

PRO SENECTUTE

Akzentforum

Wandern

Juli-
Dezember
2026

**Pro Senectute
beider Basel**
bb.prosenectute.ch

Bildung und Sport

Angebote in Basel-Stadt und Baselland

Allgemeine Informationen

061 206 44 66
info@akzentforum.ch

Montag bis Freitag,
8–12 Uhr und 14–16.30 Uhr
(während Schulferien nur vormittags)

Akzent Forum
Kurs- und Fitnesscenter
Rheinfelderstr. 29, 4058 Basel

akzentforum.ch



In den Schulferien finden in der Regel keine Kurse statt.
→ bb.prosenectute.ch/schulferien

Wandern⁺

bb.prosenectute.ch/wandern

Kosten pro Wanderung	CHF 10.–, exklusive Fahrkosten und Verpflegung
Ausrüstung	Wanderausrüstung, ev. Wanderstöcke
Billett	In der Regel kann das U-Abo des TNW benutzt werden
Anmeldung	Bis 3 Tage vor der Wanderung bei der Wanderleitung

Durch den wildromantischen Allschwiler Wald	1 ½ h, 3 km 15 m Aufstieg 82 m Abstieg	Montag	06.07.26
--	--	--------	----------

Treffpunkt 09.45 Uhr Basel SBB

Rückreise ca. 14.00 Uhr ab Allschwil

Einkehr ins Restaurant

Anmeldung an Manuela Graf 079 461 85 20 oder m.graf-matejowitsch@bluewin.ch

Sonnenbergturm – prächtige Aussicht	3 ¼ h, 10 km 376 m Aufstieg 331 m Abstieg	Donnerstag	09.07.26
-------------------------------------	---	------------	----------

Treffpunkt 09.50 Uhr Bahnhof Rheinfelden/AG, mit S1 09.19 Uhr oder IR36 09.36 Uhr ab Basel SBB nach Rheinfelden

Rückreise ca. 14.30 Uhr ab Zeiningen (B89) via Möhlin nach Basel, Ankunft Basel SBB 15.12 Uhr mit S1

Picknick auf dem Sonnenberg

Wanderstöcke empfohlen – vor dem Turm kurzes, steiles Wegstück

Anmeldung an Verena von Castelmur 079 607 07 67 oder info@VvCpersonal.ch

Dem Rhein entlang von Stein nach Laufenburg	3 h, 11.5 km 120 m Aufstieg 120 m Abstieg	Freitag	10.07.26
--	---	---------	----------

Treffpunkt 09.40 Uhr Basel SBB, Bahnhofshalle, 09.49 Uhr Gleis 12 mit S1 Richtung

Laufenburg, 10.18 Uhr Stein-Säckingen

Rückreise XX.34 Uhr mit S1 nach Basel

Picknick und Einkehr zum Umtrunk in Laufenburg

Anmeldung an Philippe Matter 078 324 19 61, WhatsApp oder matterphilippe@gmx.ch

Dem Bielersee auf der ruhigen Seeseite entlang	4 h, 15.4 km 150 m Aufstieg 150 m Abstieg	Mittwoch	22.07.26
--	---	----------	----------

Treffpunkt 07.20 Uhr Basel SBB, Perron Gleis 20, 07.32 Uhr mit IC51 nach Biel, 08.50 Uhr S37 nach Lüscherz, 09.12 Uhr B525 nach Lüscherz (Dorf)

Rückreise ca. 18.30 Uhr in Basel/Liestal

Einkehr ins Restaurant

Info Andreas Bammatter, Jürg Guldemann, Urs P. Walther 079 408 18 55

oder wandergruppe.mittwoch@bluewin.ch

Der französischen Grenze entlang	2 ¾ h, 8.6 km 525 m Aufstieg 419 m Abstieg	Freitag	31.07.26
----------------------------------	--	---------	----------

Treffpunkt 09.30 Uhr Kleinlützel Frohmatt, Busstation

Rückreise ca. 15.00 Uhr ab Metzerlen

Picknick/Einkehr ins Restaurant

Anmeldung an Manuela Graf 079 461 85 20 oder m.graf-matejowitsch@bluewin.ch

Nunningen-Grellingen	3 ½ h, 12.5 km 360 m Aufstieg 670 m Abstieg	Montag	03.08.26
----------------------	---	--------	----------

Treffpunkt 09.00 Uhr Basel SBB, Bahnhofshalle

Picknick

Anmeldung an Matthias Müller 079 334 01 16 oder mmwanderleiter@bluewin.ch

Von der Höhe ins Waldenburgerthal	1 ¼ h, 3 km 6 m Aufstieg 132 m Abstieg	Dienstag	04.08.26
-----------------------------------	--	----------	----------

Treffpunkt 09.45 Uhr Basel SBB

Rückreise ca. 14.00 Uhr ab Oberdorf

Einkehr ins Restaurant

Anmeldung an Manuela Graf 079 461 85 20 oder m.graf-matejowitsch@bluewin.ch

Brückenwanderung ab Brugg: Wasserschloss der Schweiz	3 h, 12 km 101 m Aufstieg 95 m Abstieg	Donnerstag	06.08.26
---	--	------------	----------

Treffpunkt 09.30 Uhr Basel SBB, Perron Gleis 8, 09.36 Uhr mit IR36 nach Brugg /AG

Rückreise 15.02 Uhr oder 15.37 Uhr ab Brugg nach Basel

Picknick an Badestelle, Einkehr ins Restaurant am Ende der Wanderung in Brugg

Anmeldung an Verena von Castelmur 079 607 07 67 oder info@VvCpersonal.ch

Hombergerlücke	3 h, 11 km 335 m Aufstieg 610 m Abstieg	Freitag	14.08.26
-----------------------	---	---------	----------

Treffpunkt 09.50 Uhr Basel SBB, Bahnhofshalle, 10.04 Uhr mit IR26 ab Basel; 10.37 Uhr mit B 506 ab Olten, Hauenstein an 10.52 Uhr
 Rückreise ab Olten 6x pro Stunde
 Picknick
 Anmeldung an Philippe Matter 078 324 19 61, WhatsApp oder matterphilippe@gmx.ch

Im hinteren Kandertal zur Sausenburg	2 ¼ h, 7.9 km 110 m Aufstieg 380 m Abstieg	Mittwoch	19.08.26
---	--	----------	----------

Treffpunkt 08.05 Uhr Basel Claraplatz vor der Kirche, 08.20 Uhr mit B55 nach Kandern
 Rückreise ca. 17.00 Uhr in Basel /Liestal
 Picknick
 ID / Pass und € mitnehmen! TriRegio-Billet lösen
 Info Andreas Bammatter, Jürg Guldemann, Urs P. Walther 079 408 18 55
 oder wandergruppe.mittwoch@bluewin.ch

Ins wunderschöne Aargauische: Bürersteig Passhöhe–Talacherhof– Frick	3 ¾ h, 15 km 316 m Aufstieg 515 m Abstieg	Freitag	28.08.26
---	---	---------	----------

Treffpunkt 10.10 Uhr Bürersteig Passhöhe
 Rückreise ca. 16.00 Uhr ab Frick
 Picknick/Einkehr ins Restaurant
 Anmeldung an Manuela Graf 079 461 85 20 oder m.graf-matejowitsch@bluewin.ch

Der Birs entlang	1 ½ h, 3 km 19 m Aufstieg 33 m Abstieg	Dienstag	01.09.26
-------------------------	--	----------	----------

Treffpunkt 10.35 Uhr Münchenstein am Sportplatz Au, Busstation
 Rückreise ca. 14.00 Uhr ab Grün 80
 Einkehr ins Restaurant
 Anmeldung an Manuela Graf 079 461 85 20 oder m.graf-matejowitsch@bluewin.ch

Frenkendorf-Joggeli	3 ¾ h, 13.5 km 440 m Aufstieg 510 m Abstieg	Montag	07.09.26
----------------------------	---	--------	----------

Treffpunkt 09.30 Uhr Basel SBB, Bahnhofshalle
 Picknick
 Anmeldung an Matthias Müller 079 334 01 16 oder mmwanderleiter@bluewin.ch

Rundwanderung Grellingen	3 h, 11 km 434 m Aufstieg 434 m Abstieg	Donnerstag	10.09.26
--------------------------	---	------------	----------

Treffpunkt 10.30 Uhr Grellingen Bahnhof, 10.08 Uhr mit S3 ab Basel SBB

Rückreise 14.30 Uhr oder 15.00 Uhr mit S3 ab Grellingen

Picknick

Stöcke empfohlen - der Weg im Chastelbachtal ist teilweise steil und schmal

Anmeldung an Verena von Castelmur 079 607 07 67 oder info@VvCpersonal.ch

Von Hornussen über den Schinberg nach Laufenburg	4 h, 12.9 km 450 m Aufstieg 510 m Abstieg	Mittwoch	16.09.26
---	---	----------	----------

Treffpunkt 07.55 Uhr Basel SBB, Perron Gleis 11, 08.07 Uhr mit IR36 nach Frick, 08.52 Uhr mit B137 nach Hornussen (Oberdorf)

Rückreise ca. 17.00 Uhr in Basel/Liestal

Picknick

Info Andreas Bammatter, Jürg Guldemann, Urs P. Walther 079 408 18 55

oder wandergruppe.mittwoch@bluewin.ch

Vom Passwang zum Kloster Beinwil	4 h, 14 km 500 m Aufstieg 850 m Abstieg	Freitag	18.09.26
----------------------------------	---	---------	----------

Treffpunkt 09.20 Uhr Basel SBB, Bahnhofshalle, 09.32 Uhr mit IC51 Richtung Lausanne, 10.00 Uhr mit B 113 ab Laufen, 10.30 Uhr Passwang

Rückreise 16.33 Uhr mit B113 ab Kloster Beinwil, Basel 17.26 Uhr

Picknick

Anmeldung an Philippe Matter 078 324 19 61, WhatsApp oder matterphilippe@gmx.ch

Der Sonne entgegen: Gempen-Basler- weiher-Reigoldswil	3 ½ h, 13 km 307 m Aufstieg 476 m Abstieg	Freitag	25.09.26
--	---	---------	----------

Treffpunkt 10.00 Uhr Gempen Dorf, Busstation

Rückreise ca. 16.00 Uhr ab Reigoldswil

Picknick/Einkehr ins Restaurant

Anmeldung an Manuela Graf 079 461 85 20 oder m.graf-matejowitsch@bluewin.ch

Buus-Rheinfelden	3 h, 11.5 km 265 m Aufstieg 410 m Abstieg	Montag	05.10.26
------------------	---	--------	----------

Treffpunkt 09.30 Uhr Basel SBB, Bahnhofshalle

Picknick

Anmeldung an Matthias Müller 079 334 01 16 oder mmwanderleiter@bluewin.ch

Der Birsig entlang	1 ½ h, 3 km 24 m Aufstieg 10 m Abstieg	Dienstag	06.10.26
--------------------	--	----------	----------

Treffpunkt 10.30 Uhr Oberwil Zentrum, Tramstation

Rückreise ca. 14.00 Uhr ab Biel Benken

Einkehr ins Restaurant

Anmeldung an Manuela Graf 079 461 85 20 oder m.graf-matejowitsch@bluewin.ch

Herbstwanderung im beschaulichen Schwarzbubenland	2 ½ h, 9.3 km 318 m Aufstieg 423 m Abstieg	Donnerstag	15.10.26
--	--	------------	----------

Treffpunkt 09.25 Uhr Basel SBB, Perron Gleis 20 oder 09.55 Uhr am Bahnhof Laufen Kante E

Rückreise um 14.32 Uhr oder 15.02 Uhr ab Erschwil via Zwingen nach Basel

Picknick und/oder Restaurant je nach Wetter

Stöcke empfohlen!

Anmeldung an Verena von Castelmur 079 607 07 67 oder info@VvCpersonal.ch

Von Reigoldswil über den Tschoppenhof nach Waldenburg	3 ¼ h, 8.8 km 420 m Aufstieg 410 m Abstieg	Mittwoch	21.10.26
--	--	----------	----------

Treffpunkt 08.00 Uhr Basel SBB, Perron Gleis 3, 08.16 Uhr mit IR27 nach Liestal, 08.30 Uhr mit B 70 nach Reigoldswil, Dorfplatz

Rückreise ca. 17.00 Uhr in Basel/Liestal

Einkehr ins Restaurant oder Picknick

Stöcke mitnehmen!

Info Andreas Bammatter, Jürg Guldemann, Urs P. Walther 079 408 18 55

oder wandergruppe.mittwoch@bluewin.ch

Höchi Flue (SO)	3 ½ h, 12 km 450 m Aufstieg 450 m Abstieg	Freitag	23.10.26
-----------------	---	---------	----------

Treffpunkt 09.45 Uhr Basel SBB, Bahnhofshalle, 10.00 Uhr mit S3, 10.49 Uhr mit S29 nach Holderbank

Rückreise ab Holderbank 3x pro Stunde

Picknick, U-Abo gültig bis Tecknau (Tecknau-Holderbank CHF 7.30 mit ½ Tax pro Weg)

Anmeldung an Philippe Matter 078 324 19 61, WhatsApp oder matterphilippe@gmx.ch

Ins wunderschöne Oberbaselbiet: Tecknau–Wenslingen–Ormalingen	3 ½ h, 13 km 326 m Aufstieg 345 m Abstieg	Freitag	30.10.26
--	---	---------	----------

Treffpunkt 10.35 Uhr Tecknau Bahnhof

Rückreise ca. 16.30 Uhr ab Ormalingen

Picknick/Einkehr ins Restaurant

Anmeldung an Manuela Graf 079 461 85 20 oder m.graf-matejowitsch@bluewin.ch

Blauen–Aesch	2 ½ h, 10.5 km 200 m Aufstieg 435 m Abstieg	Montag	02.11.26
---------------------	---	--------	----------

Treffpunkt 09.30 Uhr Basel SBB, Bahnhofshalle

Picknick

Anmeldung Matthias Müller 079 334 01 16 oder mmwanderleiter@bluewin.ch

Über Felder nach Ettingen	1 ½ h, 3.5 km 72 m Aufstieg 64 m Abstieg	Dienstag	03.11.26
----------------------------------	--	----------	----------

Treffpunkt 11.15 Uhr Therwil, Mooswasen Busstation

Rückreise ca. 14.30 Uhr ab Ettingen

Einkehr ins Restaurant

Anmeldung an Manuela Graf 079 461 85 20 oder m.graf-matejowitsch@bluewin.ch

Holzflue	4 h, 12 km 570 m Aufstieg 570 m Abstieg	Freitag	13.11.26
-----------------	---	---------	----------

Treffpunkt 09.20 Uhr Basel SBB, Bahnhofshalle, 09.32 Uhr mit S3, 10.00 Uhr mit B130 nach Balsthal

Rückreise ab Balsthal 17.00 Uhr via Waldenburg, Liestal nach Basel

Picknick oder Einkehr in Restaurant Bremgarten, Passwang–Balsthal mit ½ Tax CHF 3.60

Anmeldung an Philippe Matter 078 324 19 61, WhatsApp oder matterphilippe@gmx.ch

Dreiland: rund um die Hafenbecken	2.5 h, 8 km 106 m Aufstieg 106 m Abstieg	Sonntag	15.11.26
--	--	---------	----------

Treffpunkt 10.00 Uhr beim Totentanz-/Januskopf, Basel (Haltestelle Universitätsspital 11er)

Rückreise zu Fuss ab Restaurant Schiff, Kleinhüningen oder mit Tram 8/Bus 36

Einkehr ins Restaurant Schiff, Kleinhüningen

Einfacher Weg dem Rhein entlang. Aufwärmen in Huningue (Place Abatucci) und Essen im Restaurant Schiff in Kleinhüningen. ID mitnehmen!

Anmeldung an Verena von Castelmur 079 607 07 67 oder info@VvCpersonal.ch

**Von Bretzwil über den Eigenhof nach
Grellingen**

3 ½ h, 11.7 km Mittwoch 18.11.26
360 m Aufstieg
660 m Abstieg

Treffpunkt 08.25 Uhr Basel SBB, Perron Gleis 16, 08.38 Uhr mit S3 nach Dornach-Arlesheim,
08.52 Uhr mit B67 nach Seewen (Herrenmatt), im Anschluss B111 nach Bretzwil (Mühle)
Rückreise ca. 16.30 Uhr in Basel/Liestal

Einkehr ins Restaurant

Stöcke mitnehmen!

Info Andreas Bammatter, Jürg Guldemann, Urs P. Walther 079 408 18 55
oder wandergruppe.mittwoch@bluewin.ch

**Vom Baselbiet ins Solothurnische
Liestal-Nuglar-Büren**

2 ¾ h, 9.5 km Freitag 27.11.26
379 m Aufstieg
267 m Abstieg

Treffpunkt 10.30 Uhr Bahnhof Liestal

Rückreise ca. 15.30 Uhr ab Büren

Einkehr ins Restaurant

Anmeldung an Manuela Graf 079 461 85 20 oder m.graf-matejowitsch@bluewin.ch

Der Ergolz entlang

1 ½ h, 3.5 km Dienstag 01.12.26
44 m Aufstieg
63 m Abstieg

Treffpunkt 11.00 Uhr Itingen Bahnhof

Rückreise ca. 14.00 Uhr ab Lausen

Einkehr ins Restaurant

Anmeldung an Manuela Graf 079 461 85 20 oder m.graf-matejowitsch@bluewin.ch

**Von Schönenbuch über Biel-Benken
nach Oberwil**

3 h, 10.5 km Mittwoch 09.12.26
170 m Aufstieg
230 m Abstieg

Treffpunkt 09.05 Uhr Basel, Centralbahnstrasse, Bushaltestelle 48 oder 09.25 Uhr Allschwil
Dorf, Bushaltestelle 33, 09.26 Uhr mit B33 nach Schönenbuch, Dorf

Rückreise ca. 16.00 Uhr in Basel/Liestal

Einkehr ins Restaurant

Info Andreas Bammatter, Jürg Guldemann, Urs P. Walther 079 408 18 55
oder wandergruppe.mittwoch@bluewin.ch

Arisdorf–Olsberg–Arisdorf	4 h, 13 km 400 m Aufstieg 400 m Abstieg	Freitag	11.12.26
---------------------------	---	---------	----------

Treffpunkt 09.20 Uhr Basel SBB, Bahnhofshalle, 09.49 Uhr mit S1; 10.06 Uhr mit B72 nach Arisdorf

Rückreise 3x pro Stunde nach Basel

Picknick

Mehrheitlich befestigte Wege

Anmeldung an Philippe Matter 078 324 19 61, WhatsApp oder matterphilippe@gmx.ch

Adventsfunkeln und Abendessen in Rheinfelden	2 ½ h, 9 km 146 m Aufstieg 123 m Abstieg	Sonntag	13.12.26
--	--	---------	----------

Treffpunkt 13.10 Uhr Basel SBB, Perron Gleis 12, 13.19 Uhr mit S1 bis Möhlin, mit B 89 ab Möhlin

Rückreise 17.37 Uhr ab Rheinfelden mit IR 36 nach Basel ohne Nachtessen oder mit gemeinsam Nachtessen ab Rheinfelden um 19.22 Uhr nach Basel

Einkehr im Restaurant Schützen in Rheinfelden

Nachmittagswanderung mit Ende beim Adventsfunkeln

Anmeldung an Verena von Castelmur 079 607 07 67 oder info@VvCpersonal.ch

Adventswanderung mit traditionellem Fondueplausch	3 h, 11.5 km 355 m Aufstieg 325 m Abstieg	Freitag	18.12.26
---	---	---------	----------

Treffpunkt 12.30 Uhr Basel St. Jakob Tramstation

Rückreise abends ab MuttENZ

Einkehr ins Restaurant

Anmeldung an Manuela Graf 079 461 85 20 oder m.graf-matejowitsch@bluewin.ch

Wanderungen, die mit einem  bezeichnet sind, sind vom Bundesamt für Sozialversicherungen subventioniert, weil sie in besonderem Masse altersspezifischen Beeinträchtigungen entgegenwirken.

Allgemeine Informationen zu den Wanderungen

Die Wanderungen finden bei jedem Wetter von Montag bis Freitag statt. Voraussetzung ist eine Teilnehmerzahl von mindestens fünf Personen. Die Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

Ausrüstung

Wanderschuhe oder Schuhe mit gutem Profil, Sonnen- und Regenschutz, eventuell Wanderstöcke, persönliche Medikamente. Bei Wanderungen über die Grenze Identitätskarte oder Pass sowie Euro mitnehmen.

Verpflegung

Angaben dazu finden Sie bei der jeweiligen Wanderung.

Kosten

10 Franken pro Wanderung, bar zu bezahlen. Exklusive Verpflegung und Fahrtkosten. In der Regel kann das U-Abo des Tarifverbands Nordwestschweiz (TNW) benutzt werden.

Kontakt /Anmeldung

Weitere Informationen erhalten Sie bei der jeweiligen Wanderleitung; sie ist bei der einzelnen Wanderung aufgeführt.

Pro Senectute beider Basel
Akzent Forum

Rheinfelderstrasse 29
4058 Basel

061 206 44 66
info@akzentforum.ch
akzentforum.ch
facebook.com/prosenectute.bb