

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

Wandern

Oberes Suhrental

2025



Aargau
ag.prosenectute.ch

Allgemeine Informationen

Halbtagestour (HT)	Reisezeit (von Besammlung bis Rückkehr) unter 6 Stunden
Tagestour (TT)	Reisezeit von mehr als 6 Stunden
Spazierwanderung (SW)	Halbtages- oder Tagestour mit Marschzeit bis 2 Stunden Für Menschen, die gerne ohne Anstrengung in Gemeinschaft spazieren.
Kurzwanderung (KW)	Halbtages- oder Tagestour mit Marschzeit von 2 bis 3 Stunden Für gute Wanderer
Langwanderung (LW)	Halbtages- oder Tagestour mit Marschzeit ab 3 Stunden Für geübte Wanderer
Schwierigkeitsgrade	Finden Sie detailliert auf dem Programmblatt.
Gruppen	Mindestteilnehmerzahl: 7 Personen
Wandertag	Mittwoch (Daten siehe Programmblatt)
Publikationen	Detailinformationen über die Tour erscheinen einige Tage vor derselben in der Tages- oder Lokalpresse, im Internet (www.ag.prosenectute.ch/wandern) oder sind direkt bei der Tourenleitung erhältlich.
Anmeldung	Bis spätestens am Montagabend um 21 Uhr vor dem Wandertag via Internet www.ag.prosenectute.ch/wandern oder Wandertelefon 062 751 97 90 (Anrufbeantworter)
Durchführung	Auskunft am Vortag der Wanderung ab 12 Uhr im Internet www.ag.prosenectute.ch/wandern , über das Wandertelefon 062 751 97 90 (Anrufbeantworter) oder direkt bei der Tourenleitung

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 Preisänderungen bleiben vorbehalten.
Weitere Kosten	Bahnбилlette, Car- und Postautokosten sowie die Kosten für die Verpflegung gehen zu Lasten der Teilnehmenden. Gruppenbillett wird nach Möglichkeit von der Tourenleitung organisiert.
Ausrüstung	Personalausweis. General-, Halbtax- und Verbund-Abo der SBB. Wanderschuhe mit Profilsohle, Windjacke, Regenschutz, Sonnenschutz, Rucksack. Wanderstöcke werden empfohlen.
Verpflegung	Ein Getränk und eine kleine Zwischenverpflegung sind mitzunehmen. Nach Möglichkeit ist bei jeder Wanderung ein Restaurantbesuch eingeplant.
Notfälle	Tragen Sie persönliche Medikamente für Notfälle immer in einer Kleidungs- oder Aussen tasche 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	Route	Marschzeit	SG	Reisezeit	Höhen-differenz	Treffpunkt	Besammlung/ Rückkehr (A)	Leitung
Mittwoch 26. Februar	Winterwanderung Zugerberg	KW 3 Std..	**	TT	Auf: 240 m Ab: 240 m	Zusteigen Bhf. Sursee	Sursee ab 08:31 / 17:30	Susanne Regenass Jörg Feller
Wanderbeschreibung gemäss Programm Wandergruppe Zofingen								
Mittwoch 12. März	Seengen- Birrwil- Mosen	KW 3 Std.	**	TT	Auf: 82 m Ab: 90 m	Zusteigen in Oberentfel- den	Oberentfelden ab 08:36 / 17:30	Peter Feller Verena Reck
Gestartet wird in Seengen nach dem üblichen Kaffee. Der Wanderweg führt über Felder und entlang dem Aabach zum Schloss Hallwil. Weiter geht es Richtung Süden nach Boniswil und zum Ufer des Hallwilersees. Zur ausgedehnten Mittagsrast wird in der Schiffländi eingekehrt. Der Seeuferweg bringt die Wanderer danach nach Beinwil und Mosen, dem Ziel dieser einfachen Wanderung.								
Mittwoch 16. April	Ruinen, Schlösser, Schluchten und Kirschblüte; von Reigoldswil nach Bubendorf	LW 4 Std.	***	TT	Auf: 460 m Ab: 600 m	Bahnhof Schöffland	07:50 / 18:15	Rene Kern Peter Feller
Nach dem Startkaffee in Reigoldswil steigt der Weg stetig an, bis ein Weiher erreicht wird. Hier biegen wir ab und steigen zur Ruine Ryfenstein hoch. Der schöne Ausblick rechtfertigt den Abstecher. Nach kurzem Abstieg geht es weiter durch eine schluchtartige Landschaft. Wir erreichen Titterten und folgen dem Weg bis zur Land-Oase, wo wir die Mittagsrast vorgesehen haben. Auf dem Hof gibt es Suppe mit Wurst. Nach dem Essen passieren wir den Arxhof. Auf einem schmalen Waldweg geht's bis zum Einstieg zum Sormatt-Fall. Diese Stelle ist ein Kraftort, den man in dieser Landschaft nicht vermuten würde. Und schon folgt eine weitere Attraktion dieser Wanderung. Wir besuchen das Schloss Wildenstein. Das letzte Stück Weg führt durch eine weitere Naturschutzzone nach Bubendorf, wo wir mit der Gruppe der Kurzwanderer die Rückreise antreten,								
Mittwoch 16. April	Schlösser, Schluchten und Kirschblüte; von Reigoldswil nach Bubendorf	KW 3 Std.	**	TT	Auf: 373 m Ab: 503 m	Bahnhof Schöffland	07:50 / 18:15	Peter Feller Rene Kern
Nach dem Startkaffee in Reigoldswil steigt der Weg stetig an. Es geht vorbei an einem Weiher und durch eine schluchtartige Landschaft. Wir erreichen Titterten und folgen dem Weg bis zur Land-Oase, wo wir die Mittagsrast vorgesehen haben. Auf dem Hof gibt es Suppe mit Wurst. Nach dem Essen passieren wir den Arxhof. Nach einem kurzen Stück über die befestigte Strasse führt ein Pfad mit Treppe zum Sormatt-Fall. Diese Stelle ist ein Kraftort, den man in dieser Landschaft nicht vermuten würde. Und schon folgt eine weitere Attraktion dieser Wanderung. Wir besuchen das Schloss Wildenstein. Das letzte Stück Weg führt durch eine weitere Naturschutzzone nach Bubendorf, wo wir mit der Gruppe der Langwanderer die Heimreise antreten.								

Datum	Route	Marschzeit	SG	Reisezeit	Höhen-differenz	Treffpunkt	Besammlung/ Rückkehr (A)	Leitung
Mittwoch 14. Mai	Moutier – Mont Girod – Lac vert – Gorges de Court – Moutier	LW 4 ¼ Std.	***	TT	Auf: 622 m Ab: 622 m	Bahnhof Schöftland	07:50 / 19:03	Peter Feller Susanne Regenass
	Den Startkaffee gibt es beim Bahnhof Moutier zusammen mit den Kurzwanderern. Danach geht es mit dem Bus zur Sportanlage Derby. Hier beginnt die Rundwanderung. Der Aufstieg durch den dichten Buchenwald bringt uns zum Mont Girod. Danach überqueren wir die Hochebene, wo wir einen schönen Platz fürs Picknick finden. Beim Absteigen nach Court passieren wir den Lac Vert. In Court biegen wir in die Schlucht ein und folgen der Birse bis zur Sportanlage von Moutier. Das ist das Ziel unserer Wanderung. Den gemeinsamen Abschlusstrunk gibt es im Restaurant Derby.							
Mittwoch 14. Mai	Sorvilier – Moulin de Pecas – Gorges de Court – Moutier	KW 3 ¼ Std.	**	TT	Auf: 341 m Ab: 483 m	Bahnhof Schöftland	07:50 / 19:00	Susanne Regenass Peter Feller
	Den Startkaffee gibt es beim Bahnhof Moutier mit den Langwanderern. Danach geht es mit dem Zug nach Sorvilier, hier startet die Wanderung. Zuerst geht es zur Moulin de Pecas. Jetzt führt uns ein abwechslungsreicher Weg am Fusse des Mont Girod entlang. Unterwegs wird ein Picknick-Halt eingelegt. In Court biegen wir in die Schlucht ein und folgen der Birs bis zur Sportanlage von Moutier. Das ist das Ziel unserer Wanderung. Den gemeinsamen Abschlusstrunk gibt es im Restaurant Derby.							
	Heimiswil – Lueg - Heimiswil	KW 21/2 Std.	**	TT	Auf :303 m Ab: 303 m	Zusteigen in Olten	Olten ab 08:36 / 17:30	Jörg Feller Peter Feller
	Wanderbeschreibung gemäss Programm Wandergruppe Zofingen							
Mittwoch, 30. Juli	Amden/ Walau- Oberchäsern Amden	LW 4 Std.	***	TT	Auf :480 m Ab: 855 m	Bahnhof Schöftland	06:35 / 19:30	Peter Feller Susanne Regenass
	Nach der Fahrt mit dem Sessellift gibt es den Kaffee im Restaurant Walau. Die erste Wegstrecke ist moderat ansteigend und leider auf Asphalt. Endlich biegt der Weg ab. Die Wanderung ändert den Charakter. Noch immer moderat im steten Auf und Ab. Beim markanten roten Pfeil mit der Aufschrift Speer beginnt der steilere Anstieg zur Oberchäsern. Wir nehmen uns die Zeit, die jeder braucht. Schon bald erahnt man die Krete, die dann bald erreicht wird. Dann noch ein kurzes Stück und die Alp ist erreicht. Die Aussicht hier oben entschädigt für die Anstrengungen des Aufstiegs. Hier verbringen wir unsere Mittagsrast. Die Verpflegung gibt es aus dem Rucksack. Es erwartet uns ein abwechslungsreicher Abstieg. Die ersten 100 Höhenmeter sind eher steil aber mit weichem Untergrund. Mit dem Erreichen des Waldes wird es flacher und schon bald begrüssen uns die Häuser von Amden. Der Schlusstrunk vor der Heimreise haben wir uns redlich verdient.							
Mittwoch, 30. Juli	Amden / Walau – Schwisole Amden	KW 3 Std.	**	TT	Auf :320 m Ab: 700 m	Bahnhof Schöftland	06:35 / 19:30	Peter Feller Susanne Regenass

Datum	Route	Marschzeit	SG	Reisezeit	Höhen-differenz	Treffpunkt	Besammlung/ Rückkehr (A)	Leitung
	Nach der Fahrt mit dem Sessellift gibt es den Kaffee im Restaurant Walau. Die erste Wegstrecke ist breit asphaltiert und moderat ansteigend. Enge Pfade den Hängen entlang wechseln sich später ab mit breiteren Wegen. Beim Hüttlisboden ist der höchste Punkt der Wanderung erreicht. Die Mittagsrast ist erst um ca. 13:00 in der Umgebung des Naturfreundenhaus geplant. Wir verpflegen uns aus dem Rucksack. Gemütlich und meistens talwärts erreichen wir Amden, wo wir zum Schlusstrunk einkehren.							
Mittwoch, 27. August	Heiligkreuz - Berghütte First- Under Bargele- Flühli Hüttlenen	LW 4 Std.	***	TT	Auf :605 m Ab: 825 m	Bahnhof Schöftland	06:30 / 18:30	Jörg Feller Peter Feller
	Mit dem Bus nach Sursee. Einen Startkaffee versuchen wir im Kurhaus in Heiligkreuz zu organisieren. Die Wanderung startet mit stetem Anstieg zum Berghaus First mit schönem Ausblick auf den Schimberig. Der Weg führt weiter über den sanften Bergrücken zur Under Bargele. Im weiteren Auf und Ab wird der Rastplatz erreicht. Verpflegt wird aus dem Rucksack. Der Weg ändert seinen Charakter kaum und bringt uns zur Bushaltestation Flühli Hüttlenen. Der Bus bringt uns nach Schüpfheim, wo ein Schlusstrunk geplant ist.							
Mittwoch, 27. August	Heiligkreuz- First- Flühli- Finishütte- Flühli Krutacher	KW 3 Std.	**	TT	Auf: 335 m Ab: 680 m	Bahnhof Schöftland	06:30 / 18:30	Peter Feller Jörg Feller
	Mit dem Bus nach Sursee. Einen Startkaffee versuchen wir im Kurhaus in Heiligkreuz zu organisieren. Die Wanderung startet mit stetem Anstieg zum -Dräckloch - und Richtung First. Auf dem Bergrücken angekommen breitet sich der Schimberig vor uns aus. Im weiteren Auf und Ab geht es zur Finishütte, wo der Rastplatz erreicht wird. Verpflegt wird aus dem Rucksack. Der Weg bringt uns weiter talwärts. Wir erreichen die Busstation von Flühli Krutacher. Der Bus bringt uns nach Schüpfheim, wo ein Schlusstrunk mit den Langwanderer geplant ist.							
Mittwoch, 24. Sep- tember	Baar- Ruine Wildenburg- Lorentzobel- Schönbrunn- Rest. Höllgrotten- Baar	LW 4 ¼ Std.	**	TT	Auf: 550 m Ab: 550 m	Bahnhof Schöftland	07:30 / 18:23	Peter Feller Verena Reck
	Mit dem Bus B85 nach Sursee. Die Rundwanderung entlang der Lorze beginnt in Baar nach dem Startkaffee. Der Weg führt im Wald oder am Waldrand zur Ruine Wildenburg mit kurzer Besichtigung. Der Weg wird zum Pfad und schlängelt sich durch eine kleine Schlucht bis hoch zum Bergrücken. Gesäumt von Bäumen geht es weiter südwärts. Ein kurzer steiler Abstieg bringt uns dann zum Lorentzobel. Hier wird die Lorze überquert. Der Gegenanstieg bringt uns ins Gebiet von Schönbrunn (CH), wo wir eine kurze Mittagsrast mit Verpflegung aus dem Rucksack einplanen. Vorbei an einer Kapelle leitet uns der Weg ins Tal des Höllenbach und schliesslich zum Eingang der Höllgrotten. Die Langwanderer können wählen zwischen der Einkehr im Restaurant oder dem Besuch der Höllgrotten. Das letzte Wegstück führt zusammen mit der Gruppe der KW entlang der Lorze nach Baar. Das ist das Ziel der Rundwanderung							
Mittwoch, 24. Sep- tember	Baar- Tobelbrücke- Lorentzobel- Höllgrotten Rest.- Baar	KW 3 Std.	**	TT	Auf: 330 m Ab: 330 m	Bahnhof Schöftland	07:30 / 18:23	Verena Reck Peter Feller
	Mit dem Bus B85 nach Sursee. Die Rundwanderung entlang der Lorze beginnt in Baar nach dem Startkaffee. Der Weg führt im Wald oder am Waldrand zur Tobelbrücke. Der Weg wird zum Pfad und schlängelt sich durch eine kleine Schlucht bis hoch zum Bergrücken. Gesäumt von Bäumen geht es weiter südwärts. Ein kurzer steiler Abstieg bringt uns dann zum Lorentzobel. In dieser Region gibt es die Mittagsrast mit Verpflegung aus dem Rucksack. Die Lorze wird an dieser Stelle überquert. Ein breiter flacher Wanderweg führt dann zum Eingang der Höllgrotten.							

Datum	Route	Marschzeit	SG	Reisezeit	Höhen-differenz	Treffpunkt	Besammlungs-/Rückkehr (A)	Leitung
	Wer möchte kann die Grotten besuchen. Es gibt dazu genügend Zeit. Schlussendlich trifft man sich zusammen mit der Gruppe der LW im Restaurant Höllgrotten. Nach einem Zvieri geht es entlang der Lorze zurück nach Baar. Das ist das Ziel der Rundwanderung.							
Mittwoch, 22. Oktober	Müswangen- Horben- Abtwil	KW 3 Std.	**	TT	Auf: 150m Ab: 390m	Bahnhof Schöffland	08:05 / 18:15	Peter Feller Vreni Reck
	Nach dem Startkaffee in Müswangen geht es über Felder und durch Wälder moderat aufwärts. Es gibt viele Wege zur Alpwirtschaft Horben. Wir werden den interessantesten Pfad auswählen. Die ausgedehnte Mittagspause gibt es im Restaurant. Bei klarem Wetter kann der Blick in die verschneiten Berge eindrucksvoll sein. Der Wanderweg nach Abtwil schlängelt sich durch den Wanger- den Güniker – und Oberräbersolerwald. Abtwil ist dann auch das Ziel dieser Wanderung.							
Mittwoch, 19. November	Abschluss Höck							Wanderleiter
	Ort, Uhrzeit und Programm dieser Veranstaltung werden kurzfristig festgelegt.							

Sonntag bis Freitag 14. - 19. September	Engadiner Wandertage 2025							Veranstaltungsleiter Peter Feller
	Diese Wandertage werden nicht von Pro Senectute Aargau durchgeführt. Die Wanderleiter der Wandergruppe Zofingen und Oberes Suhrental planen auf eigene Initiative Wandertage im Oberengadin. Programm und Anmeldung gemäss separater Ausschreibung. Detaillierte Auskunft dazu erteilen die Wanderleiter.							

Erklärung:

SW = Spazierwanderung (bis 2 Stunden) / KW = Kurzwanderung (2-3 Stunden) / LW = Langwanderung (ab 3 Stunden)

HT = Halbtagestour mit einer Reisezeit unter 6 Stunden / TT = Tagestour mit einer Reisezeit mehr als 6 Stunden

(A)= Die Besammlungszeiten oder Einstiegszeiten könnten sich ändern. Es gelten jeweils die aktuellen Zeiten unserer Ausschreibungen in der Tages- oder Lokalpresse sowie im Internet (www.ag.prosenectute.ch/wandern). Im Zweifelsfall gibt die Tourenleitung Auskunft.

Schwierigkeitsgrade (SG)	
*	Leichte Wanderung, gut ausgebaute Wege, keine nennenswerten Auf- bzw. Abstiege (SW, KW, LW)
**	Die Wege sind teilweise schmal, Wurzeln oder Steine sind möglich. Die Wanderung hat einige kurze Auf- bzw. Abstiege (KW, LW)
***	Die Wanderung findet teilweise in anspruchsvollem Gelände statt. Grössere Höhenunterschiede mit ev. kurzen, steilen Auf- und Abstiegen (KW, LW)
****	Die Wanderung findet teilweise auf Bergwanderwegen statt (rot/weiss, anspruchsvolles Gelände) und hat grosse Höhenunterschiede mit Auf- bzw. Abstiegen (LW) Wird von Pro Senectute Aargau nicht angeboten.

Sportgruppenleitungen

Vorname	Name	Wohnort	Telefon	E-Mail
Jörg	Feller	Riken	062 926 37 35 / 079 701 97 26	renjoe.feller@gmail.com
Peter	Feller	Dintikon	056 624 25 11 / 076 370 74 04	peter.feller1703@hotmail.ch
René	Kern	Brittnau	062 794 37 70 / 079 310 33 60	kern.rothrist@bluewin.ch
Vreni	Reck	Safenwil	062 797 23 80 / 079 720 88 90	verena.reck@bluewin.ch
Susanne	Regenass	Safenwil	062 797 22 14 / 079 288 38 04	resusa@bluewin.ch