

**PROGRAMM DER WANDERUNGEN und SPAZIERGÄNGE**



**„Wandern ist eine Tätigkeit der Beine und ein Zustand der Seele“**

**Nur für Mitglieder!**

<b>Do, 20. Okt. 2022</b> <b>Klara Gschwind</b>	Treffpunkt: Abfahrt: <b>Spaziergang:</b> Rückkehr:	<b>Muttenz - Birsfelden</b> 13.05 Uhr Bahnhof SBB Eingangshalle 13.20 Uhr nach Muttenz Gemütlich geht es durch die Hard. Alle 7/8 Minuten	
<b>Mi, 26. Okt. 2022</b> <b>Agnes Guler</b>	Treffpunkt: Abfahrt:  Billet: <b>Wanderung:</b>  Profil: Einkehr: Rückkehr:	<b>Auf und ab bei den Schwarzbuben</b> 10.15 Uhr Bahnhof SBB Eingangshalle 10.31 Uhr Gleis 16 nach Liestal 10.47 Uhr Ankunft Liestal, Umsteigen auf Bus 111 nach Nunningen Oberkirch 11.28 Uhr Ankunft in Nunningen U-Abo Bereich Unsere Wanderung beginnt in Nunningen und geht via Meltingen, Fehren und dem Lingenberg entlang nach Büsserach. 175 m Aufstieg und ca. 395 Abstieg, Distanz 8 km Evtl. Picknick unterwegs und Einkehrmöglichkeiten am Ende der Wanderung Ab Büsserach Schulhaus xx.42 Uhr und xx.10 Uhr mit Bus 115 nach Zwingen, umsteigen auf die S3 nach Basel SBB	ca. 2 Std. 30 Min
<b>Do, 10. Nov. 2022</b> <b>Brigitte Helbing</b>	Treffpunkt: Abfahrt: <b>Wanderung:</b>  Profil: Einkehr: Rückkehr:	<b>Obermumpf - Mumpferfluh - Schupfart</b> 10.10 Uhr Bahnhof SBB Eingangshalle 10.20 Uhr Richtung Frick, Gleis 1 bis Mumpf Von Obermumpf geht es recht steil hinauf, wir nehmen es langsam. Für den Aufstieg rechne ich ca. 30 Minuten. Auf der Mumpferfluh sehen wir hinunter auf den Rhein und nach Bad Säckingen. Der Weg nach Schupfart ist länger, aber sanfter. 250 m Aufstieg, 170 m Abstieg, Distanz 6,5 km Restaurant Schwert bis 14.00 Uhr geöffnet. Zwischen 16.00 Uhr und 17.00 Uhr	ca. 2 Std.
<b>Do, 17. Nov. 2022</b> <b>Klara Gschwind</b>	Treffpunkt: Abfahrt: <b>Spaziergang:</b> Rückkehr:	<b>Lupsingen - Bubendorf</b> 13.20 Uhr Bahnhof SBB Eingangshalle 13.37 Uhr nach Lupsingen Schützenhaus Spaziergang durch eine schöne Landschaft. Bus 70 xx.16, xx.31, xx.46, xx.53 Uhr	
<b>Mi, 23. Nov. 2022</b> <b>Agnes Guler</b>	Treffpunkt: Abfahrt:  Billet: <b>Wanderung:</b>  Profil: Einkehr: Rückkehr:	<b>Von der Lüssel an die Birs</b> 09.50 Uhr Bahnhof SBB Eingangshalle 10.06 Uhr Gleis 17, S3 nach Zwingen <b>Wanderführerin ist bereits im Zug!!</b> 10.27 Uhr in Zwingen, Umsteigen auf Bus 115 nach Erschwil Dorf 10.48 Uhr Ankunft in Erschwil U-Abo Bereich Diese Wanderung führt von Erschwil der Lüssel entlang, über die Bachmatt nach Wahlen und weiter über den „Heidegrund“ nach Laufen. 180 m Aufstieg und ca. 275 m Abstieg, 8 km Distanz Evtl. Picknick unterwegs, Einkehrmöglichkeiten in Laufen am Ende der Wanderung. Ab Laufen mit der S3 xx.56 Uhr und xx.24 Uhr nach Basel SBB	ca. 2 Std. 45 Min.

<b>Do, 8. Dez. 2022</b> <b>Brigitte Helbing</b>	Treffpunkt: Abfahrt: <b>Wanderung:</b>  Profil: Einkehr: Rückfahrt:	<b>Ziegelschüren - Herrenmatt - Gempen</b> 09.50 Uhr Bahnhof SBB Eingangshalle 10.06 Uhr Richtung Laufen Gleis 17 Von Hochwald-Ziegelschüren geht es auf breiten Wegen durch ein offenes Gelände. Später kommt der Anstieg im Wald nach Herrenmatt. Danach kommt noch ein Anstieg „Uf dr Holle“ oberhalb von Hochwald. Weiter laufen wir nach Gempen. Es gibt noch einen kleinen Abstieg und einen Gegenanstieg. 160 m Anstieg, 200 m Abstieg, Distanz 7 km Noch offen! Zwischen 16.00 Uhr und 17.00 Uhr	ca. 2 Std.
<b>Mi, 14. Dez. 2022</b> <b>Agnes Guler</b>	Treffpunkt: Abfahrt:  Billet: <b>Wanderung</b>  Profil: Einkehr: <b>Anmeldung:</b>  Rückkehr:	<b>Fondueessen im Gasthof Alpbad, Sissach</b> 11.15 Uhr Bahnhof SBB Eingangshalle 11.31 Uhr Gleis 16 nach Itingen 11.51 Uhr Ankunft in Itingen U-Abo Bereich Wir wandern der Ergolz entlang bis zum Tenniscenter, dann kurzer Anstieg Richtung Restaurant Alpbad. Rückkehr direkt nach Sissach oder gleiche Route nach Itingen. Distanz pro Weg ca. 4 km, leichter Auf- und Abstieg. Gasthof Alpbad für den Fondueplausch (Konsumation auf eigene Kosten) <b>Bei Agnes bis spätestens 9. Dezember 2022</b> <b>Tel. 079 742 86 68 oder agnesguler@gmail.com</b> xx.05 Uhr oder xx.33 Uhr mit der S3 ab Itingen nach Basel SBB	ca. 1 Std.
<b>Do, 15. Dez. 2022</b> <b>Klara Gschwind</b>	Treffpunkt: Abfahrt: <b>Spaziergang:</b> Rückkehr:	<b>Grellingen - Aesch (Fahrplan Wechsel)</b> 13.20 Uhr Bahnhof SBB Eingangshalle 13.37 Uhr nach Grellingen Wir spazieren durch eine offene Landschaft nach Aesch. Tram alle 6 Min.	

Kosten: Pro Person und Wanderung wird ein Unkostenbeitrag von Fr. 4.00 erhoben.  
Bei den Leiterinnen können Coupons-Büchlein à Fr. 20.00 (5 Coupons) bezogen werden. Die Gutscheine sind übertragbar.  
**Danke, dass Sie mit den Coupons zahlen! Sie vereinfachen den Leiterinnen die Administration!**

Wichtig für alle Wanderungen und Spaziergänge: Immer etwas zu Essen und Trinken mitnehmen!

Die Versicherung ist Sache der Teilnehmerinnen.

Programmänderungen vorbehalten.

Wir wandern bei jeder Witterung. - Interessentinnen sind jederzeit herzlich willkommen.

Wanderleiterin  
Donnerstag:  
  
Brigitte Helbing  
Rauracherstrasse 14  
4125 Riehen  
061 601 26 25  
076 475 15 43  
brigitte\_helbing@yahoo.de

Wanderleiterin  
Mittwoch:  
  
Agnes Guler  
Weiermattweg 38  
4452 Itingen  
061 971 74 86  
079 742 86 68  
agnesguler@gmail.com

Spaziergruppenleiterin  
Donnerstag:  
  
Klara Gschwind  
Liestalerstrasse 34  
4419 Lupsingen  
061 911 02 91  
079 743 31 23  
klara.gschwind@bluewin.ch