

SENIORENBOERSE

für Frauen und Männer ab 55

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

info@muenchner-seniorenboerse.de, www.muenchner-seniorenboerse.de

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

7-9 km Gemütlich Wandern mit Heidrun Essig

Wir unternehmen *gemeinsam* Tageswanderungen in mittlerem Tempo mit einigen Pausen mit ca. 12 Teilnehmern 7-9 km bis 300 Hm / 3-4 Std. reine Gehzeit, mit MVV oder DB. Während einer langen (mind. 1,5 Std.) Pause kehren wir ein oder machen eine Brotzeit.

Touren können sich je nach Wetterlage ändern

((Treffpunkt & -zeit bleiben dabei wie jeweils angegeben!))

Ausrüstung: Getränk, feste Schuhe, Regenschutz, **Stöcke** (bei Schnee & Bedarf), **Spikes** bei nächtlichen Minusgraden bzw. Schnee am Wanderort, (gerne abends vorher bei Heidrun anrufen)

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

- (1) **Mittwoch 9.10.24**
Treff 9 Uhr am Hbf
Sarnberger Flügel-Bhf
vor dem Ticketschalter
!!! insg. 12-13 Std !!!
- Bad Kohlgrub: Hörnle Bergwanderung, lang** - 8 km, 250 Hm auf & ab (**Stöcke !**)
Vom Bus zum Sessellift, rauf & runter auf den Hörnle; oben zum Hinteren Hörnle und durch den Wald zurück. Unten entlang des Timberlake Trails zurück zum Bus.
Einkehr: oben Hörnlealm oder Hörnlehütte, evtl. Brotzeit mitbringen. Unten im Ort evtl. Cafe, wenn noch Zeit.
Hinfahrt: RB6 Gl.30 9.32-10.27 bis/ab Murnau Bus EV 10.42-11.06 bis Kurhaus;
Rückfahrt: Bus EV & RB6 18.56-20.26.00 stdl.
Kosten: € 4 & Sessellift € 20 (mit Deutschland-Ticket).
- (2) **Montag 04.11.24**
Treff 9.45 Uhr am
Stachus oben zwischen
Brunnen & McDonalds
!!! Bahn & Bus 2 Std !!!
- Roßwies - Isar - Kalvarienberg - Bad Tölz, lang** - 8 km, 120 Hm auf & ab
Einkehr: Fischrest. Walgerfranz am Anfang, 12.15 Uhr.
Hinfahrt: S7 10.10-10.54 bis/ab Wolfratshsn. Bus 377 B.Steig 4 11.20-12.11 Uhr.
Rückfahrt: Bus 379 17.47 / 18.24-18.56 / 18.45 / 19.47 / 20.25 Uhr.
Kosten: 4 € zzgl. Ticket Zonen M-5.
- (3) **Mittwoch 13.11.24**
Treff 9.30 Uhr am Hbf
Sarnberger Flügel-Bhf
vor dem Ticketschalter
- Benediktbeuern - Kloster - Rundweg, lang** - 9 km
Rundweg entlang versch. Bäche zum Kloster & Klosterpark.
Einkehr: evtl. Brotzeit; Klosterbräustüberl nach 5 km, ca. 13.30 Uhr.
Hinfahrt: RB66 Gl.29 9.59-10.59; **Rückfahrt:** RB66 17.51-19.00 stdl.
Kosten: € 4 (mit Deutschland-Ticket).
- (4) **Mittwoch 11.12.24**
Treff 9.15 Uhr am Hbf
vor den Gleisen 18 & 19
in der Bahnsteighalle
!!! insg. 11-13 Std !!!
- Regensburg: Christkindl-Märkte, lang** - 8 km
Vom Turn & Taxis-Weihnachtsmarkt durch die Innenstadt über weitere Märkte.
Einkehr: Brotzeit und / oder auf X-Märkten & evtl. Spitalgarten gegen 15-16 Uhr.
Hinfahrt: RE2 Gl.25 9.44-11.12; **Rückfahrt:** RE2/25 17.46/51-20.18 stdl.
Kosten: € 4 & Eintritt € 10 (mit Deutschland-Ticket).
- (5) **Mittwoch 18.12.24**
Treff 9 Uhr am Hbf
Sarnberger Flügel-Bhf
vor dem Ticketschalter
!!! Bahnfahrt ca. 3 Std !!!
!!! insg. 12-14 Std !!!
- Lindau Hafenweihnacht, lang** - 7 km
Von Lindau-Reutin an der Seeseite über die Brücke auf die Insel, am nördl. Ufer entlang und von hinten in & durch die Altstadt zur Hafenweihnacht.
Einkehr: 13/14 Uhr; nachm. Hafenweihnacht, evtl. ins Corner Cafe Vogler.
Hinfahrt: RE70 Gl.32 9.20-11.45 an Lindau-Reutin (ab 12.09-12.13 Uhr).
Rückfahrt: 17.55-20.42 stdl.; (evtl. andere Zeiten wg. neuem Fahrplan).
Kosten: € 4 (mit Deutschland-Ticket).

Kürzere Varianten all dieser Ziele gibt es bei Langsam Spazierend Wandern.

Die Teilnahme an allen Wanderungen erfolgt auf eigene Verantwortung.

Für Fragen am Vortag 16-22 Uhr & für Notfälle am Wandertag ab 8 Uhr unter 01577-312 57 57