

# SENIORENBOERSE

für Frauen und Männer ab 55

Rumfordstraße 25, 80469 München. Tel. 089/29 16 24 77

[info@muenchner-seniorenboerse.de](mailto:info@muenchner-seniorenboerse.de), [www.muenchner-seniorenboerse.de](http://www.muenchner-seniorenboerse.de)

Öffnungszeiten: Mo bis Do 11.00-16.00 Uhr, Fr 11.00-14.00 Uhr

## 6 km Langsam Spazierend Wandern mit Heidrun Essig

Wir unternehmen *gemeinsam* leichtere Tagestouren in gemäßigtem Tempo für nicht ganz so rüstige Wanderfreunde oder die auf diese Rücksicht nehmen, mit ca. 12-15 Teilnehmern ca. 6 km / 2-3 Std. reine Gehzeit, mit MVV oder DB. Während einer langen Pause (1,5 - 2 Std.) kehren wir ein oder machen eine Brotzeit.

Touren können sich je nach Wetterlage ändern

(( Treffpunkt & -zeit bleiben dabei wie jeweils angegeben! Gerne abends vorher bei Heidrun anrufen. ))

**Ausrüstung:** Getränk, feste Schuhe, Regenschutz, **Stöcke** (bei Bedarf)

**Anmeldung & RECHTZEITIGE Absage - auch von der Warteliste - in der Seniorenboerse**

**Treffpunkt: i. d. R. am Stachus oben zwischen Brunnen & McDonalds.**

- (1) **Freitag 4.04.25**  
Treff 9.30 Uhr am Hbf  
Starnberger Flügel-Bhf  
vor dem Ticketschalter  
!!! insg. ca 10-11 Std !!!
- Benediktbeuern - Kloster - Rundweg, kurz**  
Um Klosterweiher, am Mühlbach, ins Kloster mit Eierkunstmarkt & Klosterpark.  
**Einkehr:** Klosterbräustüberl nach 3,5 km, ca. 12.30 Uhr.  
**Hinfahrt:** RB66 Gl.29 9.59-10.59; **Rückfahrt:** stdl. RB66 17.51-19.00 Uhr.  
**Kosten:** € 4 (mit Deutschland-Ticket).
- (2) **Donnerstag 17.04.25**  
Treff 9.30 Uhr am  
Stachus siehe oben
- Grafring - Schloss Elkhofen Rundweg, kurz** - 65 Hm auf & ab  
**Einkehr:** Schlossgasthof nach 3,5 km, 12.30 Uhr.  
**Hinfahrt:** S6 9.49-10.27 Grafring Bhf, Bus 444 bis Bergstr 10.50-11 Uhr.  
**Kosten:** € 4 (Ticket Zonen M-3).
- (3) **Freitag 16.05.25**  
Treff 10.30 Uhr am  
Stachus siehe oben
- Botanischer Garten Rundweg, kurz** - 4-5 km  
Durch Frühlinggarten, Rhododendronhain & Rock Garden.  
**Einkehr:** Botan. Garten Cafe nach 2 km, 12.30 Uhr.  
**Hin-/Rückfahrt:** Tram 17 alle 10 Min., FZt 22 Min.  
**Kosten:** € 4 (Zone M mitbringen) zzgl. Eintritt € 4,50.
- (4) **Freitag 13.06.25**  
Treff 10.15 Uhr am Hbf  
vor Gleis 18 & 19  
in der Bahnsteighalle
- Augsburg-Hochzoll: Lech & Kuhsee Rundweg, kurz** - 5 km (+2,5 um den See)  
Hin entlang Lech & Eiskanal, um den Kuhsee, und zurück am Lechufer.  
**Einkehr:** am Kuhsee nach 3 km, ca. 13 Uhr.  
**Hinfahrt:** RB9 Gl.16 10.35.-11.12, **Rückfahrt:** stdl. 17.14/.44, FZt. 40 Min.  
**Kosten:** € 4 (mit Deutschland-Ticket).
- (5) **Freitag 20.06.25**  
Treff 8.30 Uhr am Hbf  
vor Gleis 18 & 19  
in der Bahnsteighalle  
!!! insg. ca 12 Std !!!  
!!! lange Schifffahrt !!!
- Chiemsee-Rundfahrt mit Fraueninsel Rundweg** - (nur bei schönem Wetter)  
Mit der DB nach Prien, mit dem Schiff zur Fraueninsel, nach ca. 4 Std. von der Fraueninsel grosse Schiffsrundfahrt zurück nach Prien.  
**Einkehr:** auf der Fraueninsel ca.13 Uhr, Cafe auf dem Schiff.  
**Hinfahrt:** RE5 Gl.9 8.56-9.51, **Rückfahrt:** RE5 Gl.2 19.06-20.06 Uhr.  
**Schiffsfahrt:** ab Prien 10.30 / 11 Uhr, FZt 30 Min., bis / ab Fraueninsel grosse Schiffsrundfahrt 15.40-17.35, Chiemseebahn 17.50-17.58 Uhr.  
**Kosten:** € 4 (mit Deutschland-Ticket) zzgl. Schiffsticket ca. € 23.
- Schlechtwetter-/Ersatztour:** **Schwanthalerhöhe - Hirschgarten**, durch versch. Grünanlagen  
Treff wie Originaldatum **Einkehr:** La Forchetta nach 3,5 km; **Kosten:** 4 € (Zone M mitbringen).

Längere Varianten all dieser Ziele gibt es bei 7-9 km Gemütlich Wandern

**Die Teilnahme an allen Ausflügen erfolgt auf eigene Verantwortung !**

Für Fragen am Vortag ab 16 Uhr & für Notfälle am Wandertag ab 8 Uhr unter 01577-312 57 57