

die Rote Karte

Nummer 1 | 2025
Januar – März

Sektion Aarau
Schweizer Alpen-Club SAC
Club Alpin Suisse
Club Alpino Svizzero
Club Alpin Svizzer



Seite 08: Wanderung zum Wasserschloss Aargau

Die zweite inklusive Wanderung mit und ohne Handicap durchgeführt von PluSport Region Aarau und dem SAC Aarau führte zum Wasserschloss Aargau.

Seite 10: Marmor, Seen und ein Gipfel auf dem Weg zur Cristallina-Hütte

Eine traumhafte Dämmerung und verzuckerte Berge bringen 26 Beine zum Fliegen.

Seite 12: Känguru Kletterwand

Vorstellung des neuen Hüttenklettergartens Chelenalp erbaut von der JO Aarau.

Inhalt

Clubgeschehen

Editorial	03
Clubgeschehen	04

Tourenberichte

Creux du Van und Gorges de l'Areuse - Wanderungen im Schweizer Jura	05
Wanderung zum Wasserschloss Aargau mit und ohne Handicap	08
Marmor, Seen und ein Gipfel auf dem Weg zur Cristallina-Hütte	10
Känguru Kletterwand	12

Mitteilungen

Buchtipp	15
Pinnwand	16
Mitgliederstatistik	17
Von der Mitgliederversammlung zum Mitgliedertreffen	18
Rezeptidee	19
Karten der Landestopografie	20

Touren, Kurse und Anlässe

Sektionstouren	22
Jugendorganisation JO	24
Kinderbergsteigen KiBe	24
Seniorengruppen A	25
Seniorengruppen B	26
Seniorengruppen C	27
Anlässe alle Mitglieder	27

Impressum

Nr. 1 / 2025

Herausgeber

Schweizer Alpen-Club SAC

Sektion Aarau, 5000 Aarau
www.sac-aarau.ch
info@sac-aarau.ch

Bankverbindung

Schweiz. Alpenclub
Aarg. Kantonalbank
IBAN CH75 0076 1016 0108 0802 0

Kontakt für alle Beiträge

redaktion@sac-aarau.ch

Redaktion

Daniel Jenni, 076 531 50 85
daniel.jenni@sac-aarau.ch

Layout

Christine Schmid, 079 434 29 65
christine.schmid@sac-aarau.ch

Druck

Druckerei AG Suhr, 5034 Suhr

Deadline für Beiträge

Nr. 2/2025 1. März 2025
Nr. 3/2025 1. Juni 2025
Nr. 4/2025 1. September 2025
Nr. 1/2026 1. Dezember 2025

Mitgliederverwaltung

Adressänderungen

Madeleine Häuptli 062 776 10 26
mitgliederverwaltung@sac-aarau.ch

Website Sektion:

www.sac-aarau.ch
Tina Dössegger, 077 449 49 19
tina.doessegger@sac-aarau.ch

Website/DropTours

Christian Gass, 079 690 80 70
christian.gass@sac-aarau.ch

Tourenberichte

Mit der Vorlage auf der Website an:
tourenbericht@sac-aarau.ch

Foto Umschlag:

Aufstieg vom Lago Sfunda zur
Capanna Cristallina
Tourenleitung: Regina Gregori
Foto: Patricia Schibli



Liebe Kartenleserinnen und -leser

Vor wenigen Wochen mit viel Schnee im Mittelland, wurde wohl allen bewusst, dass der Winter Einzug gehalten hat und die Skis aus dem Keller geholt und für einen baldigen Einsatz bereitgemacht werden müssen. Prüfen, ob die Winterkleider der letzten Saison noch passen, ist auch immer empfehlenswert :-).

Hoffen wir alle auf einen schneereichen Winter in den Bergen, sodass möglichst alle Touren, welche ausgeschrieben sind, auch durchgeführt werden können; sei es als Skitour, Schneeschuhtour etc.

Wenige von euch halten die aktuelle und gedruckte Ausgabe der Roten Karte im neuen Erscheinungsbild in den Händen (rund 150 unserer 3'350 Mitglieder wünschen weiterhin eine gedruckte Version). Wir haben absichtlich das Format vergrössert, um die Lesbarkeit zu verbessern und um die schönen Fotos der Touren besser zur Geltung lassen zu kommen.

Wir hoffen sehr, dass euch die neue Rote Karte gefällt! Wir haben einige neue Inhalte hinzugefügt und freuen uns über eure regen Rückmeldungen, Verbesserungs- aber auch Ideenvorschläge! Gerne dürft ihr diese direkt an die gewohnte E-Mail-Adresse richten: redaktion@sac-aarau.ch. Auch per Briefpost an mich ist dies selbstverständlich möglich.

Ich wünsche euch herzlichst frohe Festtage, einen guten und schwungvollen Start ins Jahr 2025, sowie viele grossartige Erlebnisse mit dem SAC Aarau!

Mit bergsportlichen Grüssen

Dänu Jenni
Kommunikationschef und Vizepräsident

Ein paar Worte von Christine Schmid, welche sich mit der Übernahme des Amtes als Layouterin zeitgleich auch mit der Neugestaltung der Roten Karte verwirklichen konnte:

Es freut mich sehr, dass ich mit der Übernahme des Amtes auch gleich die Neugestaltung der Roten Karte umsetzen konnte. Wie bereits von Dänu erwähnt, sollt ihr die Rote Karte aktiv mitgestalten können. Meldet euch, wenn ihr Beiträge vermisst, ihr Artikel für die neue Pinnwand habt, welche ihr verkaufen möchtet, ihr ein Lieblingsrezept hat, welches ihr uns verraten möchtet, etc. etc... Über eure zahlreichen Beiträge freue ich mich jetzt schon! Lieben Dank!

Ich wünsche euch frohe Festtage mit euren Liebsten!

Herzliche Grüsse
Christine Schmid



Wir nähern uns dem Jahresende und blicken auf ein ereignisreiches Jahr zurück. Ein paar Einblicke in die Arbeiten der letzten Monate:

- Das Wasserbauprojekt bei der Chelenalphütte ist abgeschlossen und die Brücke am oberen Weg wurde verlegt.
- Diese Rote Karte ist die erste im neuen Gewand. Dies ist einer der zahlreichen Schritte, die wir aktuell zur Modernisierung unserer Kommunikationsstrukturen umsetzen.
- Leider verlässt das Hüttenwartpaar auf Ende nächster Saison die Chelenalphütte. Die Rekrutierung der neuen Hüttenwarte ist in der HüKo besprochen worden; Verena und Tarzis werden dies an die Hand nehmen. Vielen Dank!
- Ab 1. Januar 2025 sind wir Mitglied bei Carelink und dürfen zukünftig im Notfall auf professionelle Unterstützung zählen; dies auch in der Kommunikation.

Fürs kommende Jahr haben wir wieder ein abwechslungsreiches Angebot zusammengestellt. Ereignisreich wird das Jahr aber auch fernab vom Tourenwesen und den Mitgliedertreffen:

- Nach wie vor steht die **Sanierung unserer Chelenalphütte** im Raum, deren Bausubstanz es prioritär zu erhalten gilt. Über den aktuellen Stand der Planung werden wir ausführlich an der kommenden Generalversammlung berichten.
- Der Schlussbericht zur **Aufarbeitung des Defizits der Sportklettern-Weltmeisterschaft 2023 in Bern** liegt vor. Am 22. Februar 2025 findet eine ausserordentliche Abgeordnetenversammlung (AV) statt. Auf Seiten der Organe des SAC konnte im Rahmen der Untersuchung kein strafbares Verhalten festgestellt werden. Während der Vorstandssitzung im Januar 2025 werden wir über den Umgang mit der Situation entscheiden. Bitte lasst uns eure Meinungen zukommen, falls diese in unsere Betrachtungen einfließen sollen.
- Wir werden uns auch über eine **Klimastrategie** für den SAC Aarau unterhalten.

Wir sind immer froh um Unterstützung, sei es in der Umwelt- und Kulturkommission, auf Touren, im Vorstand oder in der Hüttenkommission. Nur so können wir bestehende Lücken schliessen, unseren Traditionen in die Zukunft tragen und auch künftig zu einem sanften, verantwortungsvollen Bergtourismus beitragen.

Zur **Generalversammlung**, welche am **Freitag, 4. April 2025** im Restaurant Traube in Küttigen stattfindet, sind alle Mitglieder herzlich eingeladen. Gemäss Statuten sind Anträge spätestens zwei Monate vor der GV schriftlich und begründet an den Vorstand zu richten.

Ich wünsche allen erholsame Festtage und schöne Touren.

Denis Simonet
Präsident

Creux du Van und Gorges de l'Areuse - Wanderungen im Schweizer Jura

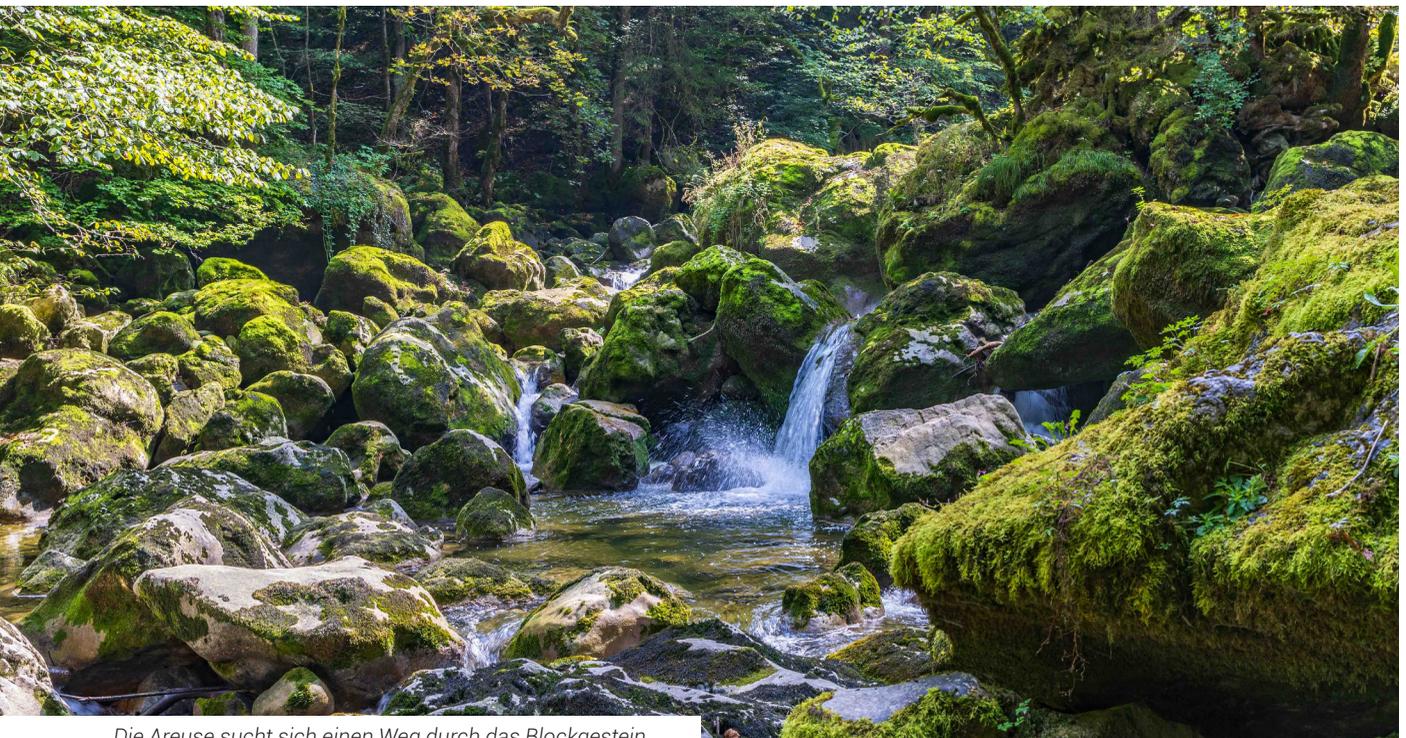
Partnerschaftstour DAV Reutlingen – SAC Aarau

Tourenleitung: Werner Stähli

Text und Fotos: Helmut Kober DAV Reutlingen

Eine Tour mit Höhepunkten. Kaum jemand kennt die Schweizer Naturwunder im Val de Travers im Kanton Neuchâtel, und doch sind so viele Touristen dort unterwegs.

Wir befinden uns in der französischen Schweiz in Boudry. Keine zehn Gehminuten vom Ort entfernt beginnen die Gorges de l'Areuse, zu Deutsch die Areuse-Schluchten, welche viel begangen werden. Das Getöse des Flüsschens Areuse wird mit jedem Schritt lauter je weiter wir auf dem zum Teil schmalen und steil angelegten Steig durch die Schlucht in Richtung des kleinen Dorfes Noiraigue emporsteigen. Nach dem Champ du Moulin, etwa auf halber Strecke, überspannt eine steinerne Bogenbrücke (Saut de Brot) die Areuse. Diese malerische Brücke ist das meistfotografierte Objekt in dieser Gegend. Natürlich konnten auch wir nicht ohne den Auslöser zu betätigen über die Brücke wandern. Gleich am Bahnhofsvorplatz in Noiraigue steht die Auberge de Noiraigue. Dort bezogen wir das Quartier für eine Nacht. Am späteren Abend nach dem Dessert bemerkte Werner, dass wir uns im Tal eines legendären Getränks mit dem Beigeschmack des Verbotenen befanden: es war Absinth, der plötzlich alle faszinierte; dort auch die „grüne Fee“ genannt. Einst verboten, weil es angeblich die Menschen verrückt machen würde, und jetzt erlaubt. Also war Probieren angesagt. Ein starkes alkoholisches „Stöffchen“ mit Anisgeschmack stand dann vor uns, gebrannt aus Absinth-Pflanzen (Wermut-Kräuterpflanze).



Die Areuse sucht sich einen Weg durch das Blockgestein

Verrückt wurden wir nicht, aber reif fürs Bett.

Beim morgendlichen Aufstieg zum Creux du Van wurden wir gleich gefordert, es war ein steiler Aufstieg und bereits sehr warm. Nach einem kurzen Stopp am Kiosk eines Gnadenhofes für Tiere, erreichten wir über einen rutschigen Zick-Zack-Weg mit insgesamt vierzehn Kehren den oberen Rand des Steilabbruches am Creux du Van, einem Felsenkessel, der auch als „Grand Canyon“ der Schweiz bezeichnet wird. Die fast zweihundert Meter hohen Felswände bilden einen Bogen von mehr als einem Kilometer Länge, welcher durch Erosionen entstand. Dies war eine beeindruckende Szenerie am Ende der letzten „Kehre 14“ (damit man immer weiss, wo man gerade ist, wurden die Kehren mit Ziffern beschildert).

In der nahen Ferme du Soliat bezogen wir unser Quartier, Doppelzimmer und Lager, einfach, aber völlig ausreichend. Der nächste Höhepunkt war die Wanderung (diesmal ohne Rucksack) an der langen Mauer entlang zum Le Soliat (1463 m), dem höchsten Punkt dieser Karstlandschaft. Wir waren nicht allein, viele Tagestouristen taten dasselbe wie wir. Spannend wurde es, als Steinböcke gesichtet wurden, die faul auf einigen Absätzen in den Felswänden lagen, oder genüsslich Gras futterten, völlig unbeeindruckt von ihren faszinierten Zuschauern. Die grössten Tiere hielten sich auf der grossen Steinmauer unweit des Wanderweges am Rande des Felsabbruchs auf. Beim gemeinsamen Abendessen wurde nochmals ordentlich zugegessen, sowohl beim obligatorischen Schweizer Käsefondue als auch beim Roastbeef mit Kartoffelgratin; alles vom Feinsten und für jeden ausreichend. Zum nächsten Morgen war eine kleine Wanderung zum Felskessel geplant, dies zum Sonnenaufgang. Das Licht an diesem Morgen war perfekt, ebenso perfekt waren die auf der Hochwiese grasenden jungen Steinböcke, eine Idylle. Das nachfolgende Frühstück bei unserer Unterkunft war nicht weniger perfekt, einfach grandios. Der Rückweg von der Ferme du Soliat und der Creux du Van führte uns nach Travers ins Tal und zum dortigen Bahnhof. Weiter ging es mit dem Zug zum kleinen Ort Bôle und von dort in einer halbstündigen Wanderung nach Boudry, unserem Startpunkt. Im Restaurant Café du Pont nahmen wir unser Mittagessen ein. Dort verabschiedeten wir uns von unseren Schweizer Freunden mit der Vorfreude auf das nächste Partnerschaftstreffen 2025 bei uns im Schwarzwald.



Panoramablick vom Le Soliat (1463 m)



Am Creux du Van



Wanderung zum Wasserschloss Aargau mit und ohne Handicap

Pilotprojekt von PluSport Region Aarau und dem SAC Aarau

Tourenleitung: Stephanie Lieb
Fotos und Text: Stephanie Lieb

Am 1. September um 10.00 Uhr besammelten sich 24 wanderlustige Menschen in Brugg am Bahnhof, um bei herrlichem Sommersonnenschein anlässlich der zweiten inklusiven Wanderung für Menschen mit und ohne Handicap zum Wasserschloss und wieder zurück nach Brugg zu wandern. Unsere zweite inklusive Wanderung (inklusiv steht für die Teilnahme von Menschen ohne Handicap und für Menschen mit einer körperlichen, geistigen, psychischen oder Mehrfachbehinderung). Diese wurde wiederum durch den SAC Aarau und PluSport Aarau ermöglicht. Dank einer Spende der AEW Energie AG war auch ein Besuch vom „Sunntigs Kafi“ mit einer kleinen Stärkung für alle auf der Wegstrecke möglich. Herzlichen Dank dem Spenderunternehmen!

Im Vergleich zur ersten Wanderung hatten wir dieses Mal eine Route ausgewählt, die es auch Menschen ermöglichte, daran teilzunehmen, die nicht gut zu Fuss waren. Es gab auf der zehn km langen Wegstrecke



Erfrischende Abkühlung!



nur wenige Höhenmeter auf guten T1 Wanderwegen zu absolvieren. Auch einen sehbehinderten, blinden Menschen durften wir zu unseren Gästen zählen. Die Gruppe machte reichlich Trink- und Erfrischungspausen, damit auch bei den Hochsommertemperaturen sich alle wohlfühlen konnten. Am Brunnen wurde der ein oder andere, und natürlich auch die Wanderleitenden, nassgespritzt und alle freuten sich über die Abkühlung.

Das Feedback der Teilnehmenden war durchwegs positiv. Die Teilnehmenden ohne Handicap betonten vor allem die hohe Lebensfreude und das hohe soziale Verhalten der anderen Teilnehmenden, die immer gut auf jeden geschaut haben. Inklusion heisst für uns als Wanderleitende Menschen zusammenzubringen, gemeinsam Erlebnisse zu generieren und Emotionen zu erleben, damit alle neue Perspektiven einnehmen können. Von diesen positiven Erfahrungen profitieren alle und es ist uns ein Herzensanliegen, dass dieses Projekt auch 2025 mit zwei neuen Inklusionswanderungen weitergehen darf. Wir hoffen, dass sich die Freude und die positiven Eindrücke auch weiter im SAC Aarau herumsprechen werden und weitere Teilnehmende uns auf den zukünftigen Wanderungen offen und neugierig begleiten wollen.

Bei Fragen zum Pilotprojekt oder dem Interesse für eine Spende für den Behindertensport, darf sich jeder gerne melden unter klettern@plusport-aarau.ch.



Marmor, Seen und ein Gipfel auf dem Weg zur Cristallina-Hütte

Tourenleitung: Regina Gregori

Text: Patricia Schibli

Fotos: Patricia Schibli, Oli Haller, Viturin Schuhmacher

Freitag, 4. Oktober:

Nach spektakulärer Postautofahrt über Haarnadelkurven stärken wir uns in der Bar in Piano di Peccia (1056 m ü.M.). Bei Sonnenschein und sommerlich grüner Landschaft beginnen wir unsere Wanderung über 990 Hm zuerst entlang den ungeheuerlichen Überschwemmungsverwüstungen vom 30. Juni durch den Fiume Peccia (dem Zufluss zur Maggia bei Peccia), dann an einer Marmorabbaustelle vorbei und schliesslich geht es steiler hinauf durch den Wald, immer wieder weissen Marmoradern begegnend. Nach drei Stunden erreichen wir in herbstlicher Landschaft die einsame Capanna Poncione di Braga, benannt nach dem gleichnamigen Tourenziel für den nächsten Tag. Die zunehmende Bedeckung ist einem stimmungsvollen Abend vor und in der Hütte nicht abträglich und die Hüttencrew beschenkt uns zum Saisonschluss mit Apéro und feinem Essen.



Showeinlage von Patricia auf der Bochhetta della Froda | Foto: V. Schuhmacher



Überraschungsaussicht auf der Bocchetta della Froda mit Basodino im Hintergrund | Foto: P. Schibli

Samstag, 5. Oktober:

Traumhafte Dämmerung und verzuckerte Berge bringen 26 Beine zum Fliegen. Mit Leichtigkeit erreichen wir 750 Hm höher, die Schulter oberhalb der Frodalücke - zuerst durch goldige Graslandschaft, dann über verzuckerte Blocksteine. Regina entscheidet hier aus Sicherheitsgründen die letzten 140 Hm zum Poncione di Braga (2864 m ü.M.) nicht zu besteigen. Auf dem Pass öffnet sich eine neue Berg- und Seenlandschaft, darin dröhnend der weisse Basodino... und bringt uns weiter zum Fliegen... einige auch auf dem teils vereisten Abstieg zum Lago Nero. Drei Überflieger landen gar im eiskalten Bad, den anderen reicht der bissige Wind. Der vielfältige Gegenanstieg (240 Hm) zur Capanna di Cristallina mit einschüchternden Blicken in die Tiefen, wärmen uns wieder auf. Ausruhen in der warmen Sonne, ein Abendspaziergang zum 180 Hm höheren Aussichtspunkt hinter der Hütte und ein feines Nachtessen runden den Sonnentag ab.

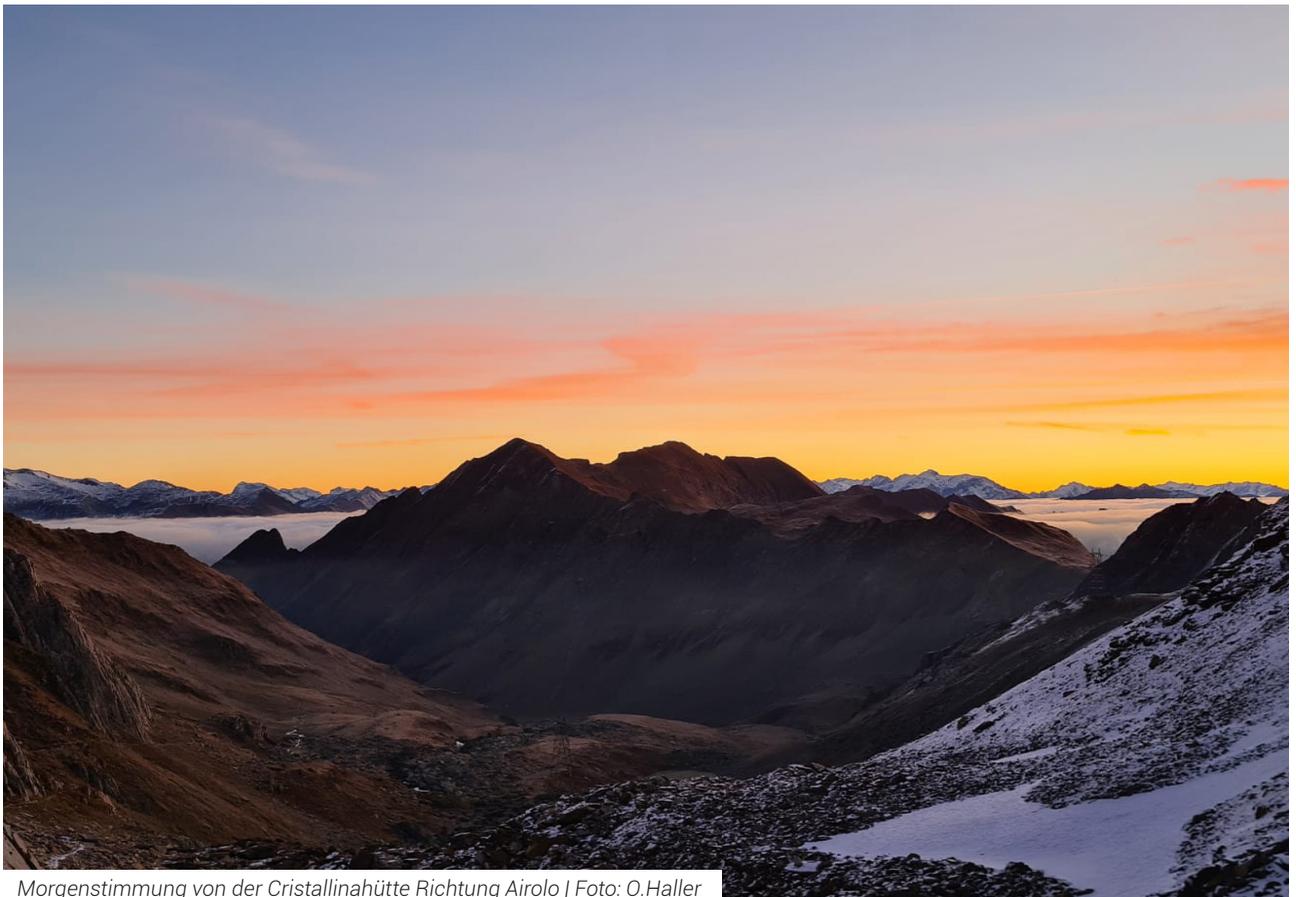
Sonntag, 6. Oktober:

Der Morgen überrascht uns mit einem Wechselbad von stimmungsvollem Sonnenaufgang und Nebelwalze über der Hütte. Der Abstieg in Raureif liegender Landschaft mit klingenden Eistümpeln und einer Nebelschlange über dem Bedrettal, füllen unsere Kameras mit schönen Andenken. Bei inzwischen bedecktem Himmel erreichen wir die Alpe di Cristallina und gehen den 150 Hm Gegenanstieg sowie den restlichen Abstieg zur Luftseilbahn Pescüm locker an. Nach 3 Std. 45 Min. und 20 Minuten Wartezeit besteigen wir die Luftseilbahn... doch ein Stromdefekt zwingt uns wieder auszusteigen. In der Ungewissheit wartend, entscheiden wir uns den 600 Hm steilen Weg nach Airolo zu Fuss zu gehen. Nach total 1600 Hm Abstieg am dritten Tag erholen wir uns bei Kuchen und Trunk im Forni und besteigen um 15.57 Uhr den Zug nach Hause, wo die lustige Truppe sich etappenweise voneinander verabschiedet.

Herzlichen Dank an Regina für die tolle Wanderung!



*Drei Gründe für Optimismus vor der Capanna di Poncione di Braga
Foto: P. Schibli*



Morgenstimmung von der Cristallinahütte Richtung Airolo | Foto: O.Haller

Neuer Hüttenklettergarten - Känguru Kletterwand

Koordinaten: 2676918 / 1169248



- | | | |
|----------------|--------------|---|
| 1. JO Känguru: | L1 5a, L2 3c | 6. Projekt |
| 2. Onkel Paul: | L1 5a, L2 4a | 7. Fliegender Engländer: 5b |
| 3. Baba Moll: | L1 5b, L2 4a | 8. Science Fiction: L1 6a, L2 5b/6c
(Variante) |
| 4. Goldesel: | L1 5b, L2 4c | |
| 5. JO Flex: | 5a | T6: Zu- und Abstieg |

Informationen zur Känguru-Wand:

Koordinaten: 2676918 / 1169248

Ausrüstung:

- 50 Meter Seil
- 9 Expressen
- Stände mit Ketten und Ringen
- Wandhöhe: ca. 40 Meter



Der Zustieg dauert ca. 15 Minuten.

Ab der Verzweigung Panoramaweg Chelentalp-gletscher (2300 m) nach Osten in Richtung Tyrolienne gehen. Ab hier leiten Steinmänner den Weg bis zum Einstieg. Gutes Schuhwerk ist empfehlenswert, da zweimal ein Bergbach überquert werden muss.

Ab Wandfuss (T6):

Zu- und Abstieg: Ein Fixseil kann verwendet werden (Zackenschlinge am Ausstieg).

Siehe Topo, grün eingezeichnet.

Beschreibung:

Im Vorjahr nach der Sanierung des Hüttenklettergartens, erkundeten wir die Umgebung und entdeckten einen Felsen mit einigen wenigen Bohrhaken. Leider konnten wir nicht herausfinden, wer diese angebracht hatte. Da wir weiteres Potenzial für neue Routen sahen, entstand die Idee, gemeinsam mit der Jugendgruppe Aarau an einem verlängerten Wochenende einen Klettergarten einzurichten. Mit viel Freude und Engagement machten sich die Mitglieder der JO an die Arbeit und erschlossen gut gesicherte Routen. Die Kletterwand wurde nach unserem JO-Maskottchen benannt.

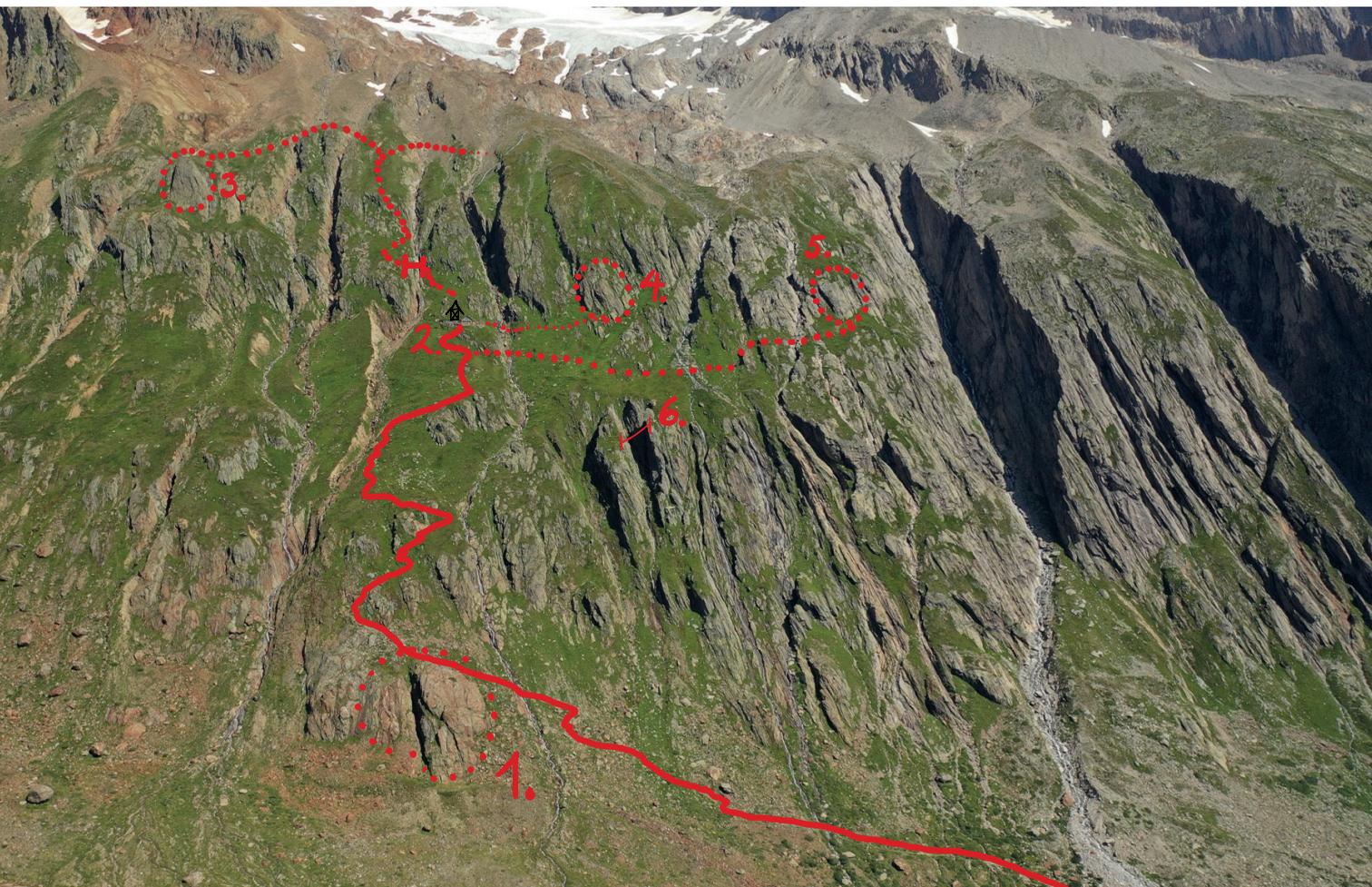
Wir wünschen allen viel Spass beim Klettern!

Bei Anregungen könnt ihr euch gerne an info@jo-aarau.ch wenden.

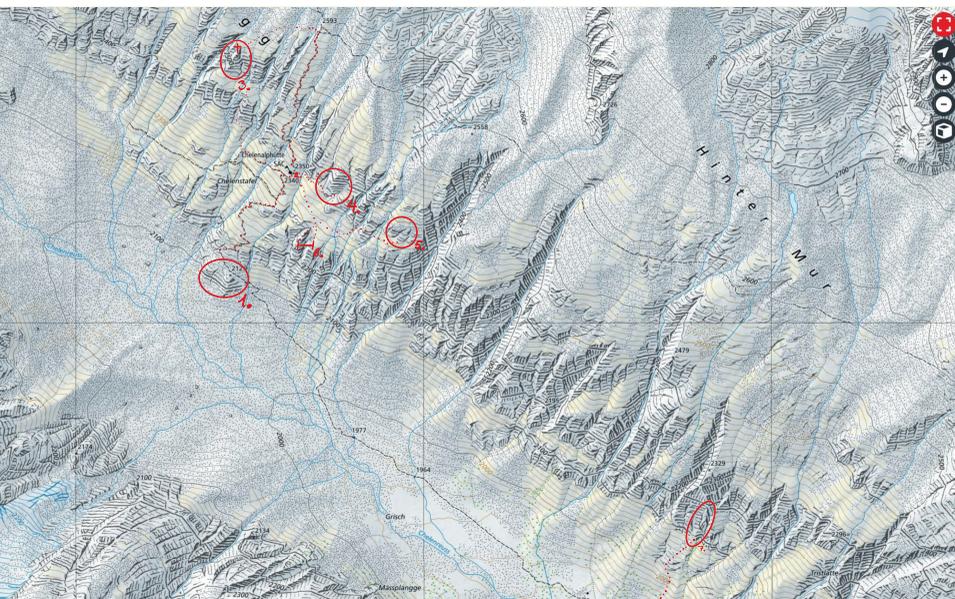
Erbaut von der JO Aarau (v. links n. rechts):

Böhler Nathan, Rüetschi Linus, Reichart Annette, Berner Rebecca, Allemann Serafin, Iten Marc, Frielingsdorf Paul, Buchser Anna, Hunziker Janis, Graf Hannah, Baehni Basil, Senn Danny.

Übersicht Chelenalp Klettern



- | | |
|-------------------------|--|
| 1. Klettergarten Gutsch | 4. Hüttenklettergarten |
| 2. Chelenalphütte | 5. Känguru Wand
(neuer Hüttenklettergarten) |
| 3. Nollen / Grau-Egg | 6. Tyrolienne |



1. Klettergarten Gutsch
2. Chelenalphütte
3. Nollen / Grau-Egg
4. Hüttenklettergarten
5. Känguru Wand
(neuer Hüttenklettergarten)
6. Tyrolienne
7. Babaurba 5b+



Buchtipp

Kalender SAC-Hütten 2025 | Marco Volken



Hier online zu kaufen:



Clubhaus Irehägeli

Der Ort im Grünen

**Feste feiern
Ausspannen
Ruhe geniessen**

<https://www.sac-aarau.ch/huetten.html>
079 769 17 44
irehaegeli@sac-aarau.ch

Pinnwand



Gebrauchten Artikeln ein zweites Leben einhauchen?
Hast du etwas abzugeben/zu verkaufen, was eigentlich noch einsatzfähig ist und jemand anderem von Nutzen sein könnte? Ja... dann sende uns doch eine E-Mail an redaktion@sac-aarau.ch
mit detaillierten Informationen, Fotos und Preisvorstellungen.
Wir publizieren dies in dieser Pinnwand.

Falls Du doch eine Print-Version der neuen «Roten Karte» wünschst, schreibe an:
mitgliederverwaltung@sac-aarau.ch

Mitgliederstatistik

Todesfälle

Nachtrag März
Heini Frey, Berikon
*1928, 72 Jahre Mitglied

Nachtrag April
Andreas Bodmer, Aarau
*1954, 30 Jahre Mitglied

September
Thomas Hollenstein Kyburz, Lostorf
*1973, drei Jahre Mitglied

November
Julia Sager, Aarau Rohr
*1982, fünf Jahre Mitglied

Mitgliederbeiträge 2025

Einzel	CHF	117.–
Familien	CHF	187.–
Jugend	CHF	58.–

Der Mitgliederbeitrag ist gültig vom 1. Januar bis 31. Dezember des laufenden Jahres.

Die Familienmitgliedschaft schliesst max. zwei Erwachsene ab 23 Jahren und gegebenenfalls x Kinder von sechs bis 17 Jahren im selben Haushalt ein.

Der Kategorienwechsel findet automatisch statt und betrifft Kinder aus Familien, welche das 18. Altersjahr erreichen und somit aus der Familienmitgliedschaft entlassen werden.

Jugendmitglieder, welche das 23. Altersjahr erreichen, werden automatisch zu Einzelmitgliedern.

Kündigung der Mitgliedschaft:

Mitglieder, die einen Austritt in Erwägung ziehen, müssen dies bis spätestens am 31. Januar 2025 per E-Mail mitteilen: mitgliederverwaltung@sac-aarau.ch.

LIVE-MULTIMEDIA-SHOW VON TOBIAS RENGGLI

ÜBER ALLE GRENZEN

DISCOVERY DAYS
— FÜRSTENFELDEN —
2. PREIS
BESTER VORTRAG

El Mundo
Österreich
Publikumspreis

Aarau Fr 31.1. KUK, Saal 1 19.30 Uhr

Weitere 12 Termine in der Schweiz, Infos und Vorverkauf: www.explora.ch

Von der Mitgliederversammlung zum Mitgliedertreffen

Text: Denise Fussen
Umwelt-/Kulturkommission

Was sind eigentlich genau Mitgliederversammlungen und woher stammt diese Bezeichnung?

Diejenigen unter euch, die schon etliche Jahre beim SAC sind, mögen sich erinnern ... an die Zeit ohne Internet und Handy. Damals gab es die Möglichkeit nicht, die Informationen zu einer Tour online abzurufen oder ein paar Tage vorab Informationen per E-Mail oder per WhatsApp den Treffpunkt spontan zu erhalten.

Gemäss ein paar langjährigen SAC-Mitgliedern waren damals die Mitgliederversammlungen der zentrale Treffpunkt des Vereins, an dem die Tourenteilnehmenden die Tourenleitenden trafen und gemeinsam die letzten Details zur kommenden Tour besprachen. Alle Informationen die wir heute per E-Mail oder WhatsApp für eine Tour austauschen, wurden an der Mitgliederversammlung besprochen. Das können wir uns heute nicht mehr vorstellen, oder?

Die Zeiten haben sich geändert und damit auch der Inhalt der Mitgliederversammlungen. Heute treffen wir uns zu Mitgliederversammlungen, um gemeinsam eine Multimedia-Show anzuschauen oder einen Vortrag eines Experten anzuhören. Spannend ist es vor allem, wenn ein Mitglied von einer Expedition, einer Reise oder einem Videoprojekt erzählt. Vor ein paar Wochen wurden wir von einem jüngeren Mitglied darauf hingewiesen, dass der Begriff „Mitgliederversammlung“ für viele nicht klar ist und missverstanden werden könnte. Darum haben wir uns entschieden, unseren gemeinsamen Treffen einen neuen Namen zu geben.

Wir benennen im kommenden Jahr den Begriff auf „Mitgliedertreffen“ um und freuen uns, euch bei einer unserer vielen, spannenden Anlässe begrüssen zu dürfen! Alle Informationen dazu findet ihr im Jahresprogramm, oder immer aktuell online auf unserer SAC-Webseite.



Kunstwerk im Eistümpel | Foto: P. Schibli



Rezeptidee

Spätzlipfanne mit Raclettekäse Gesamt: 1 Std. 15 Min. | Aktiv: 45 Min.

Spätzli-Teig

Mehle und Salz in einer Schüssel mischen, in der Mitte eine Mulde eindrücken. Milchwasser mit den Eiern verrühren, nach und nach unter Rühren in die Mulde giessen, alles mischen und so lange klopfen, bis der Teig Blasen wirft. Zugedeckt bei Raumtemperatur ca. 30 Min. quellen lassen.

Sieden

Teig portionenweise durchs Spätzlisieb in das nur leicht siedende Salzwasser streichen. Sobald eine Portion verarbeitet ist und die Spätzli an die Oberfläche steigen, mit einer Schaumkelle herausnehmen, abtropfen, warm stellen.

Röstzwiebeln

Zwiebeln und Knoblauch mit dem Mehl, Salbei und Fenchelsamen mischen. Bratbutter in einer beschichteten Bratpfanne erhitzen. Zwiebeln unter gelegentlichem Rühren bei mittlerer Hitze ca. 20 Min. knusprig braten, herausnehmen, salzen, beiseite stellen.

Fertigstellen

Speck in derselben Pfanne ohne Fett langsam knusprig braten, herausnehmen, auf Haushaltspapier abtropfen. Bratfett auftupfen. Spätzli, Käse und Wasser in dieselbe Pfanne geben, unter gelegentlichem Rühren erwärmen, bis der Käse schmilzt, würzen. Speck zerbröckeln, mit den Röstzwiebeln auf den Spätzli anrichten.

Zutaten für 4 Personen

Spätzli-Teig

200 g Knöpfliemehl
100 g Weissmehl
 $\frac{3}{4}$ TL Salz
1 $\frac{1}{2}$ dl Milchwasser ($\frac{1}{2}$ Milch / $\frac{1}{2}$ Wasser)
3 frische Eier

Sieden

Salzwasser, siedend

Röstzwiebeln

3 rote Zwiebeln, in Ringen
2 Knoblauchzehen, in Scheibchen
2 $\frac{1}{2}$ EL Weissmehl
5 Zweiglein Salbei, in feinen Streifen
1 $\frac{1}{2}$ TL Fenchelsamen, zerstoßen
3 EL Bratbutter
2 Prise Salz

Fertigstellen

150 g Bratspeck in Tranchen
300 g Raclettekäse, in Würfeli
 $\frac{3}{4}$ dl Wasser, heiss
Salz, Pfeffer, nach Bedarf

En Guete!

Weblink Fooby:



Karten der Landestopografie

Text: Hansruedi Nideröst

Als Dienstleistung konnte ich seit einigen Jahren Landeskarten / Skitourenkarten / Wanderkarten und andere Spezialkarten der Landestopografie an die Mitglieder mit einem Rabatt von ca. 20 – 25% auf den Ladenpreis abgeben können.

Dieses Angebot wird offensichtlich nicht mehr genutzt und daher aufgegeben.

Es können aber weiterhin Karten bei mir bestellt werden. Einen Rabatt von ca. 20% gibt es bei einer Mindestbestellung von Fr. 100.– (sonst erfolgt ein Kleinmengenzuschlag, der den Rabatt zunichtemacht).

Die Rubrik die Kartennachführungen gemäss Swisstopo wird weiterhin auf- und nachgeführt.

Bestellungen für Landeskarten müssen schriftlich an Hansruedi Nideröst, Herrlimatt 7, 5040 Schöffland, E-Mail: hansruedi.nideroest@bluewin.ch, mit Angabe der Modalitäten der Übergabe (Versand an die angegebene Adresse [plus Porto], Abholung bei Hansruedi Nideröst oder sonstige Übergabe) gerichtet werden.

Folgende Karten wurden von der Landestopografie nachgeführt:

1:25'000: 1156 Schesaplana / 1157 Sulzfluh / 1159 Ischgl / 1176 Schiers / 1177 Serneus / 1178 Gross Litzner / 1179 Samnaun / 1194 Flims / 1195 Reichenau / 1196 Arosa / 1197 Davos / 1198 Silvretta / 1199 Scuol / 1199 bis Piz Lad / 1212 Amsteg / 1213 Trun / 1214 Ilanz / 1215 Thusis / 1216 Filisur / 1217 Scalettapass / 1218 Zernez / 1228 Lauterbrunnen / 1233 Greina / 1235 Andeer / 1239 Sta.Maria / 1239bis Müstair / 1254 Hinterrhein / 1255 Splügen / 1256 Bivio / 1257 St.Moritz / 1258 La Stretta / 1274 Mesocco / 1275 Campodolcino / 1276 Val Bregaglia / 1278 La Rösa / 1294 Grono / 1296 Sciora / 1298 Lago di Poschiavo

1:50'000: 233 Solothurn / 238 Montafon / 243 Bern / 244 Escholzmatt / 253 Gantrisch / 254 Interlaken / 255 Sustenpass / 256 Disentis / 263 Wildstrubel

Wanderkarten 1:50'000 T: 213T Basel / 214T Liestal / 215T Baden / 224T Olten / 225T Zürich / 234T Willsau / 235T Rotkreuz / 244T Escholzmatt / 266T Valle Leventina / 276T Val Verzasca / 286T Malcantone

Schneesportkarten 1:50'000 S: 227S Appenzell / 237S Walenstadt / 238 Montafon / 247S Sardona / 248S Prättigau / 249S Tarasp / 257S Safiental / 259S Ofenpass / 469S Val Poschiavo.



Morgenerwachen bei der Capanna Cristallina | Foto: P. Schibli

Mitteilung von swisstopo

Hinweis zu den neuen Wanderkarten 1:50'000:

Swisstopo publiziert neu gestaltete Wanderkarten:

- Neues, schlankeres Format
- Wasser- und reissfestes Papier
- Neue Kartengrafik
- Farbige Wanderwegkategorien
- SchweizMobil-Routen (Wanderland)
- Piktogramme (Gasthöfe / PP / sehenswerte Orte / Klettersteige usw.)
- ÖV-Haltestellen
- Wandervorschläge

Informativer:

Die neuen Wanderkarten erleichtern die Routenplanung mit nützlichen Zusatzinformationen wie ÖV-Haltestellen, sehenswerte Orte, Aussichtstürme, abgelegene Gasthöfe oder Parkplätze. Auch sind die Wanderrouten von SchweizMobil markiert.

Verständlicher:

Dank der neuen Landeskartengrafik sind die Karten besser lesbar. Das frische und moderne Erscheinungsbild sowie farbige Wanderwegkategorien und Piktogramme helfen, sich schnell und sicher zu orientieren.

Intuitiver:

Die Wanderwegkategorien Wanderweg, Bergweg und Alpinwanderweg sind durch die Symbolfarben gelb, rot und blau sofort erkennbar. Hart- und Naturbelag lassen sich ebenfalls einfach unterscheiden.

Gemacht zum Wandern:

Die neue Wanderkarte zeigt das gesamte Wanderwegnetz der Schweiz gedruckt auf wasser- und reissfestem Papier. Alle Informationen finden sich übersichtlich auf einer Seite. Zudem ermöglicht das neue, schlanke Kartenformat (gefalzt 11x22 cm) eine praktische Handhabung.

Es sind nun alle Wanderkarten (50'000T) auf das neue Format und Design umgestellt.

Touren, Kurse und Anlässe

Detaillierte Informationen und Anmeldung zu allen Touren, Kurse und Anlässe unter www.sac-aarau.ch



Sektionstouren

Beginn	Dauer	Tour / Anlass	Typ / Kondition, Technik	Tourenleitung
Sa, 04. Jan	2	Ski- und Boardtourengrundkurs für Anfänger, wenig Erfahrene und Repetenten	S / A, L	Guido de Pretto
Do, 09. Jan	1	Skitour Gibel, 2036 m (Brünigpass)	S / B, WS+	Patricia Schibli Schuhmacher
Sa, 11. Jan	1	Zeglinger Fahrt	T / B, T2	Thomas Fuhrer
So, 12. Jan	1	Ausbildungskurs LVS für Sektionsmitglieder	A / A, WS	Lukas Roth
Mi, 15. Jan	1	Einsteigertour Chaiserstuel, 2400 m	S / A, WS	Bernhard Meichtry
Fr, 17. Jan	1	Stotzigen Firsten (GL), 2752 m	S / C, WS	Sandra Wittmer
Fr, 17. Jan	1	Skitour Schilt, 2299 m	S / B, WS	Patricia Schibli Schuhmacher
Sa, 18. Jan	2	Skitechnikkurs	A / A	Mirjam Roth
Sa, 18. Jan	1	Rottälligrat, 2748 m	S / C, WS	Stefan Arnold
So, 19. Jan	1	Skitour Rütistein, 2025 m	S / B, WS	Patricia Schibli Schuhmacher
So, 19. Jan	1	Nichts für Faulpelze (Fulhorn, 2528 m)	WT / C, WT4	Rolf Gutjahr
Mi, 22. Jan	1	Skitour Chumigalm (Zweisimmen), 2125 m	S / B, WS	Patricia Schibli Schuhmacher
Sa, 25. Jan	1	Einsteigerskitour Schratteflueh, 2092 m	S / B, WS	Thomas Fuhrer
Sa, 25. Jan	1	Rau Stöckli, 2290 m (evtl. weiter Richtung Glatten)	S / B, WS	Fabian Holenstein
Sa, 25. Jan	1	Hundsrügg – nicht nur für Hundefreunde	WT / B, WT2	Christine Gerber
Do, 30. Jan	1	Skitour Graustock, 2542 m	S / A, WS	Patricia Schibli Schuhmacher
Fr, 31. Jan	1	Einsteiger Schneeschuhtour hoch über dem Schächental	WT / B, WT2	Stephanie Lieb
So, 02. Feb	7	Skitourenwoche im Safiental	S / B, ZS-	Silvan Schenk
So, 02. Feb	8	JO Skitouren- und Eiskletterlager (mit Sektion)	S / B, L	Paul Frielingsdorf
So, 02. Feb	1	Buochserhorn, 1807 m	WT / A, WT2	Peter van Dijke
Fr, 07. Feb	1	Einsteigertour Höch Gumme, 2204 m	S / A, WS	Fritz Graf
Sa, 08. Feb	1	Churfirten / Selun, 2204 m	S / B, WS+	Guido de Pretto

Beginn	Dauer	Tour / Anlass	Typ / Kondition, Technik	Tourenleitung
Sa, 08. Feb	1	Pizzo Pesciora, 3120 m	S / C, ZS	Fabian Holenstein
Mi, 12. Feb	1	Einsteigertour Glatt Grat, 2191 m	S / B, WS	Bernhard Meichtry
Sa, 15. Feb	1	Fanenstock, 2237 m	S / B, WS	Thomas Fuhrer
Sa, 15. Feb	1	Chasseral, 1606 m	WT / B, WT2	Daniel Meyer
So, 16. Feb	1	Chläbdächer, 2138 m	S / B, WS	Fabian Brander
Fr, 21. Feb	1	Schwalmere, 2777 m	S / B, ZS	Angela Schwab
Fr, 21. Feb	3	Skitouren-Weekend in Bivio	S / B, ZS-	Sandra Wittmer
So, 23. Feb	1	Obere Bielenlücke, 3220 m	S / C, WS	Martin Bucher
So, 23. Feb	1	Unders Tatelishore, 2497 m	WT / B, WT3	Peter van Dijke
Mi, 26. Feb	1	Hengst, 2091 m	S / B, WS	Bernhard Meichtry
Sa, 01. Mär	2	Pazolastock, 2739 m, Badus, 2928 m	S / A, WS+	Fritz Graf
Sa, 01. Mär	1	Ein Zacken Toblerone: Sellamatt-Frümsetal	WT / B, WT2	Christine Gerber
Mo, 03. Mär	1	Sentisch Horn, 2827 m	S / A, WS	Fabian Brander
Fr, 07. Mär	1	Hoch über dem Engelbergertal	WT / B, WT2	Stephanie Lieb
Sa, 08. Mär	2	TL Winter – Fokus Abfahrt	A / B, ZS	Lukas Roth
Sa, 08. Mär	2	Skihohtour Brunnenstock, 3211 m	Sk / C, ZS	Danny Senn
Sa, 08. Mär	1	Weglosen–Piet, 1965 m, Rütistein, 2025 m	WT / B, WT3	Fabian Dietmann
So, 09. Mär	1	Drümännler, 2436 m	S / B, WS+	Andreas Stehli
So, 09. Mär	1	Waagrecht zum Gipfel (Chamerstock, 2123 m)	WT / A, WT4	Rolf Gutjahr
Mo, 10. Mär	2	Skitouren Gemmi	S / C, ZS	Angela Schwab
Sa, 15. Mär	1	Saisoneröffnung im Tessin	KF / A, 5a	Guido de Pretto
Sa, 15. Mär	2	Rheinwaldhorn, 3402 m, Furggelti, 2761 m	S	Verena Rohrer
Sa, 15. Mär	1	Wildgärst, 2890 m (Snowboardtour)	S / B, WS	Fabian Holenstein
Sa, 15. Mär	1	Eine Schlucht, eine Bettlerchuchi und ein Chamben	T / B, T2	Christine Gerber
So, 16. Mär	2	Skidurchquerung Rheinquellgebiet	S / D, ZS+	Paul Frielingsdorf
Sa, 22. Mär	1	Bad Ramsach im Trockenem	T / B, T2	Bettina Faraj
Sa, 29. Mär	1	Klettertag Orvin	KF	Sara Flückiger
Sa, 29. Mär	2	Piz Medel, 3210 m, Piz Cristallina, 3128 m	S / C, ZS	Lukas Roth

Detailliertere Infos Sektionstouren:



Jugendorganisation JO

Beginn	Dauer	Tour / Anlass	Typ / Kondition, Technik	Tourenleitung
Sa, 11. Jan	1	Einsteigerkurs Diemtigtal	S / B, L	Oliver Fabel
So, 12. Jan	1	Ausbildungskurs LVS für Sektionsmitglieder	A / A, WS	Lukas Roth
Sa, 18. Jan	1	Skitour Rossstock, 2461 m	S / A, WS	Danny Senn
So, 02. Feb	8	JO Skitouren- und Eiskletterlager (mit Sektion)	S / B, L	Paul Frielingsdorf
Sa, 22. Feb	2	Skitour mit Biwak Bisistal - zusammen mit JO Baden	S / L	Paul Frielingsdorf
So, 23. Mär	Vorm.	Sportklettern im Jura	KF / A, 4c	Marc Iten

Detailliertere Infos Jugendorganisation JO:



Kinderbergsteigen KiBe

Beginn	Dauer	Tour / Anlass	Typ / Kondition, Technik	Tourenleitung
Fr, 10. Jan	Abend	Klettertraining KiBe, Trainingsgruppe	KH	Luzia Rohrer
So, 12. Jan	1	Airboardtour Jura/Voralpen	SA	Martin Rohrer
Fr, 24. Jan	Abend	Klettertraining KiBe, offenes Hallenklettern	KH	Luzia Rohrer
Fr, 21. Feb	Abend	Klettertraining KiBe, Trainingsgruppe	KH	Luzia Rohrer
So, 23. Feb	1	Airboardtour Jura/Voralpen	SA	Andreas Stehli
Fr, 07. Mär	Abend	Klettertraining KiBe, offenes Hallenklettern	KH	Andreas Stehli
Fr, 21. Mär	Abend	Klettertraining KiBe, Trainingsgruppe	KH	Luzia Rohrer
So, 30. Mär	1	Klettern Arête de Raimeux	KF	Luzia Rohrer

Detailliertere Infos Kinderbergsteigen KiBe:



Patricia badet mit Kappe im Lago Nero 2388 m.ü.M | Foto: V. Schuhmacher

Seniorengruppe A

Anmeldung:

auf der Homepage oder am Dienstag zwischen 17-18 Uhr telefonisch bei der jeweiligen Tourenleitung.

Beginn	Dauer	Tour / Anlass	Typ / Kondition, Technik	Tourenleitung
Mi, 08. Jan	1	Schneeschuhtour auf dem Hasliberg	WT / WT2	Jürg Vögtli M 079 743 25 57
Do, 09. Jan	1	Skitour Gibel, 2036 m	S / B, WS+	Patricia Schibli Schuhmacher M 076 430 23 05
Mi, 15. Jan	1	Beatenberg–Vorsass–Waldegg	WT / C, WS+	Therese Suter M 079 752 11 00
Fr, 17. Jan	1	Skitour Schilt (GL), 2299 m	S / B, WS	Patricia Schibli Schuhmacher M 076 430 23 05
So, 19. Jan	1	Skitour Rütstein, 2025 m	S / B, WS	Patricia Schibli Schuhmacher M 076 430 23
Mi, 22. Jan	1	Raclette-Plausch im Irehägeli	T / T1	Werner Stocker- Annaheim M 079 325 82 81
Mi, 22. Jan	1	Skitour Chumigalm, 2125 m	S / B, WS	Patricia Schibli Schuhmacher M 076 430 23 05
Mi, 29. Jan	1	Gross Aubrig, 1695 m, Chli Aubrig, 1642 m	WT / B, WT3	Thomas Fuhrer M 077 497 02 73
Do, 30. Jan	1	Skitour Graustock, 2542 m	S / A, WS	Patricia Schibli Schuhmacher M 076 430 23 05
Mi, 05. Feb	1	Brunni-Furggelistock	WT / B, WT2	Heiner Kilchsperger M 079 548 30 62
Do, 13. Feb	4	ausgebucht! Schneeschuhtage im Val Müstair	WT / B, WT2	Christine Gerber M 077 407 13 37
Mi, 19. Feb	1	Schneeschuhtour Kiental	WT / WT2	Werner Stocker- Annaheim M 079 325 82 81
Mi, 26. Feb	1	Dent de Vaulion	WT / B, WT2	Daniel Meyer M 079 239 52 01
Mi, 05. Mär	1	Sumiswald/Grünen–Lüderenalp– Dürstiswald-Emmenmatt	T / B, T2	Alfred Haller M 079 298 25 52
Mi, 12. Mär	1	Sur-Alp Flix-Sur	WT / WT2	Dora Bachmann-Wölfli M 079 304 60 68
Mi, 19. Mär	1	Undervelier (JU)–Mont Dedos– Moutier	T / T2	Jürg Vögtli M 079 743 25 57
Mi, 26. Mär	1	Wanderung	T	Beat Andenmatten M 079 341 18 41

Detailliertere Infos Seniorengruppe A:



Seniorengruppe B

Anmeldung:

Per E-Mail oder am Dienstag zwischen 17-18 Uhr telefonisch bei der jeweiligen Tourenleitung.

Beginn	Dauer	Tour / Anlass	Typ, Kondition, Technik	Tourenleitung
Mi, 08. Jan	1	Rotkreuz–Michaelskreuz–Udligenswil	T / T1	Emmi Dürst M 079 737 37 58
Mi, 15. Jan	1	Stein-Eiken-Kaisten	T / T1	Irene Berner M 079 391 35 29
Mi, 22. Jan	1	Wanderung	T / T2	Willi Müller online anmelden
Mi, 29. Jan	1	Lenzerheide–Berghotel Tgantieni–Spoina–Lenzerheide	T / T1	Elsbeth Baumberger M 079 735 85 24
Mi, 05. Feb	1	Sörenberg–Glaubenbielenpass–Sörenberg	T / T2	Annemarie Wenger Kirsch M 079 437 16 85
Mi, 12. Feb	1	Saenenmöser–Gstaad–Saenen	T / T2	Walter Burn M 079 330 37 10
Mi, 19. Feb	1	Wandern mit Raclette	T / T2	Beat Andenmatten M 079 341 18 41
Mi, 26. Feb	1	Winterwanderung St. Antönien–Pany	T / T1	Gertrud Palmy online anmelden
Mi, 05. Mär	1	Hauenstein–Burgweid–Barmelweid	T / T2	Emmi Dürst M 079 737 37 58
Mi, 12. Mär	1	Willisau–Alberswil–Nebikon	T / T1	Noldi Gnädig M 079 774 74 68
Mi, 19. Mär	1	Düdingen–Schiffenensee–Grandfey–Poya	T / T1	Max Lindegger M 076 341 45 48
Mi, 26. Mär	1	Lucelle (JU)–Pleigne–Löwenburg–Ederswiler (JU)	T / T2	Jürg Vögtli M 079 743 25 57

Detailliertere Infos Seniorengruppe B:



Detailliertere Infos alle Mitglieder:



Seniorengruppe C

Anmeldung:

Per E-Mail oder am Mittwoch zwischen 17-18 Uhr telefonisch bei der jeweiligen Tourenleitung.

Beginn	Dauer	Tour / Anlass	Typ, Kondition, Technik	Tourenleitung
Do, 09. Jan	1	Rotkreuz-Buonas-Cham	T / T1	Emmi Dürst M 079 737 37 58
Do, 16. Jan	1	Umiken-Oberbözberg-Neustalden	T / T1	Sepp Rüfenacht M 079 353 24 54
Do, 23. Jan	1	Fondueplausch im Irehägeli	T / T1	Ruth Hunziker online anmelden
Do, 30. Jan	1	Dietikon ZH-Kloster Fahr AG-Zürich-Altstetten	T / T1	Edith Wyss-Hofer online anmelden
Do, 06. Feb	1	Wolhusen-Geiss-Buttisholz	T / T1	Ursula Schmid online anmelden
Do, 13. Feb	1	Willisau-Zell (Jakobsweg)	T / T1	Moritz Jäggi M 079 766 71 27
Do, 20. Feb	1	Bottenwil-Kalthof-Attelwil (Winterwanderig i de Nöchi)	T / T1	Hansruedi Nideröst P 062 721 33 30
Do, 27. Feb	1	Solothurn-Derendingen-Biberist	T / T1	Noldi Gnädig M 079 774 74 68
Do, 06. Mär	1	Aarberg Altstadt-alte Aare-Lyss-Busswil (Hugenottenpfad)	T / T1	Christine Stäuble-Bopp M 076 595 09 63
Do, 13. Mär	1	Arisdorf-Stiftung Olsberg-Arisdorf	T / T1	Heidi Fritschi-Lehner M 077 433 72 42
Do, 20. Mär	1	Marthalen-Niedermartel-Waldsee-Lauberen-Marthalen	T / T1	Susanna Dünki Egli M 079 282 28 49
Do, 27. Mär	1	Delémont-Le Domont-Develier	T / T1	Walter Burn M 079 330 37 10

Detailliertere Infos Seniorengruppe C:

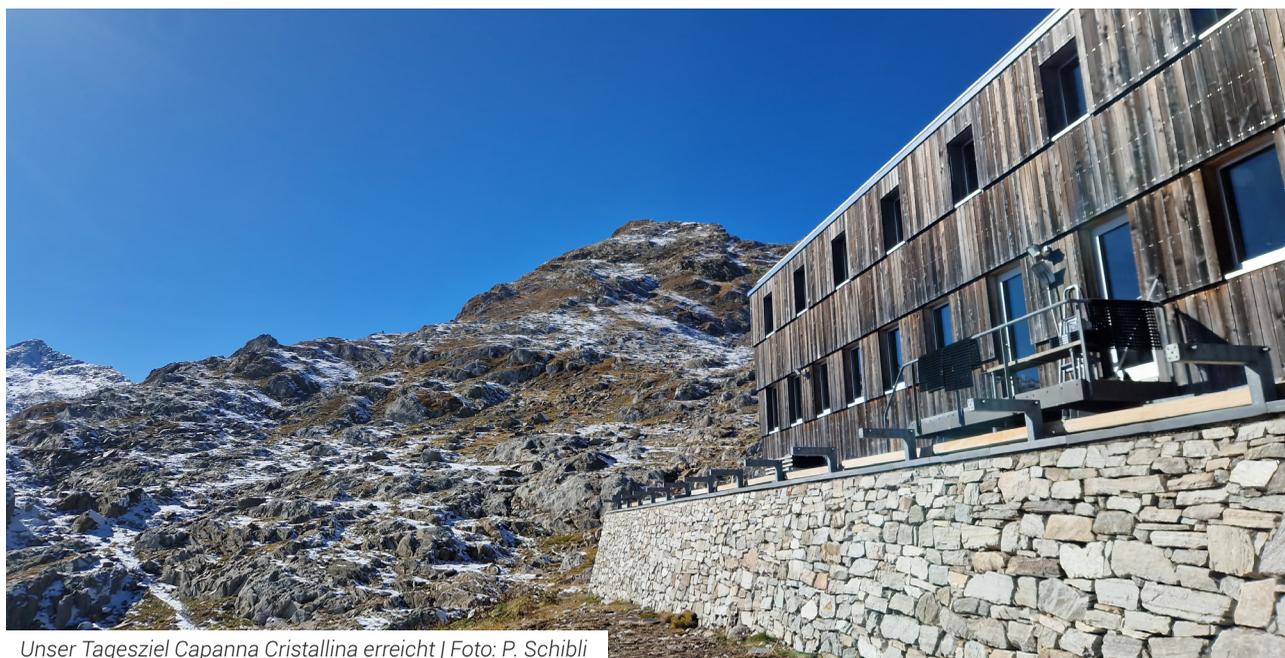


Anlässe für alle Mitglieder

Datum	Anlass	Typ
Mi, 08. Jan	Konditionstraining – sölli oder sölli nöd?	Ftn
Fr, 10. Jan	Bäderfahrten – Traube Küttigen	Div
Mi, 15. Jan	Konditionstraining – präventiv gäge Sportverletzte	Ftn
Fr, 24. Jan	Einstellungen der Mitglieder zum Umwelt-Engagement der Sektionen (Traube Küttigen)	Div
Mi, 22. Jan	Konditionstraining – Chumm cho inegüxle	Ftn
Mi, 12. Feb	Konditionstraining – Sommertoure – bisch ready?	Ftn
Mi, 19. Feb	Konditionstraining – nöd nur für Trainierte ...	Ftn
So, 23. Feb	Bergfahrt - eine Reise zu den Riesen (Kino Freier Film Aarau)	Div
Mi, 26. Feb	Konditionstraining – scho mal usprobiert?	Ftn
Mi, 05. Mär	Konditionstraining – es ist nie zu spät!	Ftn
Mi, 12. Mär	Konditionstraining – ungelenkig? untrainiert?	Ftn
Mi, 19. Mär	Konditionstraining – nur no drü mal	Ftn
Fr, 21. Mär	JO Live (Traube Küttigen)	Div
Sa, 22. Mär	Putz- und Instandhaltungstage Klettergarten Eppenber	Div
Mi, 26. Mär	Konditionstraining – im Endspurt und voll fit :-)	Ftn

P.P.
5727 Oberkulm
Post CH AG

Retouren an:
Madeleine Häuptli
Bäbenmattweg 1



Unser Tagesziel Capanna Cristallina erreicht | Foto: P. Schibli

die
Rote
Karte

Nummer 1 | 2025
Januar – März