



Anmeldung

Bis **Samstag 18.00 Uhr** bei der jeweiligen Wanderleiterin per Mail, SMS, WhatsApp oder telefonisch. Bitte Zeit wegen Reservationen einhalten. Nach Anmeldung wird mitgeteilt, ob Kollektivbillett gelöst wird. Ansonsten löst jede/r Teilnehmende sein Billett individuell.

Programmänderungen vorbehalten!

Berücksichtige die aktuellen Wetter- und Schneeverhältnisse. Allenfalls wird die Wanderung angepasst, verschoben oder abgesagt.

Wanderausrüstung

Wanderschuhe, Regenschutz, Sitzunterlage, evtl. Stöcke, Getränke und Verpflegung. Zusätzlich Winterwanderungen: Spikes werden dringend empfohlen, stabile Winterstiefel, warmes Getränk.

Verpflegung

Wenn nicht anders vermerkt Verpflegung aus dem Rucksack. Meistens Einkehrmöglichkeit am Schluss der Wanderung.

Teilnahmegebühr für alle Wanderungen: CHF 12.–

Wird direkt bei der Wanderleitung bezahlt.

Die Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

Gesundheit

Notfallausweise können bei der Wanderleitung und Pro Senectute bezogen und im Rucksackdeckel-fach mittragen werden. Notfallmedikamente mitnehmen.

Marianne Romang

079 732 33 52

m.romang@bluewin.ch

Isabelle Daigle

079 501 38 79

i.daigle@bluewin.ch

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 Treffpunkt	Tour/Route	Distanz Höhen- meter	Wander- zeit	Abfahrt Rückkehr
Di, 6.2.24 Davos Platz	Winterwanderung Val Sporz – Sporz – Spoina - Heidsee Wanderung am Fusse des Piz Scalottas und hinunter an den Heidsee Leitung: Marianne Romang	9 km ↗ 290 m ↘ 320 m	3 Std.	ab 08.54 Uhr an 16.08 Uhr
Di, 27.2.24 Davos Platz	Winterwanderung Pontresina – Lej da Staz – Celerina – Samedan Hoffentlich finden wir dieses Jahr bes- sere Schneeverhältnisse vor! Leitung: Marianne Romang	11 km ↗ 250 m ↘ 320 m	4 Std.	ab 08.31 Uhr an 17.29 Uhr (via Albula)
Di, 26.3.24 Davos Platz	Rothenbrunnen – Rhäzuns – Sogn Gieri – Rheinauen – Reichenau Leichter Einstieg in die Sommersaison mit einer gemütlichen Wanderung zu den Rhäzunser Rheinauen. Weg zum Teil abschüssig. Leitung: Isabelle Daigle	9.6 km ↗ 175 m ↘ 190 m	2:45 Std.	ab 08.31 Uhr an 16.29 Uhr
Di, 9.4.24 Davos Platz	Chur Fürstenwald – Trimmis – Molinära – Zizers Durch Wälder, Weiden, Dörfer und Reb- berge gelangen wir nach Zizers Leitung: Marianne Romang	10 km ↗ 250 m ↘ 390 m	3 Std.	ab 08.01 Uhr an 16.57 Uhr
Di, 23.4.24 Davos Platz	Sevelen – Geissbergtobel – Magletsch – Ruine Wartau – Sevelen Frühlingswanderung im Rheintal, wo wir auf Wehranlagen von damals und heute treffen. Leitung: Isabelle Daigle	9 km ↗ 400 m ↘ 400 m	3:15 Std.	ab 08.01 Uhr an 17.57 Uhr
Di, 7.5.24 Davos Platz	Mäls – Mattheid – Regitzer Spitz – Türlis – Fläsch Vom Lichtenstein in die Herrschaft. Steiler Abstieg hinunter nach Fläsch. Leitung: Marianne Romang	11 km ↗ 680 m ↘ 640 m	4:30 Std.	ab 07.25 Uhr an 17.32 Uhr
Di, 21.5.24 Davos Platz	Via Spluga von Andeer bis Sufers Vielleicht liegt ein Besuch der Roflasch- lucht noch drin? Nur für schwindelfreie Wandernde wegen den vielen Stege. Leitung: Isabelle Daigle	10.7 km ↗ 800 m ↘ 385 m	4:45 Std.	ab 07.31 Uhr an 18.29 Uhr

Tag/Datum Treffpunkt	Tour/Route	Distanz Höhen- meter	Wander- zeit	Abfahrt Rückkehr
Di, 11.6.24 Davos Platz	Obersaxen Giraniga – Imschlacht – Plampord – Miraniga – Meierhof Wandern auf dem Walserweg Obersaxen und erleben ein Stück Kulturgeschichte mit 20 Informationstafeln. Leitung: Marianne Romang	11 km ↗ 530 m ↘ 510 m	4 Std.	ab 07.31 Uhr an 18.29 Uhr (via Filisur)
Di, 25.6.24 Davos Stilli	Davos Dorf – Flüela Pass Wir lassen uns bei den vielen Höhenmetern nicht entmutigen – die sind gut verteilt – und geniessen die schöne Natur des Flüelatal. Leitung: Isabelle Daigle	12 km ↗ 880 m ↘ 70 m	4:30 Std.	ab 08.35 Uhr an 16.00 Uhr (Davos Platz)
Di, 9.7.24 Davos Platz	St. Antönien Bärgli – Garschinfurgga – Partnunsee – Sagaris Fahren mit dem Bus Alpin aufs Bärgli, danach wandern wir auf dem Höhenweg zur Carschinfurgga und später steil hinunter zum Partnunsee. Leitung: Marianne Romang	10 km ↗ 250 m ↘ 790 m	3:30 Std.	ab 08.25 Uhr an 16.57 Uhr
Di, 23.7.24 Davos Platz	Alp Grüm – Lagh da Palü – Sassal Mason – Ospizio Bernina Blumenwanderung in einer imposanten Landschaft. Leitung: Isabelle Daigle	8 km ↗ 525 m ↘ 360 m	3:15 Std.	ab 07.31 Uhr an 17.29 Uhr
Di, 6.8.24 Davos Platz	Brigels Cuolms – Alp Nova – Frisal – Brigels Wandern von der Bergstation zum reizvollen Hochtal Frisal am Fuss des Tödi-Massivs. Kosten Bergbahnen: CHF 15.– Leitung: Marianne Romang	13 km ↗ 550 m ↘ 940 m	4:45 Std.	ab 05.59 Uhr (via Prättigau) an 19.29 Uhr (via Filisur)
Di, 20.8.24 Davos Platz	Vallun Chafuol – Spöltal – Il Fuorn Wald und Wasser begleiten uns während dieser Wanderung ins wilde Spöltal im Nationalpark. Coupieretes Gelände. Leitung: Isabelle Daigle	10 km ↗ 610 m ↘ 575 m	4:15 Std.	ab 08.01 Uhr an 17.57 Uhr
Di, 10.9.24 Davos Platz	Tarasp – Lai Nair – Avrona – Clemgia – Scuol Wandern vom Schloss Tarasp zum idyllischen Lai Nair und weiter durch die wilde Clemgiaschlucht nach Scuol. Leitung: Marianne Romang	10 km ↗ 350 m ↘ 510 m	3:15 Std.	ab 08.01 Uhr an 16.57 Uhr

Tag/Datum Treffpunkt	Tour/Route	Distanz Höhen- meter	Wander- zeit	Abfahrt Rückkehr
Di, 24.9.24 Davos Platz	Bergün – Palpuognasee – Preda Wir erwandern einen Teil des Bahnerlebniswegs Albula, vorbei an Viadukte, Tunnels, Bächen und machen Pause beim Palpuognasee – «schönster Fleck der Schweiz». Leitung: Isabelle Daigle	11 km ↗ 700 m ↘ 280 m	4:15 Std.	ab 07.31 Uhr an 15.29 Uhr
Di, 8.10.24 Davos Platz	Vnà – Griosch – Zuort – Kurhaus Val Sinestra Wandern vom schönen Dorf Vnà durch das wildromantische Val Sinestra über zwei Hängebrücken zum geschichtsträchtigen Kurhaus. Leitung: Marianne Romang	11 km ↗ 465 m ↘ 600 m	4 Std.	ab 07.01 Uhr an 16.57 Uhr
Di, 22.10.24 Davos Platz	Alvaneu Dorf – Crappa Naira – Hängebrücke – Aclas – Alvaneu Dorf Schöne Herbstwanderung. Die genaue Route wird den Verhältnissen angepasst. Leitung: Isabelle Daigle	10 km ↗ 700 m ↘ 700 m	4 Std.	ab 07.54 Uhr an 16.08 Uhr
Di, 5.11.24	Abschlussspaziergang und gemütliches Zusammensein: Davos Dorf – Davosersee – Höhwald – Davos Wolfgang Spazieren via Davosersee auf den Wolfgangpass und treffen uns im Restaurant Kulm und blicken zurück auf unsere gemeinsame Wandersaison 2024. Spaziergang 1 Std., ↗ 100 m, ↘ 30 m, 4 km Treffpunkt 13 Uhr Bahnhof Davos Dorf Restaurant Kessler's Kulm, Prättigauerstrasse 32, Davos Wolfgang Alternative ab 14 Uhr direkt im Restaurant Anmeldung bei Isabelle Daigle			

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