

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

Mountainbike

Bezirk Zofingen

2025



Aargau
ag.prosenectute.ch

Allgemeine Informationen

Halbtagestour (HT)	30 - 45 km und 300 - 1000 hm
Tagestour (TT)	45 - 80 km und 500 - 1500 hm
Spezialtour (ST)	Gemäss Ausschreibung
Kondition, Technik Schwierigkeitsgrade	Finden Sie detailliert auf dem Programmblatt oder im Internet unter www.ag.prosenectute.ch .
Gruppen	Mindestteilnehmerzahl pro Level: 5 Personen Bei grosser Teilnehmerzahl wird die Gruppe aufgeteilt.
Zeitraum	14-tägig in den geraden Wochen (Februar bis November)
Tag	Donnerstag
Publikationen	Detailinformationen zur Tour erscheinen einige Tage vorher im Wiggertaler, im Zofinger Tablatt, im Landanzeiger sowie im Internet (www.ag.prosenectute.ch/mountainbike) oder sind direkt bei der Tourenleitung erhältlich.
Anmeldung	Halbtagestour: Nicht erforderlich. Tagestour und Spezialtouren: Gemäss Ausschreibung.
Durchführung	Bei zweifelhafter Witterung gibt die verantwortliche Tourenleitung Auskunft.
Teilnehmerbeitrag	Beziehen Sie Ihr Outdoor-Sportabonnement (12 Coupons zu CHF 66.00 bzw. 24 Coupons zu CHF 130.00 inkl. MwSt.) online unter www.ag.prosenectute.ch/shop . Halbtagestour: 2 Coupons Tagestour: 3 Coupons Spezialtour: gemäss Ausschreibung Preisänderungen bleiben vorbehalten.

Ausrüstung	Personalausweis. Reserveschlauch, Luftpumpe. Atmungsaktive Kleider aus Gewebe, die den Schweiss transportieren, eignen sich am besten. Empfehlung: Velohosen mit Sitzeinsatz. Geeignete Schuhe (gute Sohle). Regenschutz. Helm und Velo-Handschuhe schützen im Falle eines Sturzes vor schlimmen Verletzungen. Wir fahren mit Helm!
Mountainbike	Für die Touren sind nur Mountainbikes mit entsprechend breiten Pneus (mind. 2.25 Zoll) und gutem Profil geeignet. Das Bike muss in jeder Beziehung betriebssicher sein. Wichtig sind vor allem gut funktionierende Bremsen und Schaltwerke sowie Reifen in einem guten Zustand und richtig aufgepumpt. Es sind nur E-Bikes mit einer Unterstützung <25km/h zugelassen.
Verpflegung	Ein Getränk und eine kleine Zwischenverpflegung sind in jedem Fall mitzunehmen. Bei Tagesanlässen nehmen wir das Mittagessen im Restaurant ein.
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.

Tag, Datum	Typ	Km / Details	Tourenziel	Start / Rückkehr	Treffpunkt	MTB Power E-MTB	MTB Fit E-MtB	MTB Bio	Gesamt-Planung
Do, 06. Februar	HT	30 - 35 km	Engelberg / Säli	13.30 - 16.00	You Event Center Oftringen	Beat Rüegger	Hans Widmer	Roger Schärer	Beat Rüegger
Do, 20. Februar	HT	30 - 35 km	Santeberg	13.30 - 16.00	Trinermatten Zofingen	Marcel Hunziker	Judith Dorta	Marcel Wyss	Marcel Wyss
Do, 06. März	HT	30 - 35 km	Marchstei	13.30 - 16.30	Trinermatten Zofingen	René Lüscher	Hans Widmer	René Müller	René Lüscher
Do, 20. März	HT	30 - 35 km	Froburg	13.30 - 16.30	You Event Center Oftringen	Artur Sutter	Max Meier	Fritz Hochuli	Artur Sutter
Do, 03. April	HT	30 - 35 km	Aeberdingerhöchi	13.30 - 16.30	Turnhalle Vorderwald	Roger Schärer	Beat Rüegger	René Lüscher	Roger Schärer
Do, 17. April	HT	35 - 45 km	Chalt	13.30 - 17.00	Trinermatten Zofingen	Max Meier	Artur Sutter	Judith Dorta	Judith Dorta
Do, 01. Mai	HT	35 - 45 km	Born / Säli	13.30 - 17.00	Aareblick Ruppoldingen	Max Meier	Thomas Huber	Marcel Wyss	Max Meier
Do, 15. Mai	TT	mit Anmeldung	Belchenflue		Aareblick Ruppoldingen	Thomas Huber	Beat Rüegger	René Müller	René Müller
Mi, 28. Mai	HT	35 - 45 km	Schloss Wartenfels	13.30 - 17.00	You Event Center Oftringen	Marcel Hunziker	Roger Schärer	Fritz Hochuli	Marcel Hunziker
Do, 12. Juni	HT	35 - 45 km	Letten	08.30 - 12.00	Trinermatten Zofingen	Max Meier	René Lüscher	Judith Dorta	René Lüscher
Do, 26. Juni	TT	mit Anmeldung	Ahorn-Alp		Zell	Thomas Huber	René Lüscher	Marcel Wyss	Marcel Wyss
Do, 10. Juli	HT	35 - 45 km	Höchi Flue	08.30 - 12.00	Aareblick Ruppoldingen	Beat Rüegger	Max Meier	Artur Sutter	Beat Rüegger
Do, 24. Juli	TT	mit Anmeldung	Hochwacht / Reisiswil		Turnhalle Vorderwald	Thomas Huber	Artur Sutter	Roger Schärer	Roger Schärer
Do, 07. August	HT	35 - 45 km	Rütihof	08.30 - 12.00	You Event Center Oftringen	Thomas Huber	Beat Rüegger	René Müller	Thomas Huber
Do, 21. August	HT	36 - 45 km	Aspisee	08.30 - 12.00	Turnhalle Vorderwald	Artur Sutter	Judith Dorta	Roger Schärer	Judith Dorta
Do, 04. September	TT	mit Anmeldung	Jura / Wolfsschlucht		Badi Balsthal	Marcel Hunziker	Marcel Wyss	René Müller	Marcel Hunziker
Do, 18. September	HT	36 - 45 km	Guggerhöchi	13.30 - 17.00	Turnhalle Vorderwald	Roger Schärer	Max Meier	René Lüscher	Max Meier
Do, 02. Oktobr	TT	mit Anmeldung	Zell		Trinermatten Zofingen	Marcel Wyss	Judith Dorta	René Müller	Marcel Wyss
Do, 16. Oktober	HT	30 - 35 km	Haseberg / Eppenberg	13.30 - 16.30	You Event Center Oftringen	Max Meier	Roger Schärer	Fritz Hochuli	Fritz Hochuli
Do, 30. Oktober	HT	30 - 35 km	Oberwynau	13.30 - 16.00	Turnhalle Vorderwald	Artur Sutter	Hans Widmer	Judith Dorta	Artur Sutter
Do, 13. November	HT	30 - 35 km	Hombergglücke	13.30 - 16.00	Aareblick Ruppoldingen	Thomas Huber	Beat Rüegger	Fritz Hochuli	Thomas Huber
Do, 27. November	HT	30 - 35 km	Schlusstour mit Hock	13.30 - 16.00	You Event Center Oftringen	Hans Widmer	Marcel Wyss	René Müller	René Müller
Mo, 28. April	ST	mit Anmeldung	Fahrtechnik für Beginner / Fortgeschrittene 1	separate Ausschreibung: wird nicht über Pro Senectute abgerechnet		in Zusammenarbeit mit SportandPassion			Beat Rüegger
Mo, 5. Mai	ST	mit Anmeldung	Fahrtechnik für Fortgeschrittene 2 / Könnner						Beat Rüegger
Do/Fr, 22./23. Juni	ST	mit Anmeldung	Trailtage Freiburg i.Br. D			Leiterteam: Beat Rüegger, Marcel Wyss, René Lüscher	Beat Rüegger		
Mi-Sa, 13.-16. August	ST	mit Anmeldung	CC Biketage Engadin			Leiterteam: Beat Rüegger, Hans Widmer, René Müller	Beat Rüegger		

Sportgruppenleitende (SGL)

Vorname	Name	Wohnort	Telefon	E-Mail
Dorta	Judith	Zofingen	079 475 21 92	judith.dorta@bluemail.ch
Hochuli	Fritz	Oftringen	077 406 17 86	fhochuli@bluewin.ch
Huber	Thomas	Zofingen	079 123 51 04	thomas.huber59@bluewin.ch
Hunziker	Marcel	Oftringen	079 440 79 84	simpi@bluewin.ch
Lüscher	René	Oftringen	079 204 55 50	rene.luescher@bluewin.ch
Meier	Max	Walterswil	079 504 06 19	meiermax@bluewin.ch
Müller	René	Vordemwald	079 328 53 39	rene.muller@bluewin.ch
Rüegger	Beat	Aarburg	079 686 58 48	beat.ruegger@fganet.ch
Schärer	Roger	Brittnau	079 811 59 02	schaerer.ar@bluewin.ch
Sutter	Artur	Zofingen	079 423 48 74	artur.sutter@swissonline.ch
Widmer	Hans	Uerkheim	079 752 19 93	hans.widmer.jordi@bluewin.ch
Wyss	Marcel	Reiden	079 863 69 46	marcelwyss@bluewin.ch

01.2025