



Einladung für alle ab 60 Jahren zum ZÄMEGOLAUF in Derendingen

Mittwoch, 1. Juli, Stammtisch, 10:30 Uhr im THARAD. Alle sind herzlich willkommen

08:30 Treffpunkt Parcour 16 gemütlich	Donnerstag, 2. Juli Parkplatz Vitaparcour/ Waldegg Dittiberg – Schlössli – Waldegg 4.5 km	Begleitung: Markus+Rolf Abschluss: Tharad ca. 1½ Std.
08:30 Uhr Treffpunkt Parcour 21 zügig lang	Montag, 6. Juli Raiffeisenbank Affolterwald - Emme 6.8 km	Begleitung: Silvio+Martha Abschluss: Tharad ca. 1¾ Std.
08:30 Treffpunkt Parcour 2 gemächlich	Donnerstag, 9. Juli Parkplatz Vitaparcour/ Waldegg Bocciabahn 4 Jahre ZGL Derendingen 2.5 km	Begleitung: Margret+Martha Abschluss: Tharad ca. ¾ Std.
08:30 Uhr Treffpunkt Parcour 11 gemütlich	Montag, 13. Juli Parkplatz Vitaparcour/ Waldegg Elsässli Heidenegg 3.9 km	Begleitung: Silvio+Rolf Abschluss: Tharad ca. 1 Std
08:30 Treffpunkt Parcour 24 zügig lang Abkürzung	Donnerstag, 16. Juli Parkplatz Vitaparcour/ Waldegg Giriz - Schwarzweg 6.2 km Bus Linie 2: Biberist Coop ca. ¾ Std	Begleitung: Margret+Martha Abschluss: Tharad ca. 1¾ Std.
Parcour 31 zügig Abkürzung	Montag, 20. Juli Treffpunkt: 08:30 Uhr, Raiffeisenbank Oeking - Dorf 8.3 km Bus Linie 1: Kriegstetten Dorfplatz. ca. 1 Std.	Begleitung: Markus+Silvio Abschluss: Tharad ca. 1¾ Std.
Parcour mit Rollator	Treffpunkt: 10:00 Uhr, beim Tharad Rollator: je nach Witterung ca. 1 km	Begleitung: Rolf, Margret, Martha Abschluss: Tharad ca. ¾ Std.
08:30 Treffpunkt Parcour 17 gemütlich	Donnerstag, 23. Juli Parkplatz Vitaparcour/ Waldegg Emmenkanal – Kenova (Kebag) 5.6 km	Begleitung: Markus+Margret Abschluss: Tharad ca. 1½ Std.
08:30 Treffpunkt Parcour 18 gemütlich	Montag, 27. Juli Raiffeisenbank Rütelimatt - Stüdelacker 3.3 km	Begleitung: Markus+Rolf Abschluss: Tharad ca. 1 Std.
20:30 Treffpunkt	Donnerstag, 30. Juli Raiffeisenbank Vollmondwanderung 4.2 km	Begleitung: Silvio+Margret ca. 1¾ 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.zämegolaufe.ch/derendingen

www.derendingen QUICKLINKS