



Anmeldung zu den Ganztageswanderungen

Montag bis 12.00 Uhr bei der jeweiligen Wanderleiterin / dem jeweiligen Wanderleiter.

Im Normalfall wird von der Wanderleitung ein Gruppenticket ab Samedan/St. Moritz gelöst. Bitte Angabe ob Büga, GA oder Halbtax. Fahrkosten gehen zu Lasten der Teilnehmerinnen und Teilnehmer.

Programmänderungen vorbehalten!

Über die definitive Durchführung orientiert Sie die Wanderleitung am Wandertag zwischen 7.00 Uhr und 8.00 Uhr. Bitte informieren Sie sich telefonisch bei der jeweiligen Wanderleitung.

Wanderausrüstung

Wanderschuhe, Windjacke und Regenschutz, Notfallausweis, bei Hitze Kopfbedeckung, Sonnenbrille, Sonnenschutzcrème und genügend Trinkwasser mitnehmen (mind. 1 lt./Person). Die Marschzeiten variieren zwischen 1 und 5 Stunden je nach Programm.

Notfall-Ausweis bei sich tragen!

Teilnahmegebühr für alle Wanderungen: CHF 12.–

Die Versicherung ist Sache der Teilnehmerinnen und Teilnehmer.

E-Mail-Adressen der Wanderleitenden:

Susi Kündig	susi.kuendig@bluwin.ch
Albert Largiadèr	albert@largiader.ch
Guido Locher	locher.guido@bluwin.ch
Susan Schild	suschild@bluwin.ch

Kontaktadressen

Fachstelle Bildung und Sport

7000 Chur | Alexanderstrasse 2 | 081 300 35 10

Geschäftsstelle

7000 Chur | Alexanderstrasse 2 | 081 300 35 35

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

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

Tag/Datum Treffpunkt	Tour/Route	Distanz Höhen- meter	Wander- zeit	Abfahrt Rückkehr
Do, 1.5.25 Samedan Bahnhof	Frühling im Auenwald Hinterrhein: Bonaduz – Campagna – Reichenau – Isla Spinatsch – Hin- terrheinsteig - Bonaduz Leitung: Albert, 079 467 44 44, Susi	10 km ↗ 200 m ↘ 200 m	3:30 Std.	A: 08.16 Uhr R: 16.43 Uhr
Do, 15.5.25 St. Moritz Bahnhof	Val Chiavenna: Chia- venna – Donadiv – Gordona – Chiavenna Mittagessen im Rest. Do- nadiv, oberhalb Gordona Leitung: Susan, 079 706 83 50, Albert	10 km ↗ 450 m ↘ 450 m	5 Std.	A: 07.18 Uhr R: 19.41 Uhr
Do, 22.5.25 Samedan Bahnhof	Unterengadin: Vna – Tschlin - Strada ab Tschlin mit Postauto nach Strada möglich Leitung: Guido, 079 776 67 29, Susan	11 km ↗ 400 m ↘ 800 m	4 Std.	A: 07.16 Uhr R: 17.43 Uhr
Mi, 28.5.25 Samedan Bahnhof	Haldenstein: 3 Burgen und ein Schloss mit Rosengarten, geleitet von einheimischer Wanderleiterin Nach dem Rosengarten, Café in der Dorfbeiz Leitung: Elisabeth Pingeon, Guido 079 776 67 29	5 km ↗ 370 m ↘ 360 m	2:30 Std.	A: 07.16 Uhr R: 17.43 Uhr
Do, 5.6.25 Samedan Bahnhof	Klosters Platz – Cavadürli -Serneuser Schwendi – Conterser Schwendi (Schifer) - Conters Leitung: Albert, 079 467 44 44, Susan	11.5 km ↗ 525 m ↘ 660 m	4 Std.	A: 09.01 Uhr R: 17.58 Uhr

Tag/Datum Treffpunkt	Tour/Route	Distanz Höhen- meter	Wander- zeit	Abfahrt Rückkehr
Do, 19.6.25 Camping St. Moritz, 07.30 Uhr	Hahnensee – Muottas da Schlarigna – Stazersee - Celerina Rückfahrt ab St. Moritz Bhf oder Celerina Leitung: Susi, 079 383 42 84, Guido	13 km ↗ 480 m ↘ 480 m	4 Std.	A: 06.59 Uhr ab Samedan
Do, 3.7.25 Samedan Bahnhof	Nationalpark: Alp Laschadura – Ivrainia – Champlönch – Il Fuorn (Restaurant) ab Parkplatz P1-Ova Spin, Abkürzung möglich Leitung: Susan, 079 706 83 50	11 km ↗ 740 m ↘ 650 m	4 Std.	A: 07.16 Uhr R: 17.58 Uhr
Do, 10.7.25 Samedan Bahnhof	Bernina Hospiz – Fcl. Livigno – Val Minor - Lagalp Mittagessen/Lunch im Rest. Forcola Leitung: Susan, 079 706 83 50, Susi	11 km ↗ 500 m ↘ 640 m	4:30 Std.	A: 08.45 Uhr R: 17.45 Uhr
Do, 24.7.25 Samedan Bahnhof	Zernez – Flüelapass – Wägerhus – Jöriseen – Röven – Passstrasse Zernez Für Schwimmer grosse Auswahl an Seen Leitung: Guido, 079 776 67 29	12 km ↗ 650 m ↘ 1000 m	5 Std.	A: 08.16 Uhr R: 18.43 Uhr
Do, 7.8.25 Samedan Bahnhof	Heinzenberg: Glaspas – Glasergrat – Lüschersee – Bischolapass – Oberg- meind – Obertschappina Pascuminersee schön zum Baden! Leitung: Albert, 079 467 44 44, Susi	10 km ↗ 440 m ↘ 720 m	3:30 Std.	A: 08.16 Uhr R: 17.43 Uhr

Tag/Datum Treffpunkt	Tour/Route	Distanz Höhen- meter	Wander- zeit	Abfahrt Rückkehr
Do, 21.8.25 Samedan Bahnhof	Avers Campsut – Furgga – Valle di Lei - Innerfer- rera Mittagessen in der Baita del Capriolo (Italien), ID und Euro mitnehmen Leitung: Albert, 079 467 44 44, Susan	11 km ↗ 650 m ↘ 840 m	4 Std.	A: 07.16 Uhr R: 18.43 Uhr
Do, 28.8.25 Samedan Bahnhof	Bergün: Chaunts – Alp la Muetta – Alp Darlux – Sesselbahn Bergün mit Alpinbus (CHF 15.–) nach Chaunts – retour mit Sesselbahn Alp Darlux (CHF 19.–) Leitung: Susi, 079 383 42 84, Guido	8 km ↗ 550 m ↘ 420 m	4 Std.	A: 08.15 Uhr R: 18.41 Uhr
Mi/Do, 3./4.9.25 Samedan Bahnhof	Oberalppass – Toma- see/Rheinquelle – Maighelshütte SAC – Pass Tagliola – Unteralp - Andermatt Übernachtung HP in SAC- Hütte, CHF 98.– ohne SAC Leitung: Susan, 079 706 86 50, Guido und Albert	7 km ↗ 580 m ↘ 300 m (1. Tag) 13 km ↗ 300 m ↘ 1140 m (2. Tag)	3:30 Std. (1. Tag) 5 Std. (2. Tag)	A: 07.16 Uhr Andermatt: 15.28 Uhr R: 19.43 Uhr
Do, 18.9.25 Samedan Bahnhof	Val Da Camp: Lagh da Saoseo – Lagh da Val Viola Verpflegung im SAC Rifugio Saoseo Leitung: Guido, 079 776 67 29, Susan	9 km ↗ 600 m ↘ 330 m	4 Std.	A: 08.05 Uhr R: 18.55 Uhr

Tag/Datum Treffpunkt	Tour/Route	Distanz Höhen- meter	Wander- zeit	Abfahrt Rückkehr
Do, 25.9.25 La Punt Bahnhof	La Punt – Plaun Grand – Plaun da la Bes-cha - Zuoz Leitung: Albert, 079 467 44 44, Susi	9.5 km ↗ 480 m ↘ 485 m	3 Std.	A: 09.10 Uhr R: 16.43 Uhr
Do, 2.10.25 St. Moritz Bahnhof	Maloja – Piz Aela – Isola – Sils Möglichkeit mit Motorboot nach Sils Leitung: Guido, 079 776 67 29, Susan	10 km ↗ 400 m ↘ 420 m	3:30 Std.	A: 08.18 Uhr R: 17.13 Uhr
Do, 16.10.25 Samedan Bahnhof	Val Poschiavo: Cavaglia – Cadera - Poschiavo Gemeinsames Mittagessen in Poschiavo Leitung: Guido, 079 776 67 29, Susan, Susi und Albert	6 km ↘ 600 m	2 Std.	A: 07.50 Uhr R: 16.51 Uhr