

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

E-Bike Bezirk Kulm 2025



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	Dienstag von April bis Oktober
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	Halbtagestour: Nicht erforderlich. Tages- und Spezialtour: Gemäss Ausschreibung.
Durchführung	Bei zweifelhafter Witterung: Nachmittagstouren ab 10 Uhr, Tages- und Morgentouren am Vortag ab 17 Uhr abfragen Tel. 062 771 01 67
Treffpunkt	Siehe Programmblatt
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.
Weitere Kosten	z.B. Bahnbillette, Anteil Autokosten 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 <25 km/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	Km	K	Treffpunkt	Besammlung Rückkehr		Leitung
Dienstag, 01.04.2025	Eröffnungstour Ruedertal	H	40	2	Reinach Saalbau/ Unterkulm Zentrumsplatz Alu Gontenschwil	13.00 13.30	17.00	Carla Bättig
Dienstag, 15.04.2025	Seetal	H	40	2	Reinach Saalbau/ Unterkulm Zentrumsplatz Schloss Hallwil	12.45 13.30	17.15	Carla Bättig
Dienstag, 29.04.2025	Wiggertal	T	65	3	Unterkulm Zentrumsplatz Reinach Saalbau	08.45 09.30	17.00	Carla Bättig
Dienstag, 13.05.2025	Hirschtal	H	40	2	Reinach Saalbau Unterkulm Zentrumsplatz	12.45 13.30	17.00	Karin Hunziker
Dienstag, 27.05.2025	Merenschwand Elementenweg	T	70	3	Unterkulm Zentrumsplatz Reinach Saalbau	08.15 09.00	17.00	Karin Hunziker
Dienstag, 10.06.2025	Cartour Steckborn Bülach Verschiebedatum: 12.06.2025	S	70	3	Reinach Landi Oberkulm Schmitenstrasse	07.00 07.30	19.00	Carla Bättig
Dienstag, 24.06.2025	Hochdorf	H	45	2	Unterkulm Zentrumsplatz Reinach Saalbau	08.15 09.00	13.00	Karin Hunziker
Dienstag, 08.07.2025	Wasserschloss	T	65	3	Reinach Saalbau Unterkulm Zentrumsplatz	08.15 09.00	17.30	Karin Hunziker
Dienstag, 22.07.2025	Nussgipfeltour Bräteln Waldhütte Reinach	H	35	2	Reinach Saalbau/ Unterkulm Zentrumsplatz Alu Gontenschwil	08.00 08.30	offen	Carla Bättig
Dienstag, 05.08.2025	Cartour Engelberg Verschiebedatum: 07.08.2025	S	70	3	Oberkulm Schmitenstrasse Reinach Landi	07.30 08.00	18:00	Carla Bättig
Dienstag, 19.08.2025	Michelsamt	H	45	2	Reinach Saalbau/ Unterkulm Zentrumsplatz Alu Gontenschwil	08.00 08.30	13.30	Karin Hunziker
Dienstag, 02.09.2025	Lenzburg	H	40	2	Reinach Saalbau Unterkulm Zentrumsplatz	12.45 13.30	17.00	Karin Hunziker
Dienstag, 16.09.2025	Guezlitour Malters	T	70	3	Unterkulm Zentrumsplatz Reinach Saalbau	08.15 09.00	17.00	Carla Bättig
Dienstag, 30.09.2025	Hämikerberg	H	40	2	Unterkulm Zentrumsplatz Reinach Saalbau	12.45 13.30	17.00	Karin Hunziker

Datum	Tour	Typ	Km	K	Treffpunkt	Besammlg Rückkehr	Leitung
Dienstag, 14.10.2025	Speuztour	T	60	3	Reinach Saalbau Unterkulm Zentrumsplatz	08.30 09.15 17.00	Karin Hunziker
Dienstag, 28.10.2025	Schlusstour Ziel Rest. Löwen, Gontenschwil	H	35	2	Unterkulm Zentrumsplatz Reinach Saalbau	11.45 12.30 offen	Carla Bättig
Dienstag, 18.11.2025	Schlusschock				Spital Menziken	13.30	Carla Bättig

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

Halbtagestouren

Kondition (K)	Mit Unterstützung		
K 1 einfach	20-35 km	100-400 Hm	Einsteiger, Geniesser
K 2 leicht	35-45 km	400-550 Hm	sportliche Einsteiger
K 3 mittel	45-50 km	550-650 Hm	gute allgemeine Fitness
K 4 anspruchsvoll	50-55 km	650-800 Hm	gute Kondition, regelmässiges Training

Tagestouren

Kondition (K)	Mit Unterstützung		
K 1 einfach	45-55 km	100-400 Hm	Einsteiger, Geniesser
K 2 leicht	55-70 km	400-550 Hm	sportliche Einsteiger
K 3 mittel	70-80 km	550-650 Hm	gute allgemeine Fitness
K 4 anspruchsvoll	80-90 km	650-800 Hm	gute Kondition, regelmässiges Training

Sportgruppenleitung

Vorname	Name	Wohnort	Telefon	E-Mail
Carla	Bättig	Menziken	062 771 74 59 / 079 507 89 32	c.baettig@bluewin.ch
Karin	Hunziker	Gontenschwil	076 441 15 89	kuka-hunziker@bluewin.ch

Datum	Tour	Typ	Km	K	Treffpunkt	Besammlg Rückkehr	Leitung
Dienstag, 01.04.2025	Eröffnungstour Ruedertal	H	40	2	Reinach Saalbau/ Unterkulm Zentrumsplatz Alu Gontenschwil	13.00 13.30 17.00	Peter Steiner
Dienstag, 15.04.2025	Seetal	H	40	2	Reinach Saalbau/ Unterkulm Zentrumsplatz Schloss Hallwil	12.45 13.30 17.15	Peter Steiner
Dienstag, 29.04.2025	Wiggertal	T	65	3	Unterkulm Zentrumsplatz Reinach Saalbau	08.45 09.30 17.00	Peter Steiner
Dienstag, 13.05.2025	Hirschtal	H	40	2	Reinach Saalbau Unterkulm Zentrumsplatz	12.45 13.30 17.00	Peter Steiner
Dienstag, 27.05.2025	Merenschwand Elementenweg	T	70	3	Unterkulm Zentrumsplatz Reinach Saalbau	08.15 09.00 17.00	Peter Steiner
Dienstag, 10.06.2025	Cartour Steckborn Bülach Verschiebedatum 12.06.2025	S	70	3	Reinach Landi Oberkulm Schmittenstrasse	07.00 07.30 19.00	Peter Steiner
Dienstag, 24.06.2025	Hochdorf	H	45	2	Unterkulm Zentrumsplatz Reinach Saalbau	08.15 09.00 13.00	Herbert Schaffner
Dienstag, 08.07.2025	Wasserschloss	T	65	3	Reinach Saalbau Unterkulm Zentrumsplatz	08:15 09.00 17:30	Herbert Schaffner
Dienstag, 22.07.2025	Nussgipfeltour Bräteln Waldhütte Reinach	H	35	2	Reinach Saalbau/ Unterkulm Zentrumsplatz Alu Gontenschwil	08.00 08.30 offen	Peter Steiner
Dienstag, 05.08.2025	Cartour Engelberg Verschiebedatum: 07.08.2025	S	70	3	Oberkulm Schmittenstrasse Reinach Landi	07.30 08.00 18:00	Herbert Schaffner
Dienstag, 19.08.2025	Michelsamt	H	45	2	Reinach Saalbau/ Unterkulm Zentrumsplatz Alu Gontenschwil	08.00 08.30 13:30	Herbert Schaffner
Dienstag, 02.09.2025	Lenzburg	H	40	2	Reinach Saalbau Unterkulm Zentrumsplatz	12.45 13:30 17.00	Herbert Schaffner
Dienstag, 16.09.2025	Guezlitour Malters	T	70	3	Unterkulm Zentrumsplatz Reinach Saalbau	08.15 09.00 17.00	Peter Steiner
Dienstag, 30.09.2025	Hämikerberg	H	40	2	Unterkulm Zentrumsplatz Reinach Saalbau	12.45 13.30 17.00	Herbert Schaffner

Datum	Tour	Typ	Km	K	Treffpunkt	Besammlg Rückkehr	Leitung
Dienstag, 14.10.2025	Speuztour	T	60	3	Reinach Saalbau Unterkulm Zentrumsplatz	08.30 09.15 17.00	Peter Steiner
Dienstag, 28.10.2025	Schlusstour Ziel Rest. Löwen, Gontenschwil	H	35	2	Unterkulm Zentrumsplatz Reinach Saalbau	11.45 12.30 offen	Herbert Schaffner
Dienstag, 18.11.2025	Schlusschock				Spital Menziken	13.30	Carla Bättig

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

Halbtagestouren

Kondition (K)	Mit Unterstützung		
K 1 einfach	20-35 km	100-400 Hm	Einsteiger, Geniesser
K 2 leicht	35-45 km	400-550 Hm	sportliche Einsteiger
K 3 mittel	45-50 km	550-650 Hm	gute allgemeine Fitness
K 4 anspruchsvoll	50-55 km	650-800 Hm	gute Kondition, regelmässiges Training

Tagestouren

Kondition (K)	Mit Unterstützung		
K 1 einfach	45-55 km	100-400 Hm	Einsteiger, Geniesser
K 2 leicht	55-70 km	400-550 Hm	sportliche Einsteiger
K 3 mittel	70-80 km	550-650 Hm	gute allgemeine Fitness
K 4 anspruchsvoll	80-90 km	650-800 Hm	gute Kondition, regelmässiges Training

Sportgruppenleitung

Vorname	Name	Wohnort	Telefon	E-Mail
Peter	Steiner	Menziken	062 771 26 89 / 079 599 49 43	pit.steiner@ewsmail.ch
Herbert	Schaffner	Reinach	062 771 85 35 / 079 649 47 22	herbert.schaffner@gmx.ch

Datum	Tour	Typ	Km	K	Treffpunkt	Besammlg Rückkehr	Leitung
Dienstag, 01.04.2025	Eröffnungstour Ruedertal	H	40	2	Reinach Saalbau/ Unterkulm Zentrumsplatz Alu Gontenschwil	13.00 13.30 17.00	Gaby Fischer
Dienstag, 15.04.2025	Seetal	H	40	2	Reinach Saalbau/ Unterkulm Zentrumsplatz Schloss Hallwil	12.45 13.30 17.15	Gaby Fischer
Dienstag, 29.04.2025	Wiggertal	T	65	3	Unterkulm Zentrumsplatz Reinach Saalbau	08.45 09.30 17.00	Gaby Fischer
Dienstag, 13.05.2025	Hirschtal	H	40	2	Reinach Saalbau Unterkulm Zentrumsplatz	12.45 13.30 17.00	Gaby Fischer
Dienstag, 27.05.2025	Merenschwand Elementenweg	T	70	3	Unterkulm Zentrumsplatz Reinach Saalbau	08:15 09:00 17.00	Gaby Fischer
Dienstag, 10.06.2025	Cartour Steckborn Bülach Verschiebedatum: 12.06.2025	S	70	3	Reinach Landi Oberkulm Schmitenstrasse	07.00 07.30 19.00	Gaby Fischer
Dienstag, 24.06.2025	Hochdorf	H	45	2	Unterkulm Zentrumsplatz Reinach Saalbau	08.15 09.00 13.00	Gaby Fischer
Dienstag, 08.07.2025	Wasserschloss	T	65	3	Reinach Saalbau Unterkulm Zentrumsplatz	08.15 09.00 17.30	Felix Hunziker
Dienstag, 22.07.2025	Nussgipfeltour Bräteln Waldhütte Reinach	H	35	2	Reinach Saalbau/ Unterkulm Zentrumsplatz Alu Gontenschwil	08.00 08.30 offen	Felix Hunziker
Dienstag, 05.08.2025	Cartour Engelberg Verschiebedatum: 07.08.2025	S	70	3	Oberkulm Schmitenstrasse Reinach Landi	07.30 08.00 18.00	Felix Hunziker
Dienstag, 19.08.2025	Michelsamt	H	45	2	Reinach Saalbau/ Unterkulm Zentrumsplatz Alu Gontenschwil	08.00 08.30 13.30	Felix Hunziker
Dienstag, 02.09.2025	Lenzburg	H	40	2	Reinach Saalbau Unterkulm Zentrumsplatz	12.45 13.30 17.00	Felix Hunziker
Dienstag, 16.09.2025	Guezlitour Malters	T	70	3	Unterkulm Zentrumsplatz Reinach Saalbau	08.15 09.00 17.00	Gaby Fischer
Dienstag, 30.09.2025	Hämikerberg	H	40	2	Unterkulm Zentrumsplatz Reinach Saalbau	12.45 13.30 17.00	Gaby Fischer

Datum	Tour	Typ	Km	K	Treffpunkt	Besammlg Rückkehr	Leitung
Dienstag, 14.10.2025	Speuztour	T	60	3	Reinach Saalbau Unterkulm Zentrumsplatz	08.30 09.15 17.00	Gaby Fischer
Dienstag, 28.10.2025	Schlusstour Ziel Rest. Löwen Gontenschwil	H	35	2	Unterkulm Zentrumsplatz Reinach Saalbau	11.45 12.30 offen	Felix Hunziker
Dienstag, 18.11.2025	Schlusschock				Spital Menziken	13.30	Carla Bättig

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

Halbtagestouren

Kondition (K)	Mit Unterstützung		
K 1 einfach	20-35 km	100-400 Hm	Einsteiger, Geniesser
K 2 leicht	35-45 km	400-550 Hm	sportliche Einsteiger
K 3 mittel	45-50 km	550-650 Hm	gute allgemeine Fitness
K 4 anspruchsvoll	50-55 km	650-800 Hm	gute Kondition, regelmässiges Training

Tagestouren

Kondition (K)	Mit Unterstützung		
K 1 einfach	45-55 km	100-400 Hm	Einsteiger, Geniesser
K 2 leicht	55-70 km	400-550 Hm	sportliche Einsteiger
K 3 mittel	70-80 km	550-650 Hm	gute allgemeine Fitness
K 4 anspruchsvoll	80-90 km	650-800 Hm	gute Kondition, regelmässiges Training

Sportgruppenleitung

Vorname	Name	Wohnort	Telefon	E-Mail
Gaby	Fischer	Pfeffikon	079 739 22 82	fischergaby@bluewin.ch
Felix	Hunziker	Reinach	079 736 90 71	fh.oldstyle@gmail.com