



Wanderclub 55 plus

**Wander-/Kultur-Programm
2023**

Vorwort des Präsidenten

Nach 10 Jahren ist es an der Zeit, den Führungsstab neuen Hände anzuvertrauen, damit FITAS weiterhin kreativ und unternehmungslustig bleibt, und nicht etwa, weil mir die Freude fehlen würde. Ich schaue gerne auf zehn wunderbare und erlebnisreiche Lebensjahre zurück, wofür ich allen Mitgliedern sowie meinen Kolleginnen und Kollegen im Vorstand ganz herzlich danke. Selbstverständlich bin ich als Mitglied weiterhin dabei und werde wie bisher Wanderungen oder Schneeschuh-Touren organisieren.

Der Vorstand inkl. Präsident schlägt als Nachfolger einstimmig Beat J. Klarer, Ebikon vor; einen waschechten und auch im Wandern versierten, unterhaltsamen Luzerner, der "im Verkehrshaus aufgewachsen ist". An der GV im Januar 2023 in Goldau kann man ihn näher kennen lernen. Bei drei Tageswanderungen wird er im nächsten Jahr bereits die Wanderleitung übernehmen. Ich bin überzeugt, Beat wird ebenso viel Freude als Präsident haben wie ich, und eine vertrauensvolle, erfolgreiche Zusammenarbeit für die Zukunft unseres Clubs gewährleisten.

Erfreulich ist, dass wir auch im Jahre 2022 eine Zunahme der Teilnehmerzahl an unseren Anlässen verzeichnen konnten, nicht zuletzt wegen des 20 Jahre-Jubiläums. Total 767 Personen waren mit FITAS aktiv unterwegs. Ein grosses Dankeschön an alle Wanderleiterinnen und Wanderleiter, die mit ihren kreativen Ideen unsere Herzen immer wieder höherschlagen lassen. Nicht zu vergessen die kompetenten und hervorragenden Wanderleiter-Koordinatorinnen Christine Breitenmoser und Silvia Steiner 🌸. Ebenso erwähnenswert sind unsere exzellenten Kulturbeauftragten Anita und ihre Schwester Myrta Bugini 🌸. Weiterhin legt der Vorstand viel Gewicht auf Erfahrung und Instruktion/Ausbildung unseres Wanderleiter-Teams. "Leiter Erwachsenen sport esa, Fachqualifikation Wandern", sind bei FITAS aktiv dabei. Um à jour zu bleiben, werden auch Erste-Hilfe-Kurse durchgeführt. Nachhaltiger, respektvoller Umgang mit Natur und Tier ist selbstverständlich; insbesondere auch Wildruhezonen und Wildschutzgebiete sind stets zu beachten.

Wanderprogramm 2023: Unser Programm ist gesamtschweizerisch orientiert, Kantone Waadt und Tessin, sowie Abstecher nach Italien und Deutschland sind diesmal dabei. 23 Anlässe in 15 Kantonen, darunter 3 Kulturtage sind geplant. Je nach Möglichkeit kann eine Wanderung abgekürzt oder gesplittet werden. Die Winter-Wanderwoche 2023 findet in Klosters statt, dem alpinen Ferienort im Chalet-Stil, diejenige für 2024 in Les Rasses VD. Lasst euch auch von Ad-hoc-Winterwanderungen und Ad-hoc-Schneeschuhtouren überraschen! Der Vorstand sowie das Wanderleiter-Team danken euch für eine aktive Teilnahme an unseren Anlässen. Das belohnt uns, motiviert und gibt uns neue Ideen.

Auskünfte über Ein- und Mehrtageswanderungen, ebenso über kulturelle Anlässe, sind an die im Programm aufgeführte Wanderleitung zu richten.

Preise: Die im Programm erwähnten Preise für Mehrtageswanderungen enthalten teilweise auch die Kosten für lokale ÖV, Transporte, Bergbahnen. Die Details sind im Wanderprogramm ersichtlich. An Tagesanlässen wird ein Obolus von CHF 10.– pro Person eingezogen.

Ein spezieller Dank geht an alle unsere sehr geschätzten Inserenten, die uns den Druck dieses FITAS-Büchleins wieder ermöglicht haben. Denkt daran, sie zu berücksichtigen!

Im Namen des Vorstands



Hans Hacker (Präsident) im Dezember 2022

Titelseite: Sillerenbühl, Adelboden
(© FITAS Wanderclub, Peter Kurzen)

info@fitas-wanderclub.ch

www.fitas-wanderclub.ch

Postadresse: FITAS Wanderclub, Liselotte Blum, Eichmattstr. 30, 6330 Cham

Vorwort des Präsidenten	2
--------------------------------	---

Inhaltsverzeichnis	3
---------------------------	---

Grundsätzliches / Empfehlungen	4/5
---------------------------------------	-----

Mehrtageswanderungen

Winterferien in Klosters GR	So 22.01. – Fr 27.01.23	6 Tage	7
La Côte, Morges - Nyon VD	So 21.05. – Fr 26.05.23	6 Tage	9
Wander-Highlights im Val Müstair GR	So 16.07. – Fr 21.07.23	6 Tage	11
Adelboden, die Perle im Berner Oberland	So 10.09. – Fr 15.09.23	6 Tage	13

Tageswanderungen / Kulturtage

Ad hoc Schneeschuh- bzw. Winterwanderungen	Jan. / Febr. (Programm nach Ansage)	
Kulturtag 1 , Postverteilzentrum Härkingen + Olten SO	Do 16.03.23	15
Olten-Born-Aarburg-Wartburgwald-Olten SO/AG	Mi 29.03. od. Fr 31.03.23	16
Les Breuleux - Mont Soleil - St. Imier JU/BE	Mi 12.04. od. Fr 14.04.23	17
Primavera Italiana, Lago Piano – Menaggio (I)	Do 20.04. od. Do 27.04.23	19
Höhenwandern im Emmental, Dürrenroth BE	Mi 03.05. od. Fr 05.05.23	20
Zum Chapfensee und nach Vermol SG	Di 09.05. od. Fr 12.05.23	21
Vom Sihlwald über's Albishorn zum Türlerseersee ZH	Mo 05.06. od. Do 08.06.23	22
Kulturtag 2 , Bad- und Industriekultur in Baden AG	Do 22.06.23	25
Zu den Thurwasserfällen und zum Gräppelensee SG	Di 27.06. od. Fr 30.06.23	26
Maria Rickenbach-Stockhütte / Die Kraft der Stille NW	Di 04.07. od. Fr 07.07.23	27
Vom Klausenpass zur Alp Wannelen UR	Di 25.07. od. Fr 28.07.23	28
Heiligkreuz – Farnere - First LU	Mo 07.08. od. Do 10.08.23	29
Pradà – das verlassene Dorf oberhalb Bellinzona TI	Mo 14.08. od. Do 17.08.23	30
Vom Stammheimetal nach Stein am Rhein ZH/SH	Di 22.08. od. Fr 25.08.23	31
Walenpfad: Bannalpsee-Brunnihütte-Ristis NW/OW	Mo 04.09. od. Mi 06.09.23	33
Pilgerweg Twann - La Neuveville BE	Mi 20.09. od. Fr 22.09.23	34
Beschauliche Landschaft im Mittelland, Langenthal BE	Di 10.10. od. Fr 13.10.23	35
BLS Südrampe, den Suonen entlang nach Süden VS	Di 17.10. od. Di 24.10.23	36
Kulturtag 3 , Kernkraftwerk Leibstadt AG+Waldshut (D)	Do 09.11.23	37
Ad hoc Schneeschuh- bzw. Winterwanderungen	Nov. / Dez. (Programm nach Ansage)	

Generalversammlung in Goldau	Di 17.01.23, 10:15
-------------------------------------	--------------------

Vorschau Winterferien 2024, in Les Rasses VD	39
---	----

Schwierigkeitsskala von Wanderrouten	40
---	----

Teilnehmerstatistik 2022	41
---------------------------------	----

Wanderleiter 2023	42
--------------------------	----

Wir über uns	43
---------------------	----

FITAS-Wanderclub 55plus

Wir sind ein Wanderclub mit ca. 180 Mitgliedern und pflegen untereinander einen kameradschaftlichen Ton mit entsprechender Rücksichtnahme. Unsere **Tages- und Mehrtageswanderungen** werden stets von zwei Wanderleitenden begleitet.

Kultur ist ebenfalls Bestandteil unseres Programmes. In der Regel organisieren wir jährlich drei Kulturtage.

Mitgliedschaft/Mitgliederbeitrag

Der Mitgliederbeitrag beträgt CHF 50.–/Person, bzw. CHF 80.–/Paar. Nicht-Mitglieder bezahlen bei Mehrtageswanderungen eine entsprechende Buchungsgebühr. Die Kultur-Anlässe sind nur für Mitglieder reserviert. Bei allen Tagesanlässen bezahlen Mitglieder und Gäste einen Obolus von CHF 10.–.

Tageswanderungen / Anmeldung

Unsere Tageswanderungen sind fix terminiert und haben ein Verschiebedatum. Anmeldungen per E-Mail an den Wanderleiter 1 sind bis Anmeldeschluss jederzeit möglich. Wir empfehlen, sich frühzeitig anzumelden.

Kulturtage / Anmeldung

Unsere Kulturtage haben ein festes Datum. Anmeldungen werden über das Formular «Anmeldung Kultur Anlass» auf der Website unter «Jahresprogramm» entgegengenommen. Aus administrativen Gründen jedoch erst nach dem Erhalt des Reminders, wenn das Formular aufgeschaltet ist.

Mehrtageswanderungen / Anmeldung / Durchführung / Bestätigung

Die Anmeldung kann mit dem Formular «Anmeldung Mehrtageswanderung» auf der Website unter «Jahresprogramm» getätigt werden sobald das Formular für die MTW aufgeschaltet ist. Für die Durchführung muss die angegebene Mindest-Teilnehmerzahl erreicht sein. Jede eingegangene Anmeldung wird bestätigt. Die Teilnehmenden erhalten ca. einen Monat vor der Durchführung ein Detailprogramm, die Teilnehmerliste und die Rechnung.

Anreise zu Mehrtageswanderungen

Die Anreise erfolgt individuell auf eigene Kosten. Angebotene Mitfahrgelegenheiten können entsprechend benützt werden.

Mobil-Tel.-Nr.

Bei allen Anmeldungen bitte immer die Mobil-Nr. ebenfalls angeben. Es ist wichtig, dass die Wanderleiter, speziell vor Antritt einer Wanderwoche, mit einer detaillierten Teilnehmerliste ausgerüstet sind. Dazu gehört unbedingt auch die Adresse und die Telefon-Nr. der nächsten Angehörigen. Im Weiteren empfehlen wir, die Mobil-Nr. des jeweiligen Wanderleiters bei sich einzuprogrammieren.

Tourenbeschriebe

Nebst der Wanderbeschreibung im Büchlein sind die Touren auf der Website unter Jahresprogramm, Wanderrouten auf Schweiz**Mobil** aufgezeichnet. Das Ausdrucken der Route oder Anzeigen des Höhenprofils ist dort beschrieben.

Ausrüstung


Wir empfehlen gute Wanderschuhe und der Jahreszeit angepasste Wanderbekleidung. Auch ein Regenschutz ist oftmals nützlicher als man denkt. Wanderstöcke helfen, Auf- und Abstiege besser zu meistern. Genügend Getränke und eine Kleinigkeit zur Stärkung gehören zur Ausrüstung. Immer dabei sein müssen persönliche und regelmässig benötigte Medikamente, kleine Apotheke sowie ein Notfall-Ausweis.

Versicherungen

Unfallversicherung, Annullationsversicherung, Krankenkasse, Haftpflichtversicherung etc. sind Sache der einzelnen Teilnehmer. Weder der Club noch die Wanderleiter haben entsprechende Versicherungen abgeschlossen. Die **Eigenverantwortung der Mitglieder** hat daher einen grossen Stellenwert. Wird eine Buchung nach Anmeldeschluss zurückgezogen, muss/kann FITAS je nach Situation die anfallenden Kosten in Rechnung stellen.

Haftung

Im Sinne oben erwähnter Eigenverantwortung werden jegliche Haftungsansprüche wegen Schäden materieller oder immaterieller Art, welche in irgendeiner Verbindung mit dem Club-Programm stehen, vom Wanderclub, dessen Vorstand und den Wanderleiter abgelehnt.



**RESTAURANT
RABEN
CHAM**

Restaurant Raben Cham
Hausi und Irma Hocher
Luzernerstrasse 20
6330 Cham
T: 041 780 13 12
F: 041 780 11 38
rabens.cham@bluewin.ch
www.raben.ch



Ob Berg oder Tal. Wir sind immer für Sie da.

Patrick Göcking, Generalagent, T 041 729 72 60, patrick.goecking@mobiliar.ch

Generalagentur Zug
Patrick Göcking

Zeughausgasse 2
6302 Zug
T 041 729 72 72
zug@mobiliar.ch

mobiliar.ch

die **Mobiliar**



Winterferien in Klosters

Unser Ferienort: Die Winterwoche 2023 findet in **Klosters** im oberen Prättigau statt. Der Name geht auf das im 13. Jahrhundert gegründete St. Jakobskloster zurück, in welchem die Prämonstratenser fast dreihundert Jahre lebten und wirkten. Der mittelalterliche Turm der heutigen protestantischen Kirche stammt wohl noch aus der Gründerzeit der Siedlung. Heute kennen wir Klosters vor allem als touristisches Zentrum, von dessen Vorzügen wir uns während der Winterwoche selbst überzeugen können.

Sonntag, 22. Januar 2023 - Freitag, 27. Januar 2023 (5 Übernachtungen)

Unser Hotel: Das **4-Sterne Hotel Alpina** befindet sich direkt neben dem Bahnhof von Klosters-Platz und gegenüber der Talstation der Luftseilbahn, die hinauf auf den Gotschnagrät und ins Skigebiet von Davos-Parsenn führt. Das Hotel besteht aus drei miteinander verbundenen Gebäuden, verfügt über eine hervorragende von Gault Millau prämierte Küche und über einen grosszügigen Wellnessbereich mit Schwimmbad. Die Zimmer bieten viel Platz und Komfort für genussvolle Ferien.

Winteraktivitäten: Die Vorzüge des Skigebietes von Klosters-Davos sind hinreichend bekannt, ebenso die ausgedehnten Langlaufmöglichkeiten. Bewusst pflegt Klosters aber auch die sanften Winteraktivitäten, wie Schneeschuh- und Winterwandern, Schlitteln oder Pferdekutschfahrten. Es gibt also für jeden Geschmack etwas und zu fast allen Aktivitäten wird man mit der Gästekarte gratis transportiert. Nebst diesen individuellen Sportaktivitäten bietet die Wanderleitung auch ein Wochenprogramm an.

Preise:

- DZ als EZ: CHF 1'260.- pro Person
- DZ für Doppelnutzung: CHF 1'150.- pro Person

Anmeldungen: Die Winterwoche ist ausgebucht. Evtl. bei Absagen noch möglich.

Wanderleitung: Peter Hobi, 041 741 71 92/079 126 63 56, eduassist-p.hobi@bluewin.ch
Hans Hacker, 041 710 25 82/076 375 10 01, hackerzug@gmail.com

Romantik Hotel Mont-Blanc au Lac ****



Dieses seit 1857 bestehende Hotel an spektakulärer Seelage mit Blick auf den majestätischen Mont Blanc, die malerische Umgebung und der herzliche Empfang werden Ihren Aufenthalt zu einem angenehmen Erlebnis machen.

Die spezielle Umgebung, der aufmerksame Empfang und die Tradition des Hauses machen aus dem Hotel Mont-Blanc einen idealen Aufenthaltsort. Im Sommer steht Ihnen das Terrassen-Restaurant zur Verfügung.

Am Ufer des Sees, mitten im Wald oder auf den Bergrücken des Jura bieten Morges und seine Region viele Wanderungen an.

Markierte Wanderwege ermöglichen Ihnen, die Region zu näher entdecken. Einige Wanderungen bieten didaktische Tafeln, die Sie über den Reichtum der Flora und Fauna informieren.

Kommen Sie, entdecken Sie die prächtigen Landschaften der Region!

Rue des Alpes 1
1110 Morges
Tel. +41 21 804 87 87
Fax +41 21 801 51 22
info@hotel-mont-blanc.ch
www.hotel-mont-blanc.ch





La Côte – Ein Ferienziel par Excellence am Lac Léman

Unser Ferienort: Morges, 15'000 Einwohner, wunderschöne Altstadt, Fussgängerzone La Grand-Rue, blumengeschmückte Seepromenade entlang dem Genfersee – Lac Léman. Rebberge, geheimnisvolle Wanderwege, Schlösser, Museen und charmantes Altstadtleben sind einige der Höhepunkte der schönen Seeufer-Region zwischen Morges und Nyon.

Sonntag, 21. Mai bis Freitag, 26. Mai 2023 (5 Übernachtungen)

Unser Hotel: Das Romantik Hotel Mont Blanc au Lac**** befindet sich unmittelbar an der Seepromenade und ist in 12 Minuten zu Fuss vom Bahnhof erreichbar. Der majestätische Mont Blanc (4810 m) ist bei gutem Wetter auch von unserem Hotel sichtbar.

Programm:

- **Tolochenaz – Morges:** Ab Tolochenaz (Audrey Hepburn) via dem Sentier de la Truite am Fluss Boiron zum Genfersee, Parc de l'Indépendance und Altstadt.
2:15 h, +63 m/-108 m, HD 45 m, L 8 km, **T1**
- **Sentier des Toblerones (Bassins – Prangins):** Keine Schokolade, sondern ein historischer Lehrpfad, der zwischen Jurahöhen und Genfersee einer Verteidigungslinie aus dem 2. Weltkrieg folgt.
3:30 h, +87 m/-456 m, HD 380 m, L 12.7 km, **T1**
- **Aubonne – Arboretum – Bière:** Vom historischen Dorf Aubonne (500 m) aus, über Rebberge hinauf zum Baumpark Arboretum (Japanische Kirschbäume, Himalaya-Zedern, Mammutbaum etc.). Weiter im Flusstal nach Bière (700 m).
3:30 h, +384 m/-190 m, HD 200 m, L 9.3 km, **T1**
- **Jura Vaudois (Les Cheseaux/St. Cergue - Barillette – St. Cergue):** Jura-Bergwanderung ab Les Cheseaux (1090 m) über Alpweiden zum Berg-Chalet-Restaurant La Barillette (1528 m), Fondue-lastig. Einheimisches Taxi-Unternehmen (Dany, Rolle) steht gegen separatem Entgelt für Fahrten zum Barillette bereit, wenn gewünscht.
3:00 h, +438 m/-473 m, HD 438 m, L 8.3 km, **T2**
- **Château de la Sarraz (Cossonay – La Sarraz):** Fast tausend Jahre Geschichte verbinden wir mit der Wanderung zum Schloss. Über Felder, durch Wälder und mit Blick auf die Schlucht von Venoge erreichen wir den historischen Ort.
3:30 h, +207 m/-269 m, HD 139 m, L 10.5 km, **T1**
- **Château Vuillerens, die berühmten Iris-Gärten und Parkanlagen:** Mit etwas Wetterglück blühen bei unserem Besuch mehr als 400 verschiedene Iris-Arten, einmalig in ganz Europa, ein Traum. Iris-Felder- und Schloss-Rundgang, sowie grossflächiger Park mit interessanten Skulpturen. 1:00 h, +35/-35 m, L 3 km, **T1**

Preise: Pro Person inkl. Halbpension

DZ Superior (20m2): **CHF 1'290.--** (teilw. Seesicht) **DZ/EZ** (14 m2): **CHF 1'390.--** (t.S.)

DZ Deluxe (26 m2): **CHF 1'440.--** (Seesicht) **EZ** (14m2): **CHF 1'290.--** (t.S.)

Teilnehmerzahl: Mindestens 14, maximal 22 Personen, + 2 WL

Anmeldung: Bis **31. März 2023** mit Anmeldeformular auf der Website.

Wanderleitung: Hans Hacker, 076 375 10 01, hackerzug@gmail.com
Liselotte Blum, 079 744 28 53, sekretariat@fitas-wanderclub.ch



HOTEL CENTRAL
La Fainera
★★★ SUPERIOR

7535 Valchava

Tel. +41 (0)81 858 51 61 • www.centralvalchava.ch

Val Müstair (GR)

Mitten im traumhaften Wander- und Schneeparadies von **Val Müstair** beim **Schweizer Nationalpark** bietet Ihnen das beliebte **Hotel Central** vielfältige Tourenwochen im Sommer und im Winter an. Geniessen Sie die Gemütlichkeit und den Komfort unserer 20 alpin, modern eingerichteten Zimmer in Lärchen- und Arvenholz. Erholen Sie sich zwischendurch in unserer kleinen Wellness-Oase und lassen Sie sich verwöhnen von unserer Küche mit regionalen Bio- und Fleischprodukten aus dem Biosfera Val Müstair. Weitab jeder Hektik erleben Sie bei uns noch den Zauber der Ruhe, Einfachheit und Gastfreundschaft. Ihre Gastgeberin Claudia Bättig gibt Ihnen gerne weitere Auskünfte. Gruppenpreise auf Anfrage.





Wander-Highlights im Val Müstair

Unser Ferienort: Valchava (1412 m) im herrlichen Val Müstair, Ausgangspunkt für wundervolle Wanderungen, ganz in der Nähe des Nationalparks.

Sonntag, 16. Juli 2023 bis Freitag, 21. Juli 2023 (5 Übernachtungen)

Unser Hotel: Das Hotel Central in Valchava (***) liegt mitten im UNESCO-Biosphärenreservat Val Müstair – Nationalpark. Es verwöhnt uns mit einem [alpinen Biosphäre-Schlemmer-Frühstücksbuffet](#) und am Abend mit einem 4-Gang Wahl-Menu aus regionalen Spezialitäten. Der ÖV ist eingeschlossen, inkl. An- und Abreise ab und bis Zernez.

Programm: Kann je nach Wetter und Wegbeschaffenheit angepasst werden

- **Rund um Valchava:** Valchava – Sta. Maria – Döss da las Levras – Chalchera – zum Hotel zurück, 2 Std., L 5 km, +191 m/-195 m, **T1**
- **Auf dem Höhenweg über dem Münstertal:** Süssom Givè – Plaun da L’Aua – Alp da Munt – Lai Da Juata (2230 m) – Alp Champatsch – Lü (1916 m), 3:30 Std., L 10 km, +250 m/-470 m, **T1/T2**
- **Unterwegs im schweizerischen Nationalpark:** Buffalora – Alp La Schera (2095 m) – Il Fuorn (1795 m) 5 Std., L 11 km, +500 m/-700 m, **T2**
- **Die Perle des Val Müstair, Lai da Rims:** Döss Radond – Fuorcla Praveder (2678 m) – Lai da Rims – Las Clastras (1947 m), 4:30 Std., L 11 km, +750 m/-750 m, **T2/T3**
- **Nationalpark Margunett:** P8 – Val Stabelchod – Margunett (2329 m) – Val dal Botsch – P8 oder Il Fuorn (1795 m), 4:15 Std., L 8 km, +500 m/-600 m, **T2/T3**
- **Am Fusse des Piz Daint:** Süssom Givè – Davo Plattas – Döss da las Plattas (2296 m) – Buffaloras (1968 m), 3 Std., L 6 km, +250 m/-430 m, **T2**

Preise: Pro Person inkl. HP
DZ: CHF 900.- DZ als EZ: CHF 1005.-

Teilnehmerzahl: Mindestens 16, maximal 19 Personen, + 1 WL

Anmeldung: Bis **31. Mai 2023** mit Anmeldeformular Mehrtagestour via Website

Wanderleitung:

WL1 Christoph Schenker, Tel. 041 544 23 49 / 079 689 41 43 / c.schenker@datazug.ch
WL2 Chantal Lörtscher unterstützt uns als einheimische Wanderleiterin, sie wohnt in Valchava



Wer im Steinmattli bucht, entscheidet sich für eine sehr gute Preis-Leistungs-Qualität im Bereich der Viersternehotels. Der Gastgeber Ralph Marc Diebold legt Wert auf eine sehr persönliche Atmosphäre. Ruhig und trotzdem zentral gelegen bietet das Haus grosszügige Zimmer und aussergewöhnlich grosse Nasszellen an. Komfortabel die Bestuhlung auf den sonnenverwöhnten Balkonen.

Im hauseigenen Restaurant Alpenchic speisen Sie ganz gemütlich am Cheminee. Gepflegt wird eine marktfrische Küche mit regionalen Produkten. Der Fokus des Küchenchefs gilt «against foodwaste». So verwandelt das Küchenteam z.B. die Schalen der Kartoffeln in leckere Chips, die zum Apero serviert werden.

Das Haus wird CO₂-neutral bewirtschaftet: Ein Tesla für die Gäste ist ebenso im Angebot wie 4 E-Bikes. Die Wellnessoase sorgt für Entspannung nach einer ausgiebigen Wanderung durch die herrliche Bergwelt Adelbodens

KONDITIONEN (4-STERNE-HOTEL)
Preis: DZ ab Fr.256.- inklusive Halbpension

Hotel STEINMATTLI
Risetensträssli 10, CH-3715 Adelboden, T+41 (0)33 673 39 39
info@hotel-steinmattli.ch, www.hotel-steinmattli.ch



Adelboden, die Perle im Berner Oberland

Unser Ferienort: Das Vogellisi von Adelboden ruft die netten Leute der FITAS erneut nach Adelboden (1353 m), ins Wanderparadies im Berner Oberland, mit Berühmtheiten wie eben dem Vogellisi, dem legendären Chuenisbärgli und mit einer grossartigen Natur- und Kulturlandschaft.

Sonntag, 10. September bis Freitag, 15. September 2023 (5 Übernachtungen)

Unser Hotel: Das gemütliche Hotel Steinmattli**** liegt an ruhiger Lage im Herzen von Adelboden

Programm:

- **Cholereenschlucht:** Durchwandern der imposanten Cholereenschlucht und zurück nach Adelboden. 1:45 h, +304 m /-61 m, HD 275 m, L 5,2 km, **T1**
- **Oeschinensee:** Rundwanderung von Kandersteg (1170 m) hoch zum Oeschinensee (1593m) und wieder zurück. 3:45 h, +625 m/-625 m, HD 526 m, L 11,4 km, **T2**
- **Engstligenalp:** Unter dem Birg (1405 m) ist der Startort der Wanderung auf die Engstligenalp (1964 m) und über Hinterengstligen geht's wieder zurück zum Postauto. 3:30 h, +755 m/-755 m, HD 652 m, L 7,75 km, **T2** (kann mit der Bahn abgekürzt werden)
- **Tschentenalp:** Von der Tschentenalp (1941 m) geniessen wir die einmalige Aussicht, wandern über die Schermtanne (1520 m) und auf dem Höhenweg nach Adelboden (1352 m), 3:00 h, +318 m/-910 m, HD 779 m, L 9,80 km, **T2**
- **Hahnenmoos:** Von Adelboden wandern wir nach Geils (1707 m), fahren mit der Bahn nach Hahnenmoos (1957 m), spazieren über den Panoramaweg nach Sillerenbühl (1947 m), und per Bahn zum Hotel zurück. 2:50 h, +591 m/-201 m, HD 506m, L 9,10 km, **T1/T2**
- **Engstligenfälle:** Wir besuchen die Engstligenfälle und wandern zurück nach Adelboden. 1:45 h, +191 m/-250 m, HD 160 m, L 6,18 km, **T1**

Preise: Pro Person inkl. HP
DZ: CHF 960.– DZ als EZ: CHF 1130.– EZ: CHF 1030.–

Teilnehmerzahl: Mindestens 14, maximal 23 Personen, + 2 WL

Anmeldung: Bis **23. Juli 2023** mit Anmeldeformular Mehrtagestour via Website

Wanderleitung:

WL1 Peter Kurzen, 044 715 22 13 / 079 466 79 21 / peter_kurzen@bluewin.ch
WL2 Christine Breitenmoser, 076 392 24 20 / christine.breitenmoser@bluewin.ch



Ein kleiner Einblick in unser Dienstleistungsangebot:

- Bepflanzungen
- Fällarbeiten
- Gartenunterhalt
- Jahresunterhalt
- Mäharbeiten
- Rasenpflege
- Rosenpflege
- Pflanzenschutz
- Schneeräumung
- Schnitтарbeit (Hecken, Stauden, Sträucher, etc.)
- Umgebungspflege
- Grabpflege
- Brennholz Lieferung
- Dachkontrollen (Abläufe kontrollieren und Problemunkräuter entfernen)
- Unterhalt und Pflege der Hartflächen
- Garagen Reinigungen
- Räumungen von Wohn und Eigenheimen
- Mithilfe und Beratung durch die Bau- und Pflegephase
- Gartenumänderung / Neubau

Mooswey GmbH /Tel 076 296 02 02

Utigenhof 2

6340 Baar



Kulturtag - Postverteilzentrum in Härkingen und Stadt Olten

Wer schreibt noch Briefe oder Ansichtskarten ... und sendet seine Post mit einer Sonderbriefmarke? Oder wer bestellt Kleider oder Computerteile online? Die Post bringt alles Bestellte rasch und direkt nach Hause. Was passiert mit Postsendungen, die nie beim Empfänger ankommen, weil sie falsch adressiert sind? Ein Augenschein zeigt uns auch, wie dieses Problem gelöst wird. Und vieles mehr! Das Brief- oder Paketzentrum in Härkingen verschafft uns einen tiefen Einblick in die faszinierende Welt der Postverarbeitung auf höchstem technischem Niveau. Zur Vorbereitung auf unseren Kulturtag lohnt sich ein Blick auf die Website der Post. <https://www.post.ch/de/ueber-uns/portraet>. Das alles ist *Die Post*. Nach dem Mittagessen in Olten erkunden wir die *Literatour*-Stadt individuell.

Wir besuchen das Brief- oder das Paketzentrum. Die Gruppenzuteilung erfolgt nach Ende der Anmeldefrist, damit das entsprechende Bahnticket gelöst werden kann. Die Zentren liegen nicht direkt nebeneinander.

Datum **Donnerstag, 16. März 2023**

Anreise 07:03 ab Zug IR75, 07:53 ab HB Zürich IR35 Z / 08:28 an Olten
08:35 ab Olten / 08:42 an Hägendorf, 08:45 ab Hägendorf Bus 513
08:52 an Härkingen
PW: Parkplätze bei beiden Zentren: Postzentrum Altgraben 5,
Briefzentrum Lischmatt 40

Treffpunkt Ort folgt

Programm 09:05 Begrüssung, Kaffee und Gipfeli im PostGusto, Zentrum
bis ca. 11:00 Führung
11:53 mit Bus/Bahn von Härkingen nach Olten
12:45 Mittagessen, Restaurant und Menu folgen
14:30 Stadtspaziergang nach Themen in Olten
zB Schriftstellerweg (Franz Hohler, Alex Capus oder Pedro Lenz)

Kosten Startkaffee und Gipfeli sowie Führung offeriert die FITAS

Details folgen Anfang März 2023

Anmeldungen werden nach zeitlichem Eingang berücksichtigt. Bitte anmelden bis Dienstag, 7. März 2023, 12 Uhr, mit dem Formular "Anmeldung Kultur Anlass" auf unserer Website unter Jahresprogramm oder per Mail an kultur@fitas-wanderclub.ch

Organisation Anita und Myrta Bugini, 079 245 41 04, anita.bugini@bluewin.ch



Olten – Born – Aarburg – Wartburgwald – Olten

Olten, die grösste Stadt im Kanton Solothurn, liegt beidseits der Aare am Jurasüdfuss. Bekannt ist Olten als Eisenbahnknotenpunkt der Ost-West- und Nord-Süd-Achse, bietet aber auch ein beachtliches Naherholungsgebiet mit der Hügelreihe Born und Säli, das zu entdecken sich lohnt.

Datum: **Mittwoch, 29. März 2023 (bzw. Freitag, 31. März)**

Treffpunkt: **9:00 Uhr im Bahnhofbuffet Olten, Perron 7**

ÖV: Hinfahrt: Zug ab 7:47, Zürich HB ab 8:30, Luzern ab 8:05

Rückfahrt: ab Olten gute Verbindungen in alle Richtungen

PW: Gebührenpflichtige Parkplätze beim Bahnhof oder im Parkhaus Winkel

Wanderung:

Vom Bahnhof (394 m) geht es direkt an die Aare, dann über die Holzbrücke, um ganz kurz noch ein wenig Altstadt mitzubekommen. Weiter der Aare entlang und bald danach zum Aufstieg auf den Born (719 m), dessen Höhe auf wurzeligen, steinigen Waldwegen in knapp zwei Stunden erreicht wird. Möglichkeit für Picknick. Ein etwas steiler Abstieg folgt nun beim Restaurant Höfli (457 m) vorbei nach Aarburg (400 m). Zum Teil auf Treppen geht es zur beeindruckenden Festung (442 m) hinauf. Nun wird der Wanderweg breiter; angenehm geht es durch den Wartburgwald, wo bei einer Grillstelle (535 m) nochmals eine Pause eingelegt wird. Hier gibt es zwei Möglichkeiten: zusätzlich 20-minütiger Aufstieg zum Sälschlössli (664 m) oder direkt via Wildpark Mühletäli und Aussenquartiere nach Olten. Es wird vor Ort entschieden.

Wanderzeit: ca. 4:30 h, +580m/- 580m, HD 330 m, L 14 km, **T2/T1**

Verpflegung: Aus dem Rucksack oder im Restaurant Höfli

Anmeldung: Bis Montag, 27. März 2023 (bzw. Mi, 29. März) **12:00 Uhr** beim Wanderleiter 1

Durchführung: Auskunft ab Dienstag, 28. März 2023 (bzw. Do, 30. März) **10:00 Uhr** beim Wanderleiter 1 oder auf der Website

Wanderleitung: Marianne Bircher, 079 613 87 58 / 062 842 39 85, mabir@bluewin.ch
Madeleine Mastel, 079 275 47 52, mastel@datazug.ch



Les Breuleux – Mont Soleil – St. Imier

Wanderung in Freiburger Juralandschaft, bald über Wiesenpfade, bald durch lichten Tannenwald, an Trockenmauern vorbei. Soweit man sieht, grüssen Krokusse und leuchtend gelbe Osterglocken. Eindrücklich, die nahe Begegnung mit den Windturbinen.

Datum: **Mittwoch, 12. April 2023 (bzw. Freitag, 14. April)**

Treffpunkt: **10:15 Uhr vor dem Bahnhof in Les Breuleux JU**

ÖV: Hinfahrt: Zug ab 7:31, Zürich HB ab 8:04, Luzern ab 7:54

Rückfahrt: Standseilbahn (Funiculaire) Mont Soleil ab xx:25 und xx:55 nach St. Imier (Kosten CHF 2.80 mit Halbtax/ GA)

St. Imier ab via Biel 15:45 oder 15:59

PW: Parking in Biel möglich, Weiterfahrt mit ÖV nach Les Breuleux

Wanderung:

Gemeinsam wandern wir ca. 15 Minuten in Richtung «les Vacheries» zum Hôtel de la Balance (1034 m) zum Startkaffee. Beschaulich geht es durch die Paturage communal zum ersten Trink- und Fotohalt bei Les Envers (1061 m). Aufwärts, am Hof Daxelhofer (1171 m), der Combe Aubert (1230 m) vorbei zum Picknickplatz (1218 m). Mittagstrast mit Sicht zum Chasseral. Westwärts geht es weiter zum höchsten Punkt des Mont Soleil (1291 m). Wir kommen an der grossen, eindrucklichen Photovoltaikanlage vorbei, und bald ist die Bergstation der Standseilbahn in Sicht. Kurze Fahrt hinunter nach St. Imier. Gutes Schuhwerk (feuchte Weiden) ist empfohlen.

Wanderzeit: ca. 3:15 h, + 360 m/- 200 m, HD 270 m, L 11,7 km, **T1**

Verpflegung: Aus dem Rucksack

Anmeldung: Bis Montag, 10. April 2023 (bzw. Mi, 12. April) **12:00 Uhr** beim Wanderleiter 1

Durchführung: Auskunft ab Dienstag, 11. April (bzw. Do, 13. April) **10:00 Uhr** beim Wanderleiter 1 oder auf der Website

Wanderleitung: Marianne Bircher, 079 613 87 58 / 062 842 39 85, mabir@bluewin.ch
Dora Moeckli, 077 444 77 28, doramoeckli@gmail.com



Più di 40 lingue gratuitamente
12 anni di precisione svizzera
www.duolingo.com



Il tuo momento italiano
www.radiovolare.com



Primavera Italiana: Lago Piano – Parco Val Sanagra - Menaggio

Zwischen Lago Ceresio (Luganer See) und Comer See geniessen wir Naturschutzgebiete, wandern auf teilweise verschlungenen Wegen vorbei an kleinen Dörfern, bis wir den Comer See erblicken und in Menaggio landen. Piazza Garibaldi, die Altstadt und die Seepromenade laden zum Verweilen ein. Der Nachmittag steht frei zur Verfügung, z. B. ein Besuch der nahen prächtigen Park-Villa Carlotta, oder auch mit der Fähre nach Bellagio ist denkbar.

Datum: **Donnerstag, 20. April 2023 (bzw. Donnerstag, 27. April)**

Treffpunkt: **08:05 Bahnhof Lugano, "Stazione Nord" = Haltestelle ital. Autobus C12 "Menaggio" (Abfahrt 08:25), ID mitnehmen!**

ÖV: Hinfahrt: Zürich ab 6:05, Luzern ab 06:18, Zug ab 6:30

Rückfahrt: Menaggio "Via Lusardi" ca. 17:35, Lugano ca. 19:00 halbstündlich

Empfehlung: Am Vortag anreisen, übernachten in Lugano, DZ ca. 230.-- CHF

PW: P+Rail Bahnhof Lugano "Stazione Nord" oder "Süd", CHF 12.00 pro Tag

Wanderung:

Busfahrt von Lugano Stazione Nord nach San Pietro Ghiacciaia (I). Durch das südseitige Naturschutzgebiet Lago Piano (280 m) zum Weiler La Santa. Aufstieg auf der anderen Talseite hinauf zur historischen 300-jährigen "Rogolone"-Eiche (430 m). Wald und offene Lichtungen begleiten uns zum malerischen Dorf Codogna (480 m), wo der kurze Abstieg zum Bergbach Sanagra (410 m) ansteht. Nach ca. 2 km durch den Naturschutzpark Sanagra, und stetig abwärts, erreichen wir Lovenno (290 m), danach Menaggio (200 m).

Wanderzeit: ca. 3:45 h, +390 m/-520 m, HD 260 m, L 12 km, **T1**

Verpflegung: L'Agriturismo "La Vecchia Chioderia", am Bergbach Sanagra

Anmeldung: Bis Freitag, 14. April 2023 (bzw. Fr, 21. April) **12:00 Uhr** beim Wanderleiter 1, Übernachtung in Lugano/Reservation nötig?

Durchführung: Auskunft ab Dienstag, 18. April 2023 (bzw. Di, 25. April) **10:00 Uhr** beim Wanderleiter 1 oder auf der Website

Wanderleitung: Hans Hacker/ 041 710 25 82 / 076 375 10 01 / hackerzug@gmail.com
Ursula Locatelli / 091 930 89 92 / 076 596 11 10 /
ursulalocatelli@hotmail.com



Höhenwanderung im Emmental

Die Wanderung in sanfter Hügelland begeistert durch grandiose Aussichten und Blicke in die stillen, bewaldeten, tiefer gelegener Täler. Gleichzeitig bietet sie stattliche Bauernsitze am Wege. Dürrenroth ist ein Kleinod ländlicher Baukultur mit einem historischen Ortskern. Die Kirche besitzt in ihrem Turm eine der ältesten Glocken der Schweiz aus dem Jahre 1392.

Datum: **Mittwoch, 3. Mai 2023 (bzw. Freitag, 5. Mai 2023)**

Treffpunkt: **09:30 Uhr Dürrenroth**, Restaurant Bären neben der Kirche

ÖV: Hinfahrt: Zug ab 07:36, Zürich ab 07:53, Huttwil ab 09:14
Dürrenroth an: 09:24

Rückfahrt: Dürrenroth ab ...30 Richtung Huttwil

PW: Parkplatz bei der Kirche in Dürrenroth (max. 4 Stunden)

Wanderung:

Vom Dorfplatz (697 m) verläuft die Route hinunter zur Bahnlinie, wo der Weg sogleich steil ansteigt bis wir die Höhe beim Chabisberg (804 m) erreicht haben. Die folgenden fünf Kilometer bieten schönsten Höhenwandern. Es geht über Ganzenberg (759 m) über Felder und Waldstücke bis nach Gschwend (719 m). Hier beginnt der Abstieg nach Ursenbach (595 m), wo wir in der Nähe die Mittgasrast einlegen werden. Leider gibt es in Ursenbach kein Restaurant mehr. Nach einem kurzen Wegstück entlang der Strasse zweigt der Weg rechts ab und steigt wieder etwas an bis nach Güdelweid (726 m). Der Weg zurück nach Dürrenroth beglückt genauso mit fantastischem Alpenpanorama. Über Höhe (729 m) geht es nach Rossweid (733 m) und dann folgt der Abstieg zurück nach Dürrenroth.

Wanderzeit: ca. 4:00 h, +520m/-520m, HD 249 m, L 14 km, **T1/T2**

Verpflegung: Aus dem Rucksack, kein Restaurant unterwegs

Anmeldung: Bis Montag, 1. Mai 2023 (bzw. Mi, 3. Mai), **10:00 Uhr** beim WL 1

Durchführung: Auskunft ab Dienstag, 2. Mai 2023 (bzw. Do, 4. Mai) ab **10:00 Uhr** beim Wanderleiter 1 oder auf der Website

Wanderleitung: Peter Kurzen, 044 7152213/079 4667921, peter_kurzen@bluewin.ch
Christine Breitenmoser, 076 3922420, christine.breitenmoser@bluewin.ch



Zum Chapfensee und nach Vermol

Oberhalb von Mels liegt der Chapfensee. Auf dem Weg dahin begegnet uns eine abwechslungsreiche Landschaft mit herrlichen Aussichten zu den Churfürsten, zum Gonzen, ins Rheintal bei Sargans, zum Falknis und Vilan und bei guter Fernsicht ins Prättigau hinein.

Datum: **Dienstag, 9. Mai 2023 (bzw. Freitag, 12. Mai 2023)**

Treffpunkt: **08:55 Bahnhof Mels**

ÖV: Hinfahrt: Zug ab 07:04, Zürich ab 07:43, Mels an 08:54

Rückfahrt: Mels ab 16:04, 16:37, 17:04, 17:37

PW: Parkplatz beim Bahnhof gebührenpflichtig

Wanderung:

Nach dem Morgenkaffee im Wirtshaus zum Melserhof geht es der Seez entlang, vorbei an der Lourdgrotte, nach Plons. Von da an steigen wir auf guten Wanderwegen gleichmässig über Oberplons, Meilen (788 m), Schigg zum Chapfensee (1029 m). Der Chapfensee ist ein Stausee, der als solcher aber kaum wahrgenommen wird, er liegt eingebettet in einer ursprünglichen Landschaft. Wir wandern dem Chapfensee entlang und nehmen nun den sanften Anstieg durch eine abwechslungsreiche Wald- und Moorlandschaft zum Weiler Vermol (1098 m). Bei der kleinen Kapelle hoch über dem Weisstannental legen wir eine Mittagsrast ein und geniessen die wunderbare Rundschau. Von hier geht es abwärts über Rüfi, St. Martin, durch die Rebbergen nach Mels (486 m) zum Bahnhof.

Wanderzeit: ca. 4:40 h, +719 m/-719 m, HD 653 m, L 14,05 km, **T2**

Verpflegung: aus dem Rucksack

Anmeldung: Bis Sonntag, 7. Mai (bzw. Mittwoch, 10. Mai) **12:00 Uhr** beim Wanderleiter 1

Durchführung: Auskunft ab Montag, 8. Mai (bzw. Donnerstag, 11. Mai) **10:00 Uhr** beim Wanderleiter 1 oder auf der Website

Wanderleitung: Rolf Leu, 044 955 04 54 / 079 444 61 68, solterra@swissonline.ch
Erna Wiederkehr, 041 760 16 24 / 079 721 14 69,
erna.wiederkehr@databaar.ch



Vom Sihlwald über's Albishorn zum Türlensee

Seit 1. Januar 2010 besitzt der Sihlwald das offizielle Label Naturerlebnispark von nationaler Bedeutung. Ein wichtiger Bestandteil im ursprünglichen Wald ist das Totholz, das im Sihlwald laufend zunimmt. Alte eindruckliche Baumriesen, die bis zu 250 Jahre alt sind, kleine, junge Bäume und solche im besten Alter von rund 120 Jahren prägen eindrucklich das Bild. Vom Sihlwald führt uns ein abwechslungsreicher Weg über's Albishorn hinunter ins Reppischtal bis zum romantischen Türlensee.

Datum: Montag, 5. Juni 2023 (bzw. Donnerstag, 8. Juni)

Treffpunkt: 09:45 Bahnhof Sihlwald (leider kein Startkaffee möglich)

ÖV: Hinfahrt: Zug ab 08:34, Zürich ab 09:18 S4 (Gleis 21 UG altes Shopville)

Rückfahrt: Hausen Riedmatt ab 15:34 (nach Baar), 15:47 (nach Thalwil)

PW: Bahnhof Sihlwald oder Langnau-Gattikon (gebührenpflichtig)

Wanderung:

Vom Bahnhof Sihlwald (485 m) führt uns der Weg Richtung Albishorn (909 m) hinein in die Waldwildnis, vorbei an Wurzeln und umgekippten Baumstämmen (nur die Wanderwege werden geräumt) - wo wir mit allen Sinnen das „Waldbaden“ erleben können. Je höher wir hochsteigen, desto ruhiger und wilder wird es. Nach dem romantischen Waldweiher (809 m) geht es im Zickzack hinauf zum Bergrestaurant Albishorn mit grandiosem Ausblick ins Zugerland, Zürichseegebiet und auf die Bergwelt. Nach der Mittagspause wandern wir auf dem Gratweg auf und ab bis Schnabellücken (801 m) und über Tüfenbach hinunter zum Türlensee (644 m). Im Restaurant Erpel gibt's einen Abschiedstrunk. Die Haltestelle Riedmatt ist in 10. Min. zu Fuss erreichbar.

Wanderzeit: ca. 3:15 h, +494 m /-325 m, HD 431 m, L 8,3 km, T1/T2

Verpflegung: Rucksack oder im Restaurant Albishorn

Anmeldung: Bis Samstag, 3. Juni 2023 (bzw. Di, 6. Juni) 12:00 Uhr beim Wanderleiter 1

Durchführung: Auskunft ab Sonntag, 4. Juni (bzw. Mi, 7. Juni) 10:00 Uhr beim Wanderleiter 1 oder auf der Website

Wanderleitung: Christine Breitenmoser, 076 392 24 20, christine.breitenmoser@bluewin.ch
Susanne Marthaler, 079 401 15 33, susanne.marthaler@datazug.ch

Ihr Partner für Insektenschutz aller Art

**HOS MANN
MONTAGEN**

Buchhof 60 3308 Grafrenried info@hosmann-montagen.ch +41 79 410 11 63



Blachen, die schützen

... als Abdeckhauben, Vorhänge, für Pools



SIREK BÜCHEL
Print & Blachen Manufaktur

Fuchsbühelstrasse 2, 9470 Buchs (SG)

T +41 81 755 49 49 / www.sirek.ch

Verkauf Zürich: Kantonsstrasse 25, 8807 Freienbach / Verkauf GR: Surveglias 2, 7083 Lantsch/Lenz

Willkommen!

zum Zmittag, Zvieri und Znacht!

Ihr Ausflugs- und Speiserestaurant
zwischen Seetal und Freiamt.



Hochzeiten

Firmenanlässe

Familienfeste

Weihnachtsfeiern

horben.ch



Genussvoll eintauchen

in die einheimische Natur- und Tierwelt

Mitten im Bergsturzgebiet von Goldau liegt der Natur- und Tierpark Goldau. Im märchenhaften Wald leben rund 100 einheimische und europäische Wildtierarten – beobachten Sie Bär und Wolf in ihrer Gemeinschaftsanlage, entdecken den Luchs in den Baumkronen und begegnen Mufflons und Sikahirschen hautnah in der grosszügigen Freilaufzone.

Feiern, bis die Wölfe heulen

Das Restaurant Grüne Gans bietet Ihnen nebst Verpflegung während dem Parkbesuch auch helle und moderne Räume für Ihren Event. Geniessen Sie Ihre private Feier oder geschäftlichen Anlass mitten in der traumhaften Goldauer Idylle.

Natur- und Tierpark Goldau
Restaurant Grüne Gans
www.tierpark.ch
event@tierpark.ch





Kulturtag – Bad- und Industriekultur in der Limmatstadt Baden

Spanisch-Brötlibahn, Brown Boveri & Cie (BBC heutige ABB), Thermalquellen, „Rite, rite Rössli, z'Bade staht es Schlössli...“, Badenfahrt - Schlagwörter der Vergangenheit und Gegenwart? Wir gehen gemeinsam auf eine Zeitreise durch die Stadt und promenieren am Limmatufer entlang, erleben Baden von der römischen Bäderstadt zur fortschrittlichen Industriestadt bis zur heutigen Kultur- und Wellness-Destination. Denn seit Frühjahr 2022 glänzt Baden mit FORTY SEVEN, der neuen Wellness-Therme des Architekten Mario Botta.

Datum **Donnerstag, 22. Juni 2023**

Anreise ÖV 07:31 ab Zug IR 46 / 08:06 ab Zürich / 08:21 an Baden

Treffpunkt 08:30 Bahnhof Baden, Halle

Programm 08:45 Begrüssung, Kaffee und Gipfeli, beim Kurtheater
09:45 bis ca. 12:30 Führung
12:45 Mittagessen: Restaurant und Menu folgen
14:30 Nachmittagsprogramm folgt
Besuch der Industrievillen Brown oder Boveri fakultativ

Kosten Startkaffee und Gipfeli sowie Führung offeriert die FITAS

Details Anfang Mai 2023

Anmeldungen werden nach zeitlichem Eingang berücksichtigt. Bitte anmelden bis Dienstag, 13. Juni 2023, 12 Uhr, mit dem Formular "Anmeldung Kultur Anlass" auf unserer Website unter Jahresprogramm oder per Mail an kultur@fitas-wanderclub.ch

Organisation Anita und Myrta Bugini, 079 245 41 04, anita.bugini@bluewin.ch

Wir freuen uns auf euer Interesse am gemeinsamen Kulturtag in unserer Geburtsstadt Baden.



Zu den Thurwasserfällen und zum Gräppelensee

Das Toggenburg ist eine herrliche Wanderregion. Eine herausragende Wanderung geht von Unterwasser zu den imposanten Thurwasserfälle und zum romantischen Gräppelensee – mit Aussicht auf den Wildhuser Schafberg, den Alpstein und die imposanten Churfirnen.

Datum: **Dienstag, 27. Juni 2023 (bzw. Freitag, 30. Juni 2023)**

Treffpunkt: **09:10 Uhr Bushaltestelle Unterwasser Post**

ÖV: Hinfahrt: Zug ab 07:04, Zürich ab 07:24, Unterwasser Post an 09:10

Rückfahrt: Unterwasser Post ab 15:13, 15:43, 16:13

PW: Parkplatz bei der Bushaltestelle gegen Gebühr

Wanderung:

Nach dem Morgenkaffee im Restaurant Sternen geht es sanft ansteigend zu den Thurwasserfällen mit ihrer 23 m hohen Wasserkaskade. Über einen Stollen kann man den Wasserfall auch aus der Höhe betrachten. Weiter führt der Wanderweg dem Chüeboden entlang aufwärts, dabei haben wir den majestätischen Säntis stets im Blickfeld. Ab Halden (1103 m) geht es über Blumenwiesen steiler bergauf und wir geniessen hier die Aussicht auf die Churfirnen. Über einen Waldweg erreichen wir den wunderschönen Gräppelensee (1307 m), wo wir die Mittagsrast einlegen. Es hat hier Sitzgelegenheiten und wer Lust hat kann ein kühles Bad geniessen. Über den höchsten Punkt Risi (1344 m) geht es bergab nach Gubel (1155 m) und Nesselhalden (953 m) zurück zu unserem Ausgangspunkt Unterwasser (905 m).

Wanderzeit: ca. 3:45 h, +530 m/-530 m, HD 439 m, L 10,7 km, **T2**

Verpflegung: aus dem Rucksack

Anmeldung: Bis Sonntag, 25. Juni (bzw. Mittwoch, 28. Juni) **12:00 Uhr** beim Wanderleiter 1

Durchführung: Auskunft ab Montag, 26. Juni (bzw. Do, 29. Juni) **10:00 Uhr** beim Wanderleiter 1 oder auf der Website

Wanderleitung: Rolf Leu, 044 955 04 54 / 079 444 61 68, solterra@swissonline.ch
Hanspeter Kuster, 041 711 85 27 / 079 233 62 23,
hpkuster46@bluewin.ch



Maria Rickenbach-Stockhütte / Die Kraft der Stille

Das Klosterdorf Maria Rickenbach (Benediktinerinnen) erreicht man nur per Luftseilbahn ab Niederrickenbach Station. Im Restaurant Pilgerhaus wird Frau Anna-Barbara Kayser eine Information über den Kraftort erteilen. Neben den sakralen Einrichtungen bietet Maria Rickenbach vor allem viel Natur und von den umliegenden Gipfeln einen weiten Blick ins Tal. Bei sehr guten Sichtverhältnissen ist einerseits der Schwarzwald zu sehen und andererseits ein weites Alpenpanorama.

Datum: **Dienstag, 4. Juli 2023 (bzw. Freitag, 7. Juli 2023)**

Treffpunkt: **ab 09:45 Uhr Rest. Pilgerhaus in Maria Rickenbach**

ÖV: Hinfahrt: Zug ab 08:32, Luzern ab 09:10, Niederrickenbach Station an 09:30
«Halt auf Verlangen», Luftseilbahn alle 30 Minuten

Rückfahrt: Emmetten ab 16:32, 17:02 Postauto 311 nach Stans

PW: Genügend Gratisparkplätze bei der Talstation Luftseilbahn vorhanden

Wanderung:

Ab Niederrickenbach Station fahren wir in einer 30er Gondel in 8 Minuten ins Klosterdorf Maria Rickenbach (1154 m). Nach der Information im Restaurant Pilgerhaus führt uns die Wanderung zur Alp Ahorn (1345 m). Nach einem Zick-Zack-Weg und offenen Gelände erreichen wir die Alp Planggen (1481 m). Die Bärenfallen (1580 m) öffnet uns den weiten Blick auf den Vierwaldstättersee. Vor dem Tannibüel zweigen wir rechts ab Richtung Twäregg (1498 m). Der Obere Holzweg führt uns schlussendlich zu unserem Ziel, der Stockhütte (1278 m). Zur Talfahrt nach Emmetten werden wir die Luftseilbahn benutzen.

Wanderzeit: ca. 3:45 h, +575 m/-452 m, HD 472 m, L 9,3 km, **T1/T2**

Verpflegung: Aus dem Rucksack

Anmeldung: Bis Sonntag, 2. Juli 2023 (bzw. Mi, 5. Juli) **12:00 Uhr** beim WL 1

Durchführung: Auskunft ab Montag, 3. Juli 2023 (bzw. Do, 6. Juli) **10:00 Uhr** beim Wanderleiter 1 oder auf der Website

Wanderleitung: Beat J. Klarer, 041 620 57 57, 079 448 04 04, b.klarer@gmx.net
Erna Wiederkehr, 079 721 14 69, erna.wiederkehr@databaar.ch



Vom Klausenpass zur Alp Wannelen

Der Klausenpass führt von Altdorf, Kanton Uri, durch das Schächental über die Passhöhe (1948 m ü. M.) nach Linthal im Kanton Glarus. Schon die Postautofahrt auf den Pass ist ein Erlebnis. Die Wanderung führt auf der linken Seite des Schächentals von der Klausenpasshöhe zur Alp Wannelen. Es ist eine kurze, genussvolle Wanderung mit Weitsicht.

Datum: **Dienstag, 25. Juli 2023 (bzw. Freitag, 28. Juli)**

Treffpunkt: **10:45 Uhr Klausen-Passhöhe - Kiosk**

ÖV: Hinfahrt: Zug ab 8:30, Zürich ab 8:05, Altdorf an 9:17, Altdorf ab 9:35
Bus 408, Kante F, Bahnhof Ost, Klausen-Passhöhe an 10:38

Rückfahrt: Unterschächen Ribli ab 15:40 Uhr

Wanderung:

Rechts der Klausenpasskapelle (1947 m) zieht der Weg in westlicher Richtung zur Chammlialp (2053 m). Auf diesem Hochplateau lohnt es sich, kurz anzuhalten und die Aussicht zu geniessen. Von da fällt der Weg leicht ab. Unter den mächtigen Moränenkegeln erreichen wir die Brücke über den Gletscherbach und steigen ab zur Oberalp (1830 m). Nahe der Transportseilbahn beginnt der Abstieg zur Nideralp (1655 m). Der Wegweiser weist uns nach Norden auf den Höhenweg nach Wannelen. Eine Personenseilbahn führt hinab nach Ribli im Schächental, wo wir das Postauto erreichen werden. Stöcke unbedingt mitnehmen. Der Weg ist steinig mit abschüssigen Teilstücken. Trittsicherheit erforderlich.

Wanderzeit: ca. 3:00 h, +250 m/-564 m, HD 314 m, 7,42 km, **T2**

Verpflegung: Rucksack, Alpbeizli Wannelen

Anmeldung: Bis Sonntag, 23. Juli 2023 (bzw. Mi, 26. Juli) **12:00 Uhr** beim WL 1

Durchführung: Auskunft ab Montag, 24. Juli 2023 (bzw. Do, 27. Juli) **10:00 Uhr** beim Wanderleiter 1 oder auf der Website

Wanderleitung: Mastel Madeleine, 041 755 23 13 / 079 275 47 52,
mastel@datazug.ch
Blum Liselotte / 041 780 73 87 / 079 744 28 53,
sekretariat@fitas-wanderclub.ch



Heiligkreuz – Farnere - First

Heiligkreuz ist ein Wallfahrts-, Tagungs-, Sport- und Kraftort in der UNESCO Biosphäre Entlebuch, liegt auf 1127 Meter über Meer und gehört politisch zur Gemeinde Hasle LU. Der Kraftort mit der Kirche, dem Seelensteg, Gesundheitspfad, Kraftbaum, Märchenweg usw. wird unser Herz berühren und uns einladen, Kraft zu tanken.

Datum: Montag, 7. August 2023 (bzw. Do, 10. August)

Treffpunkt: 08:45 Hotel Kurhaus Heiligkreuz, Hasle LU

ÖV: Hinfahrt: Zürich ab 07:10 IR70, Zug ab 07:32, Luzern ab 07:57
Schüpfheim Bhf. ab 08:33 mit Bus 233, Heiligkreuz an 08:43

Rückfahrt: Heiligkreuz ab 15:13, 15:46, 16:13, 16:56

PW: Parkplätze sind in Heiligkreuz genügend vorhanden

Wanderung:

Die ersten 500 m auf Asphaltstrasse führen uns zum Waldstück Hundsbode. Von dort schlängelt sich der Weg durch den Reisteggwald zum Stolenhüttli (1287 m), wo uns eine unvergleichliche Aussicht erwartet. Nach einer Trinkpause geht's über Oberstole ordentlich steil den Wald hoch bis zum Aussichtspunkt Farnere (1572 m). Nicht umsonst diese Bezeichnung; auf dem Weg hat es viel Farne. Durch offenes Gelände führt die Wanderung zum Bergrestaurant First (1435 m). Wenn es offen hat, verpflegen wir uns dort, sonst aus dem Rucksack. Von der First wandern wir zurück (rutschig auf Kies und Steinen) nach Heiligkreuz (1127 m). Wanderstöcke sind ein Muss.

Wanderzeit: ca. 3:45 h, +538 m/-538 m, HD 455 m, L 8,2 km, **T2**

Verpflegung: Rucksack oder Restaurant First

Anmeldung: Bis Mi, 2. August 2023 (bzw. Fr, 4. Aug.) **12:00 Uhr** beim WL 1, frühzeitige Anmeldefrist wegen Busreservierung

Durchführung: Auskunft ab Sonntag, 6. August 2023 (bzw. Mi, 9. Aug.)
10:00 Uhr beim Wanderleiter 1 oder auf der Website

Wanderleitung: Silvia Steiner, 079 787 71 36 / steiner.sylvia@bluewin.ch
Liselotte Blum, 079 744 28 53 / sekretariat@fitas-wanderclub.ch



Pradà – das verlassene Dorf ob Bellinzona

Auf halber Höhe des bewaldeten Berghangs Ravecchia, oberhalb der Burg Sasso Corbara, mitten im Kastanienwald, zeugen alte Ruinen von einem Leben in früheren Zeiten. Es sollen 40 Familien dort ganzjährig gewohnt haben. Warum wurde die kleine Siedlung im 17. Jahrhundert verlassen? Waren es ungünstige Witterungsbedingungen oder sogar die Pestepidemie, die zwischen 1629 und 1630 wütete. Es wird wohl ein Geheimnis bleiben.

Datum: Montag, 14. August 2023 (bzw. Donnerstag, 17. Aug.)

Treffpunkt: 09:30 Bellinzona, Rist. Al Porto, gegenüber Bahnhof

ÖV: **Hinfahrt:** Zürich ab 7:33, Luzern ab 7:39, Zug ab 8:00

Rückfahrt: ab Bellinzona halbstündlich oder stündlich

PW: P+Rail Viale Stazione 36, Autosilo Parkhaus Piazza del Sole 7

Wanderung:

Durch die charmante Flaniermeile von Bellinzona erreichen wir die Piazza Indipendenza und über ruhige Quartierstrassen unseren Einstiegsort Pedevilla (250 m). Hier beginnt der Aufstieg durch einen kleinen Weinberg nach Scarpapè, wo wir über eine Waldstrasse und späteren Wanderweg den höchsten Punkt, das mystische Ruinendorf Pradà (581 m), erreichen. Weiter wandern wir durch einen Kastanienwald nach Laghetto, steigen ab zum Strässchen, das uns zum Castello Sasso Corbara und über Weglein und Stufen durch Montebello zurück auf die Piazza Collegiata bringt. Hier beenden wir unsere Wanderung.

Wanderzeit: ca. 3:30 h, +500m/-500m, HD 370 m, L 10 km, **T2/ kurze Abschnitte T3**

Verpflegung: Aus dem Rucksack

Anmeldung: Bis Samstag, 12. August 2023 (bzw. Di, 15. August) **12:00 Uhr** beim Wanderleiter 1

Durchführung: Auskunft ab Sonntag, 13. August 2023 (bzw. Mi, 16. August) **10:00 Uhr** beim Wanderleiter 1 oder auf der Website

Wanderleitung: Maya Remek, 041 787 22 68 / 079 698 08 57 / remek@bluewin.ch
Hans Hacker, 041 710 25 82 / 076 375 10 01 / hackerzug@gmail.com



Vom Stammheimertal nach Stein am Rhein

Das Zürcher Weinland liegt eingebettet zwischen dem Rhein und den Hügelzügen Irchel und Kohlfirst und weist einzigartige Natur- und Agrarlandschaften auf. Da werden nicht nur Rebberge gepflegt, im Stammheimertal hat es sogar den grössten Hopfen Anbau der Schweiz. Ein Besuch in der Kleinstbrauerei und dem Hopfenlehrpfad in Stammheim gibt einen interessanten Einblick in diesen speziellen Wirtschaftsbereich.

Datum: **Dienstag, 22. August 2023 (bzw. Freitag, 25. Aug.)**

Treffpunkt: **09:15 Uhr Bahnhof Stammheim**

ÖV: **Hinfahrt:** Zug ab 07:29, Winterthur ab 08:42 (S29), Stammheim an 09:15

Rückfahrt: Stein am Rhein ab ..'33 (via Winterthur) ab ..'46 (via Schaffhausen)

PW: Parkplatz Bahnhof Stammheim (gebührenpflichtig)

Wanderung:

Vom Bahnhof Stammheim gehen wir gemeinsam zum Hopfentropfen Hof. Nach dem Startkaffee erhalten wir eine Einführung in die Bierbrauerei und besichtigen den Hopfenlehrpfad. Anschliessend führt der Weg durch Stammheim mit seinen eindrücklichen Fachwerkhäusern leicht hoch, dem Rebweg entlang zur Galluskirche (475 m). Mit einem Blick zurück aufs Stammheimertal und frisch gestärkt geht's auf Waldwegen über den Stammerberg (566 m) nach Kaltenbach und zum Schluss gemütlich dem Rheinufer entlang zum wunderschönen Städtchen Stein am Rhein (402 m).

Wanderzeit: ca. 3:15 h, +248 m/-281 m, HD 186 m, L 12 km, **T1**

Verpflegung: Rucksack oder am Ende der Wanderung in Stein am Rhein

Anmeldung: Bis Sonntag, 20. August 2023 (bzw. Mi, 23. Aug.) **12:00 Uhr** beim Wanderleiter 1

Durchführung: Auskunft ab Montag, 21. August (bzw. Do, 24. Aug.) **10:00 Uhr** beim Wanderleiter 1 oder auf der Website

Wanderleitung: Christine Breitenmoser, 076 392 24 20, christine.breitenmoser@bluewin.ch
Monika Schmid, 052 625 34 88, monikasch@shinternet.ch

Brändi®

Draussen unterwegs

mit Produkten der Stiftung Brändi



Das Brändi Outdoor-Sortiment

Ob zum Spielen, Grillieren oder Bienen beobachten – bei uns werden Sie fündig. Mit dem Kauf unterstützen Sie die Inklusion von Menschen mit Beeinträchtigung.

Brändi-Shops in Luzern, Willisau und Horw
www.braendi-shop.ch/outdoor



Walenpfad: Bannalpsee – Brunnihütte – Ristis – Engelberg

Von der Chrüzhütte oberhalb des malerischen Bannalpsee starten wir unsere Wanderung, die zu einer der zwölf schönsten der Schweiz gekürt wurde. Es ist eine abwechslungsreiche Höhenwanderung mit steilen Auf- und Abstiegen auf gut gesicherten Bergwegen. Trittsicherheit ist unerlässlich und Stöcke sind empfohlen. Anreise über Wolfenschiessen (Bahn), Oberrickenbach (Postauto) und mit Gondelbahn nach Bannalpsee (Stausee). Rückreise mit Sesselbahn Brunni nach Ristis, weiter mit Gondelbahn nach Engelberg und mit Bus oder zu Fuss (20 Min) zum Bahnhof.

Datum: Montag, 4. September 2023 (bzw. Mittwoch, 6. Sept.)

Treffpunkt: Bahnhof Zug 08:25 Gleis 4 oder Luzern 09:00 Gleis 13

ÖV: Hinfahrt: Zug ab 08:32, Luzern ab 09:10, Wolfenschiessen an 09:33

Bus B 331 nach Oberrickenbach Talstation Luftseilbahn Fell-
Chrüzhütte. (Walenpfad Rundreiseticket kaufen)

Rückfahrt: Engelberg ab 16:02 oder 17:02

PW: Parkplatz beim Bahnhof Wolfenschiessen

Wanderung:

Auf der Chrüzhütte (1718 m) geniessen wir das eindrückliche Panorama und den Kaffeehalt. Danach wandern wir etwas oberhalb um den Bannalpsee nach Oberfeld (1826 m) und weiter zur Walegg (1952), wo wir mit einem herrlichen Rundblick belohnt werden. Hinunter wandern wir über die Walenalp, ein idealer Ort für ein gemütliches Picknick (1673 m). Durch den Wald geht es danach etwas hinauf zum Steinboden (1866 m), zur Sädelegg und zur Brunnihütte (1867 m) mit dem idyllischen Härzlisee. Zur Entspannung laufen wir Barfuss um den See und erfreuen uns am Kneipen – ein erfrischendes Erlebnis!

Wanderzeit: ca. 4:15 h, +688 m/-543 m, HD 299 m, L 10,4 km, **T2**

Verpflegung: während der Tour aus dem Rucksack oder später im Rest. Ristis

Anmeldung: Bis Samstag, 2. September 2023 (bzw. Mo, 4.9.) **12:00 Uhr** beim Wanderleiter 1

Durchführung: Auskunft ab Sonntag, 3. September 2023 (bzw. Di, 5.9.) **10:00 Uhr** beim Wanderleiter 1 oder auf der Website

Wanderleitung: Liselotte Blum, 079 744 28 53, sekretariat@fitas-wanderclub.ch
Susanne Marthaler, 079 401 15 33, susanne.marthaler@datazug.ch



Pilgerweg Twann - La Neuveville

Vom malerischen Winzerdorf Twann führt der leichte und abwechslungsreiche Pilgerweg durch Rebhängen und lichten Wald ins mittelalterliche Städtchen La Neuveville. Unterwegs geniesst man eine prächtige Sicht über den Bielersee und die St. Petersinsel hinweg zum Alpenkamm.

Datum: **Mittwoch, 20. September 2023 (bzw. Fr, 22. Sept.)**

Treffpunkt: **10:00 Uhr Hotel Bären, beim Bahnhof Twann**

ÖV: Hinfahrt: Zug ab 07:47, Zürich ab 08:30, Biel ab 09:50

Rückfahrt: La Neuveville ab 16:21 (Bahn), oder 16:45 (Schiff) je in Richtung Biel

PW: Parkplatz in Twann (gebührenpflichtig)

Wanderung:

Vom Bahnhof Twann folgen wir der Dorfstrasse Richtung Neuchâtel zur Gemeinde Ligerz. Der schmale Winzerweg windet sich den Rebmauern entlang und mit jedem Schritt weitet sich die Sicht auf den Bielersee und die St. Petersinsel. Ebenen Wegs geht es nun durch den Rebhang zur Kirche von Ligerz. Dieser Weg bildete einst die Landesgrenze zwischen Alt Bern und dem Staat der Fürstbischöfe. Weiter wandern wir nach La Neuveville in die malerische mittelalterliche Kleinstadt am Ufer des Bielersees. Es hat wenig Hartbelag.

Wanderzeit: ca. 03:00 h, +360m/-360 m, HD 161 m, L 8 km, **T1**

Verpflegung: Aus dem Rucksack oder im Hotel Jean-Jacques-Rousseau in La Neuveville am See

Anmeldung: Bis Montag, 18. September 2023 (bzw. Mi, 20. Sept.) **12:00 Uhr** beim Wanderleiter 1

Durchführung: Auskunft ab Di, 19. September (bzw. Do, 21. Sept.) **10:00 Uhr** beim Wanderleiter 1 oder auf der Website

Wanderleitung: Klarer Beat J., 041 620 57 57/079 448 04 04, b.klarer@gmx.net
Erna Wiederkehr, 079 712 14 29, erna.wiederkehr@databaar.ch



Beschauliche Landschaften im Mittelland

Langenthal, der Ausgangspunkt dieser Wanderung, wurde 2019 mit dem begehrten Wakkerpreis ausgezeichnet. Das bernische Zentrum des Oberaargaus erhielt diesen Preis als Anerkennung für den sorgfältigen Umgang mit alter Bautradition bei der Aufwertung und Weiterentwicklung seines Ortszentrums. Die Wanderung bewältigt nur wenig Höhendifferenzen und ist gut begehbar.

Datum: **Dienstag, 10. Oktober 2023 (bzw. Freitag, 13. Okt.)**

Treffpunkt: **09:30 Uhr Bahnhof Langenthal, Rest. Bahnhof**

ÖV: Hinfahrt: Zug ab 7:47, Zürich ab 8:30, Olten ab 9:06, Langenthal an 9:17

Rückfahrt: Murgenthal ab ...50 / ...27 Richtung Olten

Wanderung:

Die Wanderroute führt kurz durch Langenthal (472 m), vorbei an neueren Quartieren direkt zur Langete. Der erste Wegabschnitt der Langete entlang führt durch die reizvollen Wässermatten, eine besondere Kulturlandschaft mit Bewässerungsgräben, Hecken und mächtigen Einzelbäumen. In der Nähe von Kaltenberg (450 m) kommt ein etwas lärmiger Abschnitt, denn wir überqueren die Bahnlinie und die Hauptstrasse. Wir zweigen rechts ab und gelangen auf einem Schottersträsschen zum Naturschutzgebiet und dem Mumetaler Weiher der allerdings um diese Jahreszeit nicht mehr als Weiher zu sehen ist. Nun führt uns der Weg in den Buechwald und auf schönen breiten Waldsträsschen geht es hin und her bis wir in Holzmatte (420 m) den Wald verlassen und an das Aare Ufer gelangen. Es geht weiter bis zum Kraftwerk in Oberwynau. Die Wanderung führt uns weiter der Aare entlang bis nach Wynau wo wir den Mittagsrast einlegen werden. Auf einem idyllischen Weg geht es unserem Ziel Murgenthal (408 m) entgegen.

Wanderzeit: ca. 3:30 h, +85 m/-140 m, HD 80 m, L 13,1 km, **T1**

Verpflegung: Aus dem Rucksack, kein Restaurant unterwegs

Anmeldung: Bis Sonntag, 8. Okt. 2023 (bzw. Mi, 11. Okt.) **12:00 Uhr** beim WL 1

Durchführung: Auskunft ab Montag, 9. Okt. 2023 (bzw. Do, 12. Okt.) ab **10:00 Uhr** beim Wanderleiter 1 oder auf der Website

Wanderleitung: Peter Kurzen, 044 7152213/079 4667921, peter_kurzen@bluewin.ch
Marianne Bircher, 079 613 87 58, mabir@bluewin.ch



BLS-Südrampe, den Suonen entlang nach Süden

Die Wanderung auf der Lötschberg-Südrampe gehört zu den absoluten Klassikern. Der Wanderweg führt entlang der über 100-jährigen Lötschberg-Bergstrecke. Auf der Teilabschnittswanderung führt die Route von Hochtenn via Lidu, Bräggi, Rarnerkumme nach Ausserberg. Eine atemberaubende Aussicht über das Rhonetal und die Überschreitung des imposanten Eisenbahnviadukts, der das Bietschtal überspannt.

Datum: **Dienstag, 17. Oktober 2023 (bzw. Di, 24. Oktober)**

Treffpunkt: **10:00 Bahnhof Hochtenn, keine Möglichkeit für Startkaffee**

ÖV: Hinfahrt: Zug ab 06:58, Zürich ab 07:32 (via Bern)

Rückfahrt: Ausserberg ab 16:46 mit Regionalzug via Bern

Wanderung:

Ab dem Bahnhof Hochtenn (1077 m) folgen wir dem Wegweiser Löschberger Südrampe 69 ein kurzes Stück auf der Asphaltstrasse bergauf zur Lüegilchi-Schlucht. Dem Sonnenhang entlang führt der Weg zum Aussichtspunkt Bräggi (978 m). Ein breiter Weg führt leicht abwärts dem Hang entlang, durch mehrere kurze Felstunnels zur bekannten Eisenbahnbrücke (1085 m), die das Bietschtal und den Bietschbach überspannt. Der Suonenweg führt zum schönen Aussichtspunkt mit Picknickplätzen Riedgarten (961 m). Nach einem kurzen Abstieg folgt der Wanderweg der Suonen entlang mit einer traumhaften Aussicht über das Rhonetal nach Ausserberg (944 m).

Wanderzeit: ca. 3:00 h, +259 m/-390 m, HD 176 m, L 10 km, **T1/T2**

Verpflegung: Aus dem Rucksack

Anmeldung: Bis Sonntag, 15. Oktober 2023 (bzw. So, 22. Oktober) **12:00 Uhr** beim Wanderleiter 1

Durchführung: Auskunft ab Mo, 16. Oktober 2023 (bzw. Mo, 23. Okt.) **10:00 Uhr** beim Wanderleiter 1 oder auf der Website

Wanderleitung: Beat J. Klarer, 041 620 57 57, 079 448 04 04, b.klarer@gmx.net
Madeleine Mastel, 079 275 47 52, mastel@datazug.ch



Kulturtag - Kernkraftwerk Leibstadt und Waldshut am Rhein

Unsere schönen Stauseen haben wir oft gesehen und auch umwandert. Photovoltaik auf dem Dach ist schon bald eine Selbstverständlichkeit. Kernkraftanlagen sehen wir jedoch meist nur von weitem. Das wollen wir ändern, denn das Thema Energie und Stromversorgung ist aktueller denn je. Im Kompetenzzentrum für Kernenergie des KKL begegnen wir dem perfekten Mix von Information und Erlebnis. Dieser Tag hilft uns, unsere eigene Meinung zu diesem umstrittenen, brandaktuellen Thema zu bilden oder zu bestätigen. Nachmittags führt uns eine kleine Fähre rüber ans deutsche Ufer – nach Waldshut. Beim Bummel durch die historische Altstadt wird deren wechselvolle Geschichte wieder lebendig. Auch die mittelalterlichen Stadttore erinnern an die altherwürdige Handelsstadt Waldshut.

Datum **Donnerstag, 9. November 2023**

Anreise ÖV Zug ab 7:31 IR46, Zürich ab 8:06 IR16 via Baden, Koblenz an 8:43, mit reserviertem Bus Nr. 147 direkt zum Kernkraftwerk

Anreise PW Parkplatz beim Besucherzentrum
Treffpunkt Besucherzentrum. Der grösste Wegweiser der Schweiz – der Wasserdampf des 144 Meter hohen Kühlturms – führt direkt zum KKL

Programm 09:15 Begrüssung, Kaffee und Gipfeli, Café des Info-Besucherzentrums
10:00 bis ca. 13:00 Rundgang „Kernenergie erleben“
Arealrundgang, Besichtigung Kühlturm von aussen sowie Kommandoraum, Ausstellung „Vom Uran zum Strom“
13:15 Mittagessen inhouse im Restaurant Netzwerk
Ab ca. 15:00 Möglichkeit mit Fähre über den Rhein nach Waldshut/DE zu fahren

Rückreise ÖV 17:35/18:05 ab Waldshut

Kosten Startkaffee und Gipfeli sowie Führung offeriert die FITAS
Wichtig! Amtlicher Ausweis (Pass oder ID) mitnehmen. Der Rundgang findet grösstenteils im Freien statt. Es dürfen weder Handgepäck noch Handys mitgeführt werden. Fotografieren ist nur im Infozentrum erlaubt.

Anmeldungen werden nach zeitlichem Eingang berücksichtigt. Bitte anmelden bis Montag, 23. Oktober 2023, 12 Uhr, mit dem Formular "Anmeldung Kulturanlass" auf unserer Website unter Jahresprogramm oder per Mail an kultur@fitas-wanderclub.ch

Organisation Anita und Myrta Bugini, 079 245 41 04, anita.bugini@bluewin.ch

Wir freuen uns auf euer Interesse am gemeinsamen Kulturtag.



Grand Hôtel des Rasses

swiss
historic
hotels

Eine historische Erfahrung im Herzen des Waadtländer Jura

Der Stil der "Belle Epoque" kombiniert mit einer atemberaubenden Aussicht. Auf 1.200 Metern Höhe wurde das Grand Hôtel des Rasses*** 1898 erbaut, und 2018 renoviert.

Im Herzen des Waadtländer Jurabogens gelegen, bietet es einen Panoramablick auf die Alpen, vom Mont-Blanc bis zur Jungfrau. Die Region Sainte-Croix/Les Rasses ist ein Zentrum der Spieluhren- und Präzisionsindustrie.

Route des Alpes 25, 1452 Les Rasses/Ste-Croix
024 454 19 61

www.grandhotelrasses.ch

info@grandhotelrasses.ch



Winterferien in Les Rasses, VD

Unser Ferienort: Für einmal führen wir die traditionelle Winterwoche im Welschland durch, und zwar im Waadtländer Jura in **Les Rasses** oberhalb von Yverdon. Dort oben wurde Ende des 19. Jahrhunderts inmitten eines grosszügig angelegten Parks ein Grand-Hotel errichtet. An klaren Wintertagen ist oberhalb der Nebeldecke die ganze Alpenkette sichtbar vom Mont-Blanc bis zu Berner Alpen.

Sonntag, 21. Januar 2024 – Freitag, 26. Januar 2024 (5 Übernachtungen)

Unser Hotel: Das **Grand Hôtel des Rasses** befindet sich drei Kilometer östlich vom Ste-Croix auf einer Höhe von 1200m. Es stammt aus der Belle Époque und verfügt über verschiedenste Zimmer aus unterschiedlichsten Bauzeiten. Der grosse Esssaal spiegelt mit seiner hohen Decke die Belle Époque Zeit. Wenn dann während dem Abendessen noch auf dem Flügel Klaviermusik ertönt, fühlt man sich total an die Vorkriegszeit erinnert. Ein Spa-Bereich mit einem grossen Schwimmbad, sowie Sauna, Dampfbad und Fitnessraum ergänzen das Angebot.

Winteraktivitäten: Der Waadtländer Jura ist bekannt für seine wunderschönen Langlaufloipen durch die offenen Jurawälder und über die flachen Höhenzüge bis in die Gegend des Creux du Van. Doch wird auf den Höhen des Chasseron auch das Alpinski fahren gepflegt. Allerdings sind die Abfahrten eher kürzer als in den Alpen und weniger anforderungsreich. Hingegen können unzählige Winterwanderwege, ebenso wie Schneeschuh-Trails begangen werden. Wie üblich werden nebst den individuellen Wintersportaktivitäten von der Wanderleitung tägliche Wanderungen angeboten.

Preise:

- DZ als EZ: CHF 1'160.- pro Person
- DZ für Doppelnutzung: CHF 980.- pro Person

Anmeldungen: ab sofort und bis Mitte 2023, mit Anmeldeformular auf der Webseite

Wanderleitung: Peter Hobi, 041 741 71 92/079 126 63 56, eduassist-p.hobi@bluewin.ch
Hans Hacker, 041 710 25 82/076 375 10 01, hackerzug@gmail.com

Schwierigkeitsskala von Wanderrouten

Wandern und Bergwandern ist eine der beliebtesten Tätigkeiten, aber auch jene Sportart, die zu vielen Unfällen führt. Wir von FITAS setzen alles daran, um unfallfrei unterwegs zu sein. Sämtliche Wanderungen werden aus Sicherheitsgründen von zwei Wanderleitenden begleitet.

Mit unseren detaillierten Ausschreibungen informieren wir über die Auf- / Abstiege, Höhendifferenz, Länge und Wanderzeit sowie über die Wegqualität. So können sich Interessierte im Voraus ein Bild machen. Mit der Angabe des Schwierigkeitsgrades T1 oder T2, in ganz seltenen Fällen T3 lässt sich für die Teilnehmenden abschätzen, ob sie für die gewählte Tour die nötige Kondition wie Trittsicherheit, Ausdauer etc. mitbringen.

Bei den Mehrtageswanderungen ist zu bedenken, dass täglich Wanderungen unternommen werden. Selbstverständlich kann man sich bei Bedarf auch mal ausklinken.

Wir halten uns an die SAC-Berg- und Alpinwanderskala.

T1 / Wandern



Weg/Gelände:

Weg gut gebahnt. Falls nach SAW-Normen markiert: gelb. Gelände flach oder leicht geneigt, Absturzstellen sind mit Geländern gesichert.

Anforderungen:

Keine, auch mit Turnschuhen geeignet. Orientierung problemlos, in der Regel auch ohne Karte möglich.

FITAS meint, dass eine gewisse Grundkondition vorhanden sein muss, um mühelos drei bis vier Stunden unterwegs sein zu können. In den Voralpen gibt es auch auf den GELB markierten Wegen oft grössere Auf- und Abstiege zu bewältigen.

T2 / Bergwandern



Weg/Gelände:

Weg mit durchgehendem Trassee. Falls SAW-konform markiert: weiss-rot-weiss. Gelände teilweise steil, besonders schwierige Passagen sind mit Ketten oder Seilen gesichert.

Anforderungen:

Trittsicherheit, Trekkingschuhe, Regenschutz. Elementares Orientierungsvermögen, topografische Karte von Vorteil.

FITAS setzt auch hier eine gute Grundkondition voraus, zumal auf solchen Touren teilweise in steilem Gelände mit möglichen exponierten Stellen drei bis vier Stunden gewandert wird.

Teilnehmerstatistik: 01.11.2021 - 31.10.2022

(Rechnungsjahr FITAS)

Nr.	Winter- und Schneeschuhwanderungen	MG	Gast	TN
1	ad hoc Eggberge	12	0	12
2	ad hoc Danusa - Furna	10	0	10
3	ad hoc Eggberge-Ruogig	9	1	10
				32

Mehrtageswanderungen	TN
Kandersteg Winterferien	20
Rhein-Delta+Appenzellerland	24
Saas Fee	21
Oberengadin	20
	85

Nr.	Tageswanderungen	T	MG	Gast	TN
1	ad hoc Uetliberg	1	9	0	9
2	Von Brugg zum "Wasserschloss"	1	15	0	15
3	Stammheim - Kartause Ittigen	1	34	0	34
4	Schönenberg - Richterswil 1. Mal	1/2	21	2	23
5	Schönenberg - Richterswil 2. Mal	1/2	9	0	9
6	Rheintaler Höhenweg	1/2	28	0	28
7	Naturschutzg. Altmoos - Gitzitobel	1	27	0	27
8	Spargelausflug mit Kurzwanderung	1	43	0	43
9	Pilgerweg Gottschalkenberg	1/2	36	1	37
10	Panoramaweg Hasliberg - Brünigpass	1	26	1	27
11	Rundwanderung Gotschnagrat	2	18	1	19
12	Allenwinden - Lorzentobel - Baar	1	23	0	23
13	Hinder- und Oberstockesee	2	25	1	26
14	Seebodenalp - Rigi Staffel	2	17	1	18
15	Schindellegi - Etzel - Biberbrugg	1/2	16	0	16
16	Vom Mittelland ins Emmental	2	13	1	14
17	Rheinknie von Balzers nach Fläsch	1	23	0	23
18	Bözingenberg - Berner Jura	1/2	20	1	21
19	Mostelberg - Hochmoor - Biberbrugg	1/2	20	0	20
Mitglieder und Gäste			423	9	432
Ø TN an Tageswanderungen					23
8 x T1, 7 x T1/T2, 4 x T2					

Kulturtage / Jubiläum	TN
Competec Logistikzentrum	51
Vogelwarte Sempach	46
Arenenberg - Jubiläum	64
Bellinzona	57
	218

Zusammenfassung 2022	TN
Winterwanderungen	32
Tageswanderungen	432
Mehrtageswanderungen	85
Kulturtage /Arenenberg Jubiläum	218
Total	767

MG = Mitglieder

TN = Teilnehmende

T = Schwierigkeitsgrad

Wanderleitungs-Koordination

- **Breitenmoser Christine** Lindenstr. 1 076 392 24 20
8606 Nänikon v-praesident@fitas-wanderclub.ch
 - **Steiner Silvia** Sonneggstr. 41 041 780 63 37
6330 Cham wanderleitung@fitas-wanderclub.ch
-

- Bircher Marianne Kilbigstr. 6 062 842 39 85
5018 Erlinsbach mabir@bluewin.ch
- Blum Liselotte Eichmattstr. 30 041 780 73 87
6330 Cham sekretariat@fitas-wanderclub.ch
- Bugini Anita Berchtwilerstr. 8 079 245 41 04
6343 Rotkreuz kultur@fitas-wanderclub.ch
- Bugini Myrta Johannisburgstr. 48 079 290 79 11
8700 Küsnacht myrta.bugini@ggaweb.ch
- Hacker Hans Ringstr. 6 041 710 25 82
6300 Zug hackerzug@gmail.com
- Hobi Peter Sonnenweg 3 041 741 71 92
6312 Steinhausen eduassist-p.hobi@bluewin.ch
- Klarer Beat J. Sagenstr. 12 041 620 57 57
6030 Ebikon b.klarer@gmx.net
- Kurzen Peter Mänimattestr. 3 044 715 22 13
3714 Frutigen peter_kurzen@bluewin.ch
- Kuster Hanspeter Ringstr. 9 041 711 85 27
6300 Zug hpkuster46@bluewin.ch
- Leu Rolf Sorenbühlweg 15 044 955 04 54
5610 Wohlen solterra@swissonline.ch
- Locatelli Ursula via Terzerina 9 091 930 89 92
9663 Pregassona ursulalocatelli@hotmail.com
- Marthaler Susanne Am Baumgarten 1 079 401 15 33
6314 Unterägeri susanne.marthaler@datazug.ch
- Mastel Madeleine Waldheimstr. 41 041 755 23 13
6300 Zug mastel@datazug.ch
- Moeckli Dora Arbachstr. 63 041 763 18 72
6340 Baar doramoeckli@gmail.com
- Remek Maya Aegerimatten 50 041 787 22 68
5643 Sins remek@bluewin.ch
- Schenker Christoph Feldhof 11 079 689 41 43
6300 Zug c.schenker@datazug.ch
- Schmid Monika Eschenweg 1 052 625 34 88
8200 Schaffhausen monikasch@shinternet.ch
- Wiederkehr Erna Untere Rainstr. 58 041 760 16 24
6340 Baar finanzen@fitas-wanderclub.ch

Vorstand

Präsident	Beat J. Klarer * Sagenstr. 12, 6030 Ebikon	041 620 57 57 / 079 448 04 04 praesident@fitas-wanderclub.ch info@fitas-wanderclub.ch
Vize-Präsidentin	Christine Breitenmoser Lindenstr. 1, 8606 Nänikon	076 392 24 20 v-praesident@fitas-wanderclub.ch
Finanzen	Erna Wiederkehr * Untere Rainstr. 58, 6340 Baar	041 760 16 24 finanzen@fitas-wanderclub.ch
Sekretariat	Liselotte Blum Eichmattstrasse 30, 6330 Cham	041 780 73 87 sekretariat@fitas-wanderclub.ch
Wanderleitungs- Koordination	Christine Breitenmoser Lindenstr. 1, 8606 Nänikon Silvia Steiner Sonneggstr. 41, 6330 Cham	076 392 24 20 wanderleitung@fitas-wanderclub.ch 041 780 63 37 wanderleitung@fitas-wanderclub.ch
Website	Paul Villiger Wannenweg 1, 5643 Sins	041 787 28 12 webadmin@fitas-wanderclub.ch
Kulturbeauftragte	Anita Bugini Berchtwilerstr. 8, 6343 Rotkreuz	079 245 41 04 kultur@fitas-wanderclub.ch
Mitgliederwesen	Robert Schnyder Weidweg 2, 8854 Siebnen	055 442 23 44 mitglieder@fitas-wanderclub.ch

* ad interim bzw. vorbehältlich Wahl an der GV 2023



AVNI HURUGLICA Gewerbestrasse 5, 6330 Cham
079 511 76 29 agra@hotmail.ch

RAIFFEISEN

MEMBER
PLUS



Skitageskarten mit 40%



Konzerte & Events mit bis zu 50%



Mobility-Abos mit attraktiven
Vorteilen



Gratis in 500 Schweizer Museen



Schweiz

Raiffeisen-Mitglieder erleben mehr und bezahlen weniger.

Gratis in über 500 Museen, Konzerte, Events
und Ski-Tickets mit bis zu 50% Rabatt.

Mehr erfahren unter:

raiffeisen.ch/memberplus