit einer Unterstützung <25km/h zugelassen. Das Fahrrad muss in jeder Beziehung betriebssicher sein. Wichtig sind vor allem gut funktionierende Bremsen und Übersetzungen sowie Reifen in einem guten Zustand und genügend aufgepumpt.
Notfälle	Tragen Sie persönliche Medikamente für Notfälle immer in einer Kleidungs- oder Aussentasche des Rucksacks mit sich, ebenso das Notfallblatt. Dieses erhalten Sie bei Ihrer Beratungsstelle oder bei der Tourenleitung.
Versicherung	Ist Sache der Teilnehmenden
Informationen	Für Frauen und Männer ab 60 Jahren. Der Besuch einer Schnuppertour ist jederzeit möglich.
KulturLegi	Wenn Sie eine gültige KulturLegi besitzen, übernehmen wir die Kosten des Abonnements. Bitte reichen Sie mit der Bestellung eine Kopie der KulturLegi ein.

Datum	Tour	Typ	Kilometer/ Höhenmeter	Stufe	Treffpunkt	Besammlung Rückkehr	Leitung
Donnerstag, 14. März	Infonachmittag	-	-	-	Ref. Kirchgemeindehaus Wettingen	14.00 Uhr ca. 16.00 Uhr	alle
Donnerstag, 11. April	Birrfeld-Habsburg Eröffnungstour	H	Sportlich: 40 km / 370 Hm Easy: 36 km / 280 Hm	2 1	Schadenmühleplatz Baden	13.00 Uhr ca. 16.30 Uhr	Peter Kilchenmann Werner Hofer Ernst Pelloli Stefan Kalt
Donnerstag, 25. April	Bremgarten	T	Sportlich: 58 km / 860 Hm Easy: 55 km / 620 Hm	4 3	Schadenmühleplatz Baden	09.00 Uhr ca. 16.00 Uhr	Peter Gautschi Peter Kilchenmann Lorraine Jenni Stefan Kalt
Donnerstag, 9. Mai <i>Auffahrt</i>	Gisliflue	T	Sportlich: 63 km / 850 Hm Easy: 52 km / 710 Hm	4	Schadenmühleplatz Baden	09.00 Uhr ca. 16.00 Uhr	Werner Hofer Stefan Kalt Ernst Pelloli Peter Gautschi
Donnerstag, 23. Mai	Wutachtal ab Koblenz	T	Sportlich: 54 km / 700 Hm Easy: 46 km / 410 Hm	3	Bahnhof Koblenz	09.15 Uhr ca. 16.00 Uhr	Stefan Kalt Lorraine Jenni Werner Hofer Ernst Pelloli
Donnerstag, 6. Juni	Ampferehöchi	T	Sportlich: 61 km / 990 Hm Easy: 52 km / 810 Hm	4	Schadenmühleplatz Baden	09.00 Uhr ca. 16.00 Uhr	Peter Kilchenmann Lorraine Jenni Ernst Pelloli Werner Hofer
Donnerstag, 20. Juni	Tösstal – Baden mit Bus (Hinfahrt)	T	Sportlich: 73 km / 540 Hm Easy: 68 km / 380 Hm	3 2	Parkplatz Terrassenbad Baden	08.00 Uhr ca. 16.30 Uhr	Peter Kilchenmann Stefan Kalt Ernst Pelloli Peter Gautschi

Datum	Tour	Typ	Kilometer/ Höhenmeter	Stufe	Treffpunkt	Besammlung Rückkehr	Leitung
Donnerstag, 4. Juli	Glattfelden	T	Sportlich: 56 km / 980 Hm Easy: 53 km / 820 Hm	4	Parkplatz Terrassenbad Baden	09.00 Uhr ca. 16.00 Uhr	Peter Gautschi Stefan Kalt Ernst Pelloli Werner Hofer
Donnerstag, 18. Juli	Cheisacherturm	T	Sportlich: 51 km / 950 Hm Easy: 46 km / 790 Hm	4	Schadenmühleplatz Baden	09.00 Uhr ca. 16.00 Uhr	Werner Hofer Peter Kilchenmann Peter Gautschi Lorraine Jenni
Mittwoch, 31. Juli	Aaretour	H	Sportlich: 65 km / 420 Hm Easy: 49 km / 350 Hm	2	Schadenmühleplatz Baden	09.00 Uhr ca. 13.00 Uhr	Stefan Kalt Peter Kilchenmann Ernst Pelloli Werner Hofer
Dienstag, 13. August	Sportfest Schinznach Bad	T	Gautschi Peter Kilchenmann Peter
Donnerstag, 15. August	Jura (Creux du Van – Areuseschlucht) mit Bus (Hin- und Rückfahrt)	T	Sportlich: 55 km / 920 Hm Easy: 46 km / 690 Hm	4 3	Parkplatz Terrassenbad Baden	08.00 Uhr ca. 17.30 Uhr	Peter Kilchenmann Stefan Kalt Lorraine Jenni Werner Hofer
Donnerstag, 29. August	Villiger Rotberg	T	Sportlich: 50 km / 650 Hm Easy: 46 km / 570 Hm	3 3	Schadenmühleplatz Baden	09.00 Uhr ca. 16.00 Uhr	Peter Gautschi Stefan Kalt Ernst Pelloli Peter Kilchenmann
Donnerstag, 12. September	Bachsertal Tour für die Daheimgebliebenen <i>Ferienwoche Sa 7. – Do 12. September</i>	T	57 km / 910 Hm	4	Parkplatz Terrassenbad Baden	09.00 Uhr ca. 16.00 Uhr	Lorraine Jenni Stefan Kalt

Datum	Tour	Typ	Kilometer/ Höhenmeter	Stufe	Treffpunkt	Besammlung Rückkehr	Leitung
Donnerstag, 26. September	Fürstenland mit Bus (Hin- und Rückfahrt)	T	Sportlich: 60 km / 660 Hm Easy: 57 km / 560 Hm	3	Parkplatz Terrassenbad Baden	08.00 Uhr ca. 16.30 Uhr	Peter Gautschi Lorraine Jenni Ernst Pelloli Peter Kilchenmann
Donnerstag, 10. Oktober	Schluss tour ***	H	***	***	***	***	Peter Gautschi Peter Kilchenmann Ernst Pelloli Lorraine Jenni

** = Angaben folgen, wenn gemeinsame Fahrt zu diesem Anlass organisiert wird

*** = Angaben folgen mit der definitiven Einladung

Typ: H = Halbtagestour / T = Tagestour / S = Spezialtour

Stufe 1: Mehrheitlich flach, 150-300 Höhenmeter

Stufe 2: Leicht coupiert, 300-500 Höhenmeter

Stufe 3: Coupiert / mit Steigungen, 500-700 Höhenmeter

Stufe 4: Spezialtour, 700-1200 Höhenmeter

Die Touren sind so ausgewählt, insbesondere für die Gruppe «Easy», dass sie auch ohne Motorunterstützung gefahren werden können. Auch Teilnehmende ohne E-Bike sind willkommen.

Weitere Informationen zu den Touren (Verpflegung, Fahrhinweise, definitive Distanz und Höhenmeter etc.) sowie allfällige Änderungen gegenüber dem vorstehenden Programm können den jeweiligen Ausschreibungen unter www.ag.prosenectute.ch/rad und/oder aus den Einladungen per E-Mail entnommen werden.

Sportgruppenleitungen

Vorname	Name	Wohnort	Telefon	E-Mail
Peter	Gautschi	Wettingen	076 522 35 55	pegawe@hispeed.ch
Werner	Hofer	Zufikon	078 420 33 16	wernerhofer@gmx.ch
Lorraine	Jenny	Würenlos	079 339 25 45	lorraine.jenny@bluewin.ch
Stefan	Kalt	Nussbaumen	079 385 92 47	kalt.stefan@bluewin.ch
Peter	Kilchenmann	Gebenstorf	076 574 23 71	pv.kilchenmann@bluewin.ch
Ernst	Pelloli	Mellingen	079 620 07 32	pelloli@pop.agri.ch

2024