



Anmeldung

Anforderungen gemäss jeweiligem Tagesprogramm.
Anmeldung bis Samstag 19.00 Uhr bei der Wanderleiterin (wegen Reservationen).

Programmänderungen vorbehalten!

Verschiebung in besonderen Fällen um 1 Woche.

Wanderausrüstung

Für alle Wanderungen sind gute Schuhe, Regenschutz, Sitzunterlage und evtl. Stöcke erforderlich.

Teilnahmegebühr für alle

Wanderungen: CHF 12.–

Die Versicherung ist Sache der Teilnehmerinnen und Teilnehmer.

Kontakte der Wanderleiterinnen:

Rosi Conradin	081 858 57 19 / 079 544 47 44	rosi_conradin@web.de
Manuela Zen	079 672 07 71	manuelazen@bluewin.ch

Homepage: vibra-fit.ch/wanderungen/

Auszug aus den Richtlinien für das Leiten von Pro Senectute Graubünden-Wandergruppen*

Die Führungsverantwortung einer Wanderung obliegt der Wanderleitung und stützt sich auf die «Planungshilfe Wandern» von Pro Senectute Schweiz. Unsere Wanderleiterinnen und -leiter sind alle im Besitz der esa-Anerkennung, einer vom Bundesamt für Sport (BASPO) anerkannten Ausbildung für Erwachsenensport.

Eine Gruppe mit einem Wanderleiter oder einer Wanderleiterin umfasst höchstens 25 Teilnehmende. Die Wanderleitung bestimmt immer eine Schlussläuferin oder einen Schlussläufer. Diese/dieser erhält einen Kartenauszug mit der vorgesehenen Wanderroute und ist über ein Handy erreichbar. Die Schlussläuferin/der Schlussläufer muss keinen Teilnahmebeitrag bezahlen.

Der Solidaritätsbeitrag an Pro Senectute Graubünden hilft, kleine Sportgruppen zu unterstützen und dient zur Mitfinanzierung der Schulung von Leiterpersonen.

Für finanzschwache Teilnehmerinnen und Teilnehmer kann der Teilnahmebeitrag aus dem creALTiv-Fonds von Pro Senectute Graubünden bezahlt werden. Diesbezügliche Anfragen sind an die Fachstelle Sport von Pro Senectute Graubünden zu richten.

Die Sicherheit der Teilnehmenden ist unser oberstes Gebot! Der Versicherungsschutz bezüglich Unfälle ist grundsätzlich Sache der einzelnen Teilnehmenden, ebenso wie eine zweckdienliche Ausrüstung. Durch Selbstverantwortung tragen die Teilnehmenden wesentlich zum guten Gelingen der Wanderung bei. Alkoholkonsum während Wanderungen kann zu gefährlichen Situationen führen. Auf die Wanderungen können keine Hunde mitgenommen werden.

*Subventionierte Angebote

Die Kurse gekennzeichnet mit einem * sind vom Bundesamt für Sozialversicherungen teilsubventioniert, weil sie in besonderem Masse die Selbstständigkeit und Autonomie von älteren Menschen fördern

Kontaktadressen

Fachstelle Bildung und Sport

7000 Chur | Alexanderstrasse 2 | 081 300 35 10

Geschäftsstelle

7000 Chur | Alexanderstrasse 2 | 081 300 35 35

Tag/Datum	Tour/Route	Distanz Höhenmeter	Wander- zeit	Abfahrt/ Treffpunkt
Mo, 08.04.24 Ausweichtermin: Mo, 15.04.24	Waalwanderung IT Goldrain-Tiss-Latschander Waalweg-Kastelbell Verpflegung: aus dem Rucksack Euro und ID mitnehmen	↗ 300 m ↘ 110 m	4 Std.	8:30 Klosterplatz Müstair Fahrgemeinschaft 9:03 Bahnhof Mals Vinschger Bahn
Mo, 06.05.24 Ausweichtermin: Mo, 13.05.24	Waalwanderung IT Schluderns-Bergwaal- Leiterwaal-Schluderns Verpflegung: aus dem Rucksack Euro und ID mitnehmen	↗ 280 m ↘ 280 m	3.50 Std.	9:30 Klosterplatz Müstair Fahrgemeinschaft
Mo, 10.06.24 Ausweichtermin: Mo, 17.06.24	Wanderung im Engadin Madulain-Es-cha dadour- Zuoz Verpflegung: aus dem Rucksack Kaffeepause: E-scha dadour	↗ 400 m ↘ 420 m	3-3.50 Std.	8:40 Schulhaus Sta. Maria Fahrgemeinschaft
Mo, 08.07.24 Ausweichtermin: Mo, 15.07.24	Wanderung zum Lai da Rims Prà da Vau-Lai da Rims-Prà da Vau Verpflegung: aus dem Rucksack Bemerkung: trittsicher und schwindelfrei	↗ 670 m ↘ 670 m	4 Std.	7:40 Schulhaus Sta. Maria Fahrgemeinschaft
Mo, 12.08.24 Ausweichtermin: Mo, 19.08.24	Höhenwanderung Süsom Givè-Plaun da l'aua- Funtauna da S-charl- Murters-Alp Champatsch-Lü Verpflegung: aus dem Rucksack	↗ 300 m ↘ 480 m	4.5-5 Std.	Postauto 8:29 Müstair 8:36 Sta. Maria etc. 9:02 Süsom Givè
Mo, 02.09.24 Ausweichtermin: Mo, 09.09.24	Nationalparkwanderung Val dal Botsch-Margunet- Stabelchod Verpflegung: aus dem Rucksack	↗ 430 m ↘ 430 m	4 Std.	Postauto 9:29 Müstair 9:36 Sta. Maria etc 10:10 Parkplatz 8
Mo, 07.10.24 Ausweichtermin: Mo, 14.10.24	Abschlusswanderung Töll-Algunderwaalweg- Gratsch-Tappeinerweg- Meran Mitnehmen: kleiner Lunch Euro und ID Mittagessen: unterwegs	↗ 20 m ↘ 180 m	3 Std.	7:45 Klosterplatz Müstair Fahrgemeinschaft 8:20 Bahnhof Mals Vinschger Bahn

Auf unserer Homepage www.gr.prosenectute.ch finden Sie die Programme aller Wandergruppen von Pro Senectute Graubünden.