



Einladung für alle ab 60 Jahren zum ZÄMEGOLAUF in Derendingen

| | | | | | |
|--|---|--|-------------------------|-------------------------|--------------------|
| 13:30 Treffpunkt | Montag, 4. Mai | Begleitung: Markus, Margret Abschluss: Tharad | | | |
| Parcour 10 gemütlich | Raiffeisenbank Rüeggmattacker 4,7 km | ca. 1¼ Std. | | | |
| Mittwoch, 6. Mai, Stammtisch, 10:30 Uhr im THARAD. Alle sind herzlich willkommen | | | | | |
| 09:00 Treffpunkt | Donnerstag, 7. Mai | Begleitung: Martha, Kurt Abschluss: Tharad | | | |
| Parcour 7 gemächlich | Raiffeisenbank Steinmatt - Löhr 2.8 km | ca. ¾ Std. | | | |
| 13:30 Treffpunkt | Montag, 11. Mai | Begleitung: Rolf, Markus Abschluss: unterwegs | | | |
| | Parkplatz Vitaparcour/ Waldegg Blumenzentrum Wyss, Zuchwil ca. 6 km | ca. 3 Std. | | | |
| Donnerstag, 14. Mai | | | | | |
| Auffahrt - kein Parcours | | | | | |
| | Montag, 18. Mai | Begleitung: Silvio, Kurt Abschluss: Tharad | | | |
| | Treffpunkt: 13:30 Uhr, Raiffeisenbank Niederdruckwasserleitung von Derendingen, mit Herrn Reinhard 4.5 km | ca. 2 Std. | | | |
| Parcour mit Rollator | Treffpunkt: 14:00 Uhr, beim Tharad Rollator: je nach Witterung ca. 1 km | Begleitung: Rolf, Margret, Martha Abschluss: Tharad ca. ¾ Std. | | | |
| 09:00 Treffpunkt | Donnerstag, 21. Mai | Begleitung: Kurt, Martha Abschluss: Tharad | | | |
| Parcour 17 gemütlich | Parkplatz Vitaparcour/ Waldegg Emmenkanal – Kenova (Kebag) 5.6 km | ca. 1½ Std. | | | |
| Montag, 25. Mai | | | | | |
| Pfingstmontag, kein Parcours | | | | | |
| 09:00 Treffpunkt | Donnerstag, 28. Mai | Begleitung: Monika, Margret Abschluss: Tharad | | | |
| Parcour 31 zügig lang Abkürzung | Raiffeisenbank Oekingens – Dorf 7.1 km Bus Linie 1: Kriegstetten, Subingenstr. ca. 1¼ Std. | ca. 1¾ Std. | | | |
| <table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="width: 33%; text-align: center;">Gemächlich, ½ bis 1 Std</td> <td style="width: 33%; text-align: center;">Gemütlich, 1 bis 2 Std.</td> <td style="width: 33%; text-align: center;">Zügig 2 bis 3 Std.</td> </tr> </table> | | | Gemächlich, ½ bis 1 Std | Gemütlich, 1 bis 2 Std. | Zügig 2 bis 3 Std. |
| Gemächlich, ½ bis 1 Std | Gemütlich, 1 bis 2 Std. | Zügig 2 bis 3 Std. | | | |

Alle ab 60 Jahren sind herzlich willkommen. Jede und Jeder nimmt auf eigene Verantwortung teil, Versicherung ist Sache der Teilnehmenden. Das Angebot ist kostenlos, eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Wir freuen uns auf Euch

Kontakt: Monika Schwaller 079 312 31 42

www.zaemegolaufe.ch/derendingen

www.derendingen.QUICKLINKS