

## Bewegung und Sport

### Für Gesundheit und Kontakt

Mit regelmässiger Bewegung regen Sie Ihren Kreislauf an und tun Ihrem Körper etwas Gutes. In der Gruppe knüpfen Sie schnell neue Kontakte: Gemeinsam macht Sport so richtig Spass. In unserem breitgefächerten Sportangebot finden Sie eine tolle Auswahl.

Für die Teilnahme ist keine Mitgliedschaft nötig.



# Schneeschuh Gruppe Interregio Jahresprogramm 2026

Pro Senectute Kanton Zürich  
Bewegung und Sport

Forchstrasse 145  
8032 Zürich

Telefon 058 451 51 31

[sport@pszh.ch](mailto:sport@pszh.ch)  
[www.pszh.ch](http://www.pszh.ch)

Spendenkonto 80-79784-4

IBAN CH95 0900 0000 8007 9784 4



## Kontakte

Ansprechperson und Auskunft

Silvia Imhof

079 749 38 34 | [wandervoegel@gmx.ch](mailto:wandervoegel@gmx.ch)

Tourenleiterinnen und Tourenleiter

Silvie Asler

079 712 70 66 | [silvie.asler@yahoo.com](mailto:silvie.asler@yahoo.com)

Monica Bamert

077 468 30 12 | [monica.bamert@hispeed.ch](mailto:monica.bamert@hispeed.ch)

Hans Peter Herzig

077 485 64 68 | [hanspe.herzig@bluewin.ch](mailto:hanspe.herzig@bluewin.ch)

Oswald Ulrich

079 419 27 16 | [oswald.ulrich@bluewin.ch](mailto:oswald.ulrich@bluewin.ch)



Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

## Schneeschuh Touren 2026

**Allgemein:** Unser Wochentag ist der Donnerstag. Bei schlechten Verhältnissen steht es dem Leiterteam jedoch offen auf einen anderen Tag auszuweichen. Wir planen alle zwei Wochen eine Tour. Start ist am 4. Dezember 2025. Die letzte Tour ist Ende März 2026 geplant.

Datum	Tour	Leitung
Donnerstag 04.12.2025	Rundtour Schwägalp Siehe Ausschreibung	Oswald Ulrich
Donnerstag 18.12.2025	Je nach Schneeverhältnissen Siehe Ausschreibung	Silvie Asler
Donnerstag 08.01.2026	Je nach Schneeverhältnissen Siehe Ausschreibung	Hans Peter Herzig
Donnerstag 22.01.2026	Je nach Schneeverhältnissen Siehe Ausschreibung	Silvia Imhof
Donnerstag 05.02.2026	Je nach Schneeverhältnissen Siehe Ausschreibung	Hans Peter Herzig
Donnerstag 19.02.2026	Je nach Schneeverhältnissen Siehe Ausschreibung	Silvia Imhof
Montag – Freitag 23.02.2026 – 27.02.2026	Tourenwoche Unterbäch, Wallis	Oswald Ulrich
Donnerstag 12.03.2026	Je nach Schneeverhältnissen Siehe Ausschreibung	Silvie Asler
Donnerstag 26.03.2026	Je nach Schneeverhältnissen Siehe Ausschreibung	Oswald Ulrich

Alle Touren sind vom Bundesamt für Sozialversicherungen subventioniert, weil sie in besonderem Masse die Selbständigkeit und Autonomie von älteren Menschen fördern.