

Kantonales Velo- und E-Bike-Tourenprogramm

April – Oktober 2024



Infos zu den Touren Velogruppe Olten

Die Gruppe besteht aus Teilnehmenden mit mehrheitlich E-Bikes <25km/h, dennoch sind Radteilnehmende jederzeit willkommen (Rennvelos nicht geeignet, Naturwege).

Die Touren führen über schwach befahrene Nebenstrassen, Wald- und Flurwege. Sie können auch Abschnitte mit starker Steigung oder Gefälle enthalten, schmale Wanderwege oder losen Untergrund.

In den Sommermonaten Juli und August starten die Touren jeweils am Vormittag um 9 Uhr. Bewegung, Kultur und die sozialen Kontakte sind wichtige Aspekte in diesem Angebot.

Durchführung

Bei ungünstigen Wetterverhältnissen ist eine Absage durch die Leitung möglich.

Anmeldung

Die Velotouren finden am Donnerstag statt. Die Anmeldung muss spätestens am Vorabend der Radtour telefonisch per SMS, WhatsApp, E-Mail oder Telefon bei der Leitung eintreffen.

Ausrüstung

Fahrtüchtiges E-Bike oder Fahrrad in einwandfreiem Zustand.

Das Tragen eines Velohelms ist obligatorisch. Wir empfehlen eine Fahrradglocke zu montieren.

Für alle Radtouren werden der Witterung angepasste Kleider, Regen- und Sonnenschutz empfohlen.

Der Notfallausweis sollte immer mitgenommen werden. Neue Ausweise sind bei Pro Senectute erhältlich.

Verpflegung

Es ist sinnvoll genügend Getränke mitzunehmen. Bei Tagestouren Verpflegung aus dem Rucksack oder gemäss Ausschreibung im Tourenprogramm.

Versicherung

Die Versicherung ist Sache der Teilnehmenden. Pro Senectute und die Tourleitung lehnen jede Haftung für Personen- und Sachschaden ab.

ALLE Touren werden mit Sportcoupons beglichen, Preisänderungen bleiben vorbehalten

20 Coupons	Fr. 120.00
10 Coupons	Fr. 70.00
Halbtagestour	1 Coupon
Tagestour	2 Coupons

Die Sportcoupons können sowohl für Velotouren wie für Wanderungen eingesetzt werden. Sie können auf die neue Saison übertragen werden. Die Kosten für öV-Billette werden von den Teilnehmenden selbst bezahlt.

Bestellung Sportcoupons:

Website über den Shop www.so.prosenectute.ch/shop

Telefonisch oder via Mail: Geschäftsstelle 032 626 59 59; info@so.prosenectute.ch oder vorfrankierte Bestellkarten



Diese Angebote und Kurse sind vom Bundesamt für Sozialversicherungen teilsubventioniert, weil sie in besonderem Masse die Selbstständigkeit und Autonomie von älteren Menschen fördern.

Velotouren 2024

	Datum	Tour	Distanz	Leitung
1	DO, 4. April	Neuendorf mit Fahrtraining	38 km	Rita Kreiliger
2	DO, 18. April	Gäutour	50 km	Walter Hürst
3	DO, 2. Mai	Langenthal	52 km	Walter Hürst
4	DO, 16. Mai	Brittnau, Vordemwald	44 km	Otto Born
5	DO, 6. Juni	Fröschegülle	42 km	Silvia Grütter
6	DO, 20. Juni	Tagestour Solothurn	82 km	Peter Käser
7	DO, 4. Juli	Lenzburg	64 km	Otto Born
8	DO, 18. Juli	Tagestour Bielersee Südseite	65 km	Peter Käser
9	DO, 8. August	Richenthal	45 km	Silvia Grütter
10	DO, 22. August	Tagestour Willisau	77 km	Otto Born
11	DO, 5. September	Biberstein	41 km	Vladimir Novotny
12	DO, 19. September	Niederbipp	53 km	Otto Born
13	DO, 3. Oktober	Bottenwil	43 km	Rita Kreiliger
14	DO, 17. Oktober	Überraschungstour mit Bräteln	40 km	Peter Käser

1 Neuendorf mit Fahrtraining

Donnerstag, 04.04.	Rita Kreiliger	078 856 14 28 rita.kreiliger@bluewin.ch	Co-Leitung: Otto Born
Treffpunkt	13:00 Uhr Stadthalle Olten		
Route	Gemütlicher Einstieg in die Saison – Olten – Wangen bei Olten – Härkingen – Neuendorf – Kestenholz		
Tourendetails	4 Stunden	38 km	Nur flach
Besonderes	Erster Halt in Neuendorf, wo wir ein kleines Fahrtraining anbieten. Zweiter Halt, gemütliches Zusammensein/Austausch bei einem Kaffeehalt		

2 Gäutour

Donnerstag, 18.04.	Walter Hürst	079 900 20 52 walter.huerst@bluewin.ch	Co-Leitung: Rita Kreilinger
Treffpunkt	13:00 Uhr Stadthalle Olten		
Route	Olten - Kestenholz - Rütthof - Schwarzhäusern - Fulenbach - Olten		
Tourendetails	4 ½ Stunden	50 km	Meist flach
Besonderes	Kaffeehalt unterwegs		

3 Langenthal

Donnerstag, 02.05.	Walter Hürst	079 900 20 52 walter.huerst@bluewin.ch	Co-Leitung: Silvia Grütter
Treffpunkt	13.00 Uhr Stadthalle Olten		
Route	Olten – Rothrist – Roggwil – Langenthal – Wolfwil – Olten		
Tourendetails	4 ½ Stunden	52 km	Meist flach
Besonderes	Kaffeehalt unterwegs		

4 Brittnau

Donnerstag, 16.05.	Otto Born	079 707 15 51 oborn@bluewin.ch	Co-Leitung: Vladimir Novotny
Treffpunkt	13.00 Uhr Stadthalle Olten		
Route	Zofingen – Brittnau – Bösenwil – Vordemwald – Rothrist – Olten		
Tourendetails	3 ½ Stunden	44 Km	Auf-/Abstieg 490m
Besonderes	Brittnau Informationen zum Storchendorf - Erfrischungspause Vordemwald		

5 Fröschegülle

Donnerstag, 06.06.	Silvia Grütter	079 771 22 65 gruettis@bluewin.ch	Co-Leitung: Rita Kreiliger
Treffpunkt	13.00 Uhr Stadthalle Olten		
Route	Rothrist – Wissensberg – Fröschegülle – Sennhof – Riken – Olten		
Tourendetails	4 Stunden	42 km	Auf-/Abstieg 550m
Besonderes	Kaffeehalt Restaurant Sennhof		

6 Tagestour Solothurn

Donnerstag, 20.06.	Peter Käser	077 502 82 16 peter.kaeser@me.com	Co-Leitung: Vladimir Novotny
Treffpunkt	09.00 Uhr Stadthalle Olten		
Route	Olten - Wangen - Gunzgen - Neuendorf - Niederbuchsiten - Niederbipp - Wiedlisbach - Riedholz - Solothurn - Luterbach - Wangen a.d.A. - Aarwangen - Wolfwil - Boningen - Kappel - Olten		
Tourendetails	5 - 6 Stunden	82 km	Auf-/Abstieg 250m
Besonderes	Mittagessen in der Region Solothurn		

7 Lenzburg

Donnerstag, 04.07.	Otto Born	079 707 15 51 oborn@bluewin.ch	Co-Leitung: Vladimir Novotny
Treffpunkt	9.00 Uhr Stadthalle Olten – Rückreise ca. 13.00 Uhr		
Route	Kölliken – Gränichen – Stauerberg – Lenzburg – Rapperswil – Aarau – Schönenwerd (Bally-Park) – Olten		
Tourendetails	4 Stunden	64 km	Auf-/Abstieg 540m
Besonderes	Erfrischung in Lenzburg / Historische Informationen Region Lenzburg		

8 Tagestour Bielersee Süd

Donnerstag, 18.07.	Peter Käser	077 502 82 16 peter.kaeser@me.com	Co-Leitung: Otto Born
Treffpunkt	9.15 Uhr Bahnhof Olten, Gleis 1, Sektor B mit Zugbillet Olten - Biel retour inkl. Tageskarte für Velo-Transport.		
Route	Olten - Biel mit Zug (Abfahrt Bhf. Olten 9:35 Uhr, Gleis 1, Sektor B Radstrecke: Biel - Hagneck - Erlach - Ins - Hagneck - Biel		
Tourendetails	Ca. 8 Stunden inkl. Zugfahrt	65 – 70 km	Auf-/Abstieg 480m
Besonderes	Mittagessen in der Region Bielersee West		

9 Richenthal 

Donnerstag, 08.08.	Silvia Grütter	079 771 22 65 gruettis@bluewin.ch	Co-Leitung: Rita Kreiliger
Treffpunkt	9.00 Uhr Stadthalle Olten		
Route	Olten - Stregelbach - Altenthal - Richenthal - Zofingen - Olten		
Tourendetails	4 Stunden	45km	Auf-/Abstieg 511m
Besonderes	Kaffeehalt Raum Zofingen		

10 Tagestour Willisau 

Donnerstag, 22.08.	Otto Born	079 707 15 51 oborn@bluewin.ch	Co-Leitung: Walter Hürst
Treffpunkt	09.00 Uhr Stadthalle Olten - Rückreise ca. 15.00 Uhr		
Route	Rothrist - Stregelbach - Pfaffnau - Grossdietwil - Zell - Willisau - Schötz - Nebikon - Mehlsecken - Zofingen - Aarburg - Olten		
Tourendetails	6 Stunden	77 Km	Auf-/Abstieg 840m
Besonderes	Tagestour: Verpflegung in Willisau / Informationen zu Willisau und dem Planetenweg / Ladestation in Willisau		

11 Biberstein 

Donnerstag, 05.09.	Vladimir Novotny	079 304 98 91 v.novotny@bluewin.ch	Co-Leitung: Peter Käser
Treffpunkt	13.00 Uhr Stadthalle Olten		
Route	Winznau - Lostorf - Erlinsbach - Aarau - Biberstein - Aarau - Schönenwerd - Obergösgen - Olten		
Tourendetails	4 Stunden	41km	Auf-/Abstieg 270m
Besonderes	Kaffeehalt in der Bio-Badi in Biberstein Tour-Ende bei der Stadtkirche Olten/Chilestäge		

12 Niederbipp 

Donnerstag, 19.09.	Otto Born	079 707 15 51 oborn@bluewin.ch	Co-Leitung: Vladimir Novotny
Treffpunkt	13.00 Uhr Stadthalle Olten		
Route	Kappel - Niederbuchsiten - Oensingen - Niederbipp - Rütthof - Wolfwil - Boningen - Aarburg - Olten		
Tourendetails	4 Stunden	53 km	Auf-/Abstieg 450m
Besonderes	Erfrischung in Niederbipp / Wildinformation in Niederbipp		

13 Bottenwil

Donnerstag, 03.10.	Rita Kreiliger	078 856 14 28 rita.kreiliger@bluewin.ch	Co-Leitung: Silvia Grütter
Treffpunkt	13.00 Uhr Stadthalle Olten		
Route	Olten – Zofingen – Bottenwil – Uerkheim – Kölliken – Gretzenbach - Olten		
Tourendetails	4 Stunden	43 km	Auf/Abstieg 360 m
Besonderes	Verpflegung aus dem Rucksack - Kaffeehalt in Kölliken		

14 Überraschungstour mit Bräteln

Donnerstag, 17.10.	Peter Käser	077 502 82 16 peter.kaeser@me.com	Co-Leitung: Rita Kreiliger
Treffpunkt	10.30 Uhr Stadthalle Olten		
Route	Überraschungstour, je nach Wetter Richtung Gäu oder BL mit Bräteln		
Tourendetails	4 Stunden	30 - 40 km	
Besonderes	Verpflegung aus dem Rucksack zum Bräteln.		

Veloleiterinnen und Veloleiter Team Olten

Otto Born	079 707 15 51	oborn@bluewin.ch
Walter Hürst	076 539 90 83	walter.huerst@bluewin.ch
Peter Käser	077 502 82 16	peter.kaeser@me.com
Rita Kreiliger	078 856 14 28	rita.kreiliger@bluewin.ch
Silvia Grütter	079 771 22 65	gruettis@bluewin.ch
Vladimir Novotny	079 304 98 91	v.novotny@bluewin.ch



Infos zu den Touren Velogruppe Solothurn

Die Gruppe besteht aus Teilnehmenden mit mehrheitlich E-Bikes <25km/h, dennoch sind Radteilnehmende jederzeit willkommen (Rennvelos nicht geeignet, Naturwege).

Die Touren führen oft über schwach befahrene Nebenstrassen, Wald- und Flurwege. Sie können aber auch Abschnitte mit starker Steigung oder Gefälle enthalten, schmale Wanderwege oder losen Untergrund. Die Touren finden am Montagabend und am Donnerstag statt. In den Sommermonaten Juli und August werden die Touren möglichst am Morgen stattfinden.

Durchführung

Bei **ungünstigen Wetterverhältnissen** ist eine Absage durch die Leitung per E-Mail möglich.

Ohne Voranmeldung

Bei jeder Tour vor Ort bei der Leitung.

Ausrüstung

Fahrtüchtiges E-Bike oder Fahrrad in einwandfreiem Zustand.

Das Tragen eines Velohelms ist obligatorisch. Wir empfehlen eine Fahrradglocke zu montieren. Der Besuch des Technikkurs für E-Bike wird empfohlen. Für alle Radtouren werden der Witterung angepasste Kleider, Regen- und Sonnenschutz empfohlen. Der Notfallausweis sollte immer mitgenommen werden. Neue Ausweise sind bei Pro Senectute erhältlich.

Donnerstag, 16. Mai 2024 E-Bike Fahrtechnikkurs

WICHTIG! Die Teilnahme wird sehr empfohlen für ALLE, ob Neuliker oder langjährige Teilnehmende.

Konditionelle Faktoren

Bitte beachtet die Details bei den jeweiligen Touren. Wenn nötig werden zusätzliche Hinweise zur jeweiligen Tour beim Reminder kurz vorher deklariert.

Verpflegung

Es ist sinnvoll **genügend Getränke und eine Zwischenverpflegung** mitzunehmen. Bei Tagestouren bitte Hinweise aus dem Programm beachten.

Versicherung

Die Versicherung ist Sache der Teilnehmenden, Pro Senectute und die Tourenleitung lehnen jede Haftung für Personen- und Sachschaden ab.

ALLE Touren werden mit Sportcoupons beglichen, Preisänderungen bleiben vorbehalten

20 Coupons	Fr. 120.00
10 Coupons	Fr. 70.00
Abend- und Halbtagestour	1 Coupon
Tagestour	2 Coupons

Die Sportcoupons können sowohl für Velotouren wie für Wanderungen eingesetzt werden. Sie können auf die neue Saison übertragen werden. Die Kosten für öV-Billette werden von den Teilnehmenden selbst bezahlt.

Bestellung Sportcoupons:

Website über den Shop www.so.prosenectute.ch/shop

Telefonisch oder via Mail: Geschäftsstelle 032 626 59 59; info@so.prosenectute.ch oder vorfrankierte Bestellskarten



Diese Angebote und Kurse sind vom Bundesamt für Sozialversicherungen teilsubventioniert, weil sie in besonderem Masse die Selbstständigkeit und Autonomie von älteren Menschen fördern.

Velotouren 2024

	Datum	Tour	Distanz	Leitung
1	Do, 18. April	Richtung Wynigen	33 km/250hm	Rolf
2	Do, 25. April	Richtung Ruedswil Bad	40km/214hm	Othmar
3	Do, 02. Mai	Richtung Niederbipp	32km/370hm	Markus
4	Do, 16. Mai	Velo/E-Bike Fahrtechnik, Raum Solothurn	15 km/100hm	Peter
5	Do, 23. Mai	Tagestour: Richtung Krauchthal	55 km/380hm	Esther
6	Do, 06. Juni	Richtung Teuffelen	25 km/600hm	Peter
7	Do, 20. Juni	Richtung Buchegg-Bibern	34 km/400hm	Markus
8	Do, 27. Juni	Richtung Wangen	40km/340hm	Othmar
9	Mo, 01. Juli	Abendtour: Richtung Grenchen Flugplatz	26 km/140hm	Markus
10	Do, 04. Juli	Tagestour: Ochlenberg	52 km/700hm	Rolf
11*	Do, 11. Juli	Richtung Alchenstorf	37 km/330hm	Esther
12	Mo, 15. Juli	Abendtour: Wasseramt	27 km/150hm	Rolf
13*	Do, 18. Juli	Richtung Lüterswil-Grenchen	38 km/260hm	Othmar
14	Mo, 29. Juli	Abendtour: Quer durch Solothurn	20 km/250hm	Esther
15	Do, 08. August	Tagestour Huttwil	58 km/740 hm	Peter
16	Do, 22. August	Richtung Steinhof	36 km/362hm	Othmar
17	Mo, 26. August	Abendtour: Drei Höfe	24 km/200hm	Othmar
18	Do, 29. August	Richtung Buecheggberger Wald	30 km/460hm	Rolf
19	Mo, 02. Sept	Abendtour Richtung Wangen	23 km/220hm	Matthias
20	Do, 05. Sept	Tagestour: Richtung Pieterlen	48 km/390hm	Markus
21	Do, 12. Sept	Richtung Bleienbach	43 km/320hm	Matthias
22	Do, 19. Sept	Richtung Aarwangen	38 km/320hm	Esther
23	Do, 26. Sept	Tagestour: Richtung Lützelflüh	65km/470hm	Othmar
24	Do, 03. Oktober	Richtung Buechibärg	36km/500hm	Esther
25	Do, 10. Oktober	Schluss tour	20 km/150hm	Rolf

Änderung im Juli 2024

Tour 11 vom 11. Juli unter der Leitung von Esther Zenger wird auf den **18. Juli verschoben.**

Tour 13 vom 18. Juli unter der Leitung von Othmar Dreier wird auf den **11. Juli verschoben.**

Besten Dank für Ihre Kenntnisnahme

1 Nachmittagstour «Frühlingsbrise» Wynigen – Grasswil

Donnerstag, 18.04.	Rolf Walker	079 597 83 67 walker.rolf@gmail.com	Co-Leitung: Offen
Treffpunkt	13:30 Uhr Waldegg, Zuchwil. Ankunft ca. 17:00 Uhr , Biberist BLS		
Route	Waldegg – Kriegstetten – Seeberg – Grasswil – Wynigen – Koppigen – Biberist		
Tourendetails	2 ½ Stunden	33 km	Auf- /Abstieg 250m
Besonderes	Kaffeepause im Restaurant		

2 Nachmittagstour Utzenstorf-Ersigen

Donnerstag, 25.04.	Othmar Dreier	079 228 22 52 othmar.dreier@bluewin.ch	Co-Leitung: Rolf Walker
Treffpunkt	13:30 Uhr Waldegg, Zuchwil. Ankunft ca. 17:00 Uhr		
Route	Derendingen - Utzenstorf - Rudswil Bad - Koppigen - Derendingen		
Tourendetails	3 Stunden	40 km	Auf- /Abstieg 214m
Besonderes	Kaffeepause im Restaurant		

3 Nachmittagstour Niederbipp

Donnerstag, 02.05.	Markus Zenger	079 684 84 40 markus.zenger@gawnet.ch	Co-Leitung: Esther Zenger
Treffpunkt	13:30 Uhr Gewerbeschule Solothurn Bücherschrank. Ankunft ca. 17:30 Uhr		
Route	Solothurn – Attiswil – Niederbipp – Wangen – Riedholz – Solothurn		
Tourendetails	3 Stunden	32 km	Auf- /Abstieg 370 m
Besonderes	Kaffeepause im Restaurant		

4 Nachmittag Velo/E-Bike Fahrtechnik

Donnerstag, 16.05.	Peter Flury	079 264 03 23 peterflury@hotmail.com	
Treffpunkt	13:30 Uhr Gewerbeschule Solothurn Bücherschrank. Ankunft ca. 17:00 Uhr		
Route	Fahren in Gruppen zum Übungsgelände Riedholz		
Tourendetails	3 ½ Stunden	15 km	Auf- /Abstieg 100m
Besonderes	Verpflegung aus dem Rucksack Kursinhalte: Postenarbeit, Fahrparcours Der Kurs wird allen sehr empfohlen, auch wenn du schon Kurse besucht hast. Wissen und Können vertiefen!		

5 **Tagestour Krauchthal**

Donnerstag, 23.05.	Esther Zenger	079 511 35 02 esther.zenger@gawnet.ch	Co-Leitung: Markus Zenger
Treffpunkt	09:30 Uhr: Biberist, BLS Bahnhof Ost. Ankunft ca. 16:30 Uhr		
Route	Biberist – Utzenstorf – Alchenflüh – Krauchthal – Hindelbank – Kernenried-Biberist		
Tourendetails	4 Stunden	55 km	Auf-/Abstieg 380m
Besonderes	Kaffeepause & Mittagessen im Restaurant		

6 **Nachmittagstour Teuffelen**

Donnerstag, 06.06.	Peter Flury	079 264 03 23 peterflury@hotmail.com	Co-Leitung: Rolf Walker
Treffpunkt	13:30 Uhr Gewerbeschule Solothurn Bücherschrank. Ankunft ca. 17:00 Uhr		
Route	Solothurn – Feldbrunnen-Attiswil- Teuffelen- Hubersdorf- Riedholz-Solothurn.		
Tourendetails	3 ½ Stunden	25 km	Auf-/Abstieg 600m
Besonderes	E- Bike sehr empfohlen , wir nehmen uns Zeit für den abwechslungsreichen Aufstieg auf Teerstrassen. Pause im Bergrestaurant oder aus dem Rucksack		

7 **Nachmittagstour Buchegg-Bibern**

Donnerstag, 20.06.	Markus Zenger	079 684 84 40 markus.zenger@gawnet.ch	Co-Leitung: Esther Zenger
Treffpunkt	13:30 Uhr Waldegg, Zuchwil. Ankunft ca. 17:30 Uhr		
Route	Zuchwil – Gerlafingen – Buchegg – Bibern – Lohn Ammannsegg - Solothurn		
Tourendetails	3 Stunden	34 km	Auf-/Abstieg 400 m
Besonderes	Kaffeepause im Restaurant		

8 **Nachmittagstour Solothurn-Wangen**

Donnerstag, 27.06.	Othmar Dreier	079 228 22 52 othmar.dreier@bluewin.ch	Co-Leitung: Offen
Treffpunkt	13:30 Uhr Gewerbeschule Solothurn Bücherschrank. Ankunft ca. 17:00 Uhr		
Route	Solothurn – Attiswil – Wangen – Solothurn		
Tourendetails	3 Stunden	40 km	Auf-/Abstieg 340 m
Besonderes	Kaffeepause im Restaurant		

9 Abendtour Grenchen Flugplatz

Montag, 01.07.	Markus Zenger	079 684 84 40 markus.zenger@gawnet.ch	Co-Leitung: Matthias Zwicky
Treffpunkt	18:00 Uhr Gewerbeschule Solothurn Bücherschrank. Ankunft ca. 20:00 Uhr		
Route	Solothurn – Altreu – Grenchen Flugplatz – Selzach Bellach – Solothurn		
Tourendetails	2 Stunden	26 km	Auf-/Abstieg 140 m
Besonderes	Restaurantbesuch nach der Tour		

10 Tagestour Ochlenberg

Donnerstag, 04.07.	Rolf Walker	079 597 83 67 walker.rolf@gmail.com	Co-Leitung: Matthias Zwicky
Treffpunkt	09:00 Uhr Biberist, BLS Bahnhof Ost. Ankunft ca. 16:30 Uhr Solothurn		
Route	BLS Biberist – Hellsau – Riedtwil – Amiet/Hesse-Weg – Ochlenberg – Bettenhausen – Aeschi – Subingen – retour nach Solothurn → Achtung: Volle Akkus!		
Tourendetails	4 ½ Stunden	52 km	Auf-/Abstieg 700 m
Besonderes	Kaffeepause und später Mittagessen im Restaurant		

11* Vormittagstour Alchenstorf

Donnerstag, 11.07.	Esther Zenger	079 511 35 02 esther.zenger@gawnet.ch	Co-Leitung: Markus Zenger
Treffpunkt	09:00 Uhr Biberist, BLS Bahnhof Ost. Ankunft ca. 13:00 Uhr		
Route	Biberist – Koppigen – Alchenstorf – Rumendingen – Biberist		
Tourendetails	3 Stunden	37 km	Auf-/Abstieg 330m
Besonderes	Kaffeehalt im Restaurant		

12 Abendtour Richtung Wasseramt

Montag, 15.07.	Rolf Walker	079 597 83 67 walker.rolf@gmail.com	Co-Leitung: Othmar Dreier
Treffpunkt	18:00 Uhr Gewerbeschule Solothurn Bücherschrank Ankunft ca. 20:00 Uhr Derendingen		
Route	Solothurn – Biberist – Gerlafingen – Willadingen – Höchstetten – Oeking – Derendingen		
Tourendetails	1 ¼ Stunden	27 km	Auf-/Abstieg 150m
Besonderes	Restaurantbesuch nach der Tour		

13* Vormittagstour Lüterswil-Grabenöle

Donnerstag, 18.07.	Othmar Dreier	079 228 22 52 othmar.dreier@bluewin.ch	Co-Leitung: Peter Flury
Treffpunkt	09:00 Uhr Biberist, BLS Bahnhof Ost Ankunft Solothurn Bücherschrank ca. 12:30 Uhr		
Route	Biberist – Lüterswil – Oberwil – Grenchen - Solothurn		
Tourendetails	3 Stunden	38 km	Auf-/Abstieg 260m
Besonderes	Restaurantbesuch unterwegs		

14 Abendtour quer durch Solothurn

Montag, 29.07	Esther Zenger	079 511 35 02 esther.zenger@gawnet.ch	Co-Leitung: Markus Zenger
Treffpunkt	18:00 Uhr Gewerbeschule Solothurn Bücherschrank. Ankunft ca. 20:00 Uhr		
Route	Um und durch Solothurn (Grenzerfahrung Solothurn)		
Tourendetail	2 Stunden	20 km	Auf-/Abstieg 250 m
Besonderes	Restaurantbesuch nach der Tour		

15 Tagestour Huttwil mit Flyer Besichtigung

Donnerstag, 08.08.	Peter Flury	079 264 03 23 peterflury@hotmail.com	Co-Leitung: Esther Zenger
Treffpunkt	Solothurn HB, Besammlung 08:30 Uhr Gleis 3 (BLS) oder zusteigen, Sol ab 08:48, Biberist OST 08:50 Uhr, Gerlafingen 08:52 Uhr, Wiler 08:55 Uhr, Burgdorf an 09:12 Uhr. Ankunft ca. 17:30 Uhr		
Route	Burgdorf-Rüegsau-Gammenthal-Dürrenrot-Huttwil-Kleindietwil-Herzogenbuchsee-Solothurn.		
Tourendetails	4 ½ Std.	58 km	Auf-/Abstieg 740/850 m
Besonderes	Billett selbst lösen! Leiter vor Ort helfen für Billett und Veloverlad Halbtax CHF 6.60.- + Velo fix CHF 6.60.- ab Solothurn. Kaffeehalt, Mittag im Restaurant oder aus dem Rucksack. Mittagessen können am Startpunkt ab Menükarte gewählt werden. Nach dem Mittag besichtigen wir die Firma Flyer mit Probefahrten! Bitte um Anmeldung für die Organisation an peterflury@hotmail.com		

16 Vormittagstour Richtung Steinhof

Donnerstag, 22.08.	Othmar Dreier	079 228 22 52 othmar.dreier@bluewin.ch	Co-Leitung: Peter Flury
Treffpunkt	9:00 Uhr Waldegg, Zuchwil. Ankunft ca. 13:00 Uhr		
Route	Zuchwil - Inkwil - Steinhof - Aeschisee - Etziken - Subingen - Zuchwil		
Tourendetails	3 Stunden	36 km	Auf- / Abstieg 362m
Besonderes	Kaffeepause im Restaurant		

17 Abendtour: Drei Höfe

Montag, 26.08.	Othmar Dreier	079 228 22 52 othmar.dreier@bluewin.ch	Co-Leitung: Matthias Zwicky
Treffpunkt	18:00 Uhr Waldegg, Zuchwil. Ankunft ca. 20:00 Uhr		
Route	Derendingen - Winistorf - Drei Höfe - Derendingen		
Tourendetails	2 Stunden	24 km	Auf- / Abstieg 200m
Besonderes	Restaurantbesuch nach der Tour		

18 Vormittagstour Bucheggberger Wald

Donnerstag, 29.08.	Rolf Walker	079 597 83 67 walker.rolf@gmail.com	Co-Leitung: Peter Flury
Treffpunkt	9:00 Uhr Gewerbeschule Solothurn Bücherschrank Ankunft ca. 13:00 Uhr Biberist BLS		
Route	Solothurn – via Stadtwald – Lohn – Lüterkofen – Küttigkofen – Mühledorf – Aetigkofen – Buecheegg – Kräiligen – Biberist		
Tourendetails	3 Stunden	30 km	Auf- / Abstieg 460m
Besonderes	Kaffeepause im Restaurant		

19 Abendtour Luterbach - Wangen

Montag, 02.09.	Matthias Zwicky	079 467 16 68 matthias.zwicky@bluewin.ch	Co-Leitung: Markus Zenger
Treffpunkt	18:00 Uhr Gewerbeschule Solothurn Bücherschrank. Ankunft ca. 20:00 Uhr		
Route	Schloss Waldegg - Kraftwerk Flumenthal - Deitingen - Subingen - Solothurn		
Tourendetails	2 Stunden	23 km	Auf- / Abstieg 220m
Besonderes	Restaurantbesuch nach der Tour		

20 Tagestour Pieterlen

Donnerstag, 05.09.	Markus Zenger	079 684 84 40 markus.zenger@gawnet.ch	Co-Leitung: Esther Zenger
Treffpunkt	9:00 Uhr Gewerbeschule Solothurn Bücherschrank. Ankunft ca. 16:00 Uhr		
Route	Solothurn – Selzach – Grenchen – Pieterlen – Häftli – Büren – Leuzigen - Solothurn		
Tourendetails	4 Stunden	48 km	Auf-/Abstieg 390m
Besonderes	Kaffeepause + Mittagessen im Restaurant		

21 Nachmittagstour Bleienbach

Donnerstag, 12.09.	Matthias Zwicky	079 467 16 68 matthias.zwicky@bluewin.ch	Co-Leitung: Markus Zenger
Treffpunkt	13:30 Uhr Waldegg, Zuchwil. Ankunft ca. 18:30 Uhr		
Route	Biberist - Seeberg - Riedtwil - Flugplatz Bleienbach - Herzogenbuchsee - Etziken - Zuchwil		
Tourendetails	3 ½ Stunden	43 km	Auf-/Abstieg 320m
Besonderes	Kaffeepause auf dem Flugplatz Bleienbach		

22 Nachmittagstour Aarwangen

Montag, 19.09.	Esther Zenger	079 511 35 02 esther.zenger@gawnet.ch	Co-Leitung: Markus Zenger
Treffpunkt	13:30 Uhr Waldegg, Zuchwil. Ankunft ca. 18:00 Uhr		
Route	Zuchwil – Walliswil – Aarwangen – Heimenhausen – Derendingen		
Tourendetails	3 Stunden	38 km	Auf-/Abstieg 320m
Besonderes	Kaffeehalt im Restaurant		

23 Tagestour Lützelflüh

Donnerstag, 26.09.	Othmar Dreier	079 228 22 52 othmar.dreier@bluewin.ch	Co-Leitung: Peter Flury
Treffpunkt	09:00 Uhr Biberist, BLS Bahnhof Ost; Ankunft ca. 16:00 Uhr		
Route	Biberist - Kirchberg - Lützelflüh (Dahlienschau) - Burgdorf - Ersigen - Biberist		
Tourendetails	5 Stunden	65 km	Auf-/Abstieg 470 m
Besonderes	Besuch der Dahlienschau mit Mittagessen		

24 Nachmittagstour Buechibärg

Donnerstag, 03.10.	Esther Zenger	079 511 35 02 esther.zenger@gawnet.ch	Co-Leitung: Markus Zenger
Treffpunkt	13:30 Uhr Gewerbeschule Solothurn Bücherschrank; Ankunft ca. 18:00 Uhr		
Route	Solothurn – Leuzigen – Oberwil b.B. – Mühledorf – Biberist		
Tourendetails	3 ½ Stunden	36 km	Auf- / Abstieg 500 m
Besonderes	Kaffeepause im Restaurant		

25 Nachmittags-Schlusstour

Donnerstag, 10.10	Rolf Walker	079 597 83 67	walker.rolf@gmail.com
Treffpunkt	13:30 Uhr Gewerbeschule Solothurn Bücherschrank.		
Route	Überraschung		
Tourendetails	1 ½ Stunden	20 km	Auf- / Abstieg 150m
Besonderes	Anmeldung und weitere Infos mit separater Einladung		

Veloleiterinnen und Veloleiter Team Solothurn

Dreier Othmar	079 228 22 52	othmar.dreier@bluewin.ch
Flury Peter	079 264 03 23	peterflury@hotmail.com
Walker Rolf	079 597 83 67	walker.rolf@gmail.com
Zenger Esther	079 511 35 02	esther.zenger@gawnet.ch
Zenger Markus	079 684 84 40	markus.zenger@gawnet.ch
Zwicky Matthias	079 467 16 68	matthias.zwicky@bluewin.ch
Grolimund Iveta	079 697 73 30	iveta.grolimund@bluewin.ch

E-Bike- Verkehrssicherheitskurse

E-Bike Verkehrssicherheitskurs für E-Bikerinnen und E-Biker organisiert durch den VCS

VCS Verkehrs-Club der Schweiz
ATE Association transports et environnement
ATA Associazione traffico e ambiente



Kursdaten:

- Kurs 1: Mittwoch, 01. Mai
- Kurs 2: Mittwoch, 04. September

Zeit:

- Jeweils von 13:30 bis ca. 17:00 Uhr

Kursort:

- Pumptrack, Bornfeldstrasse 3 in 4600 Olten

Preis:

- 110.-, VCS-Mitglieder erhalten einen Rabatt von 50%

Anmeldung:

- info@vcs-so.ch oder per Telefon 079 884 62 06

E-Bike-Fahrkurse organisiert durch repla espaceSOLOTHURN



-
- | | |
|---------------------------|----------------------|
| - Gerlafingen: | Donnerstag, 14. März |
| - Zuchwil: | Freitag, 15. März |
| - Gerlafingen: | Donnerstag, 21. März |
| - Zuchwil: | Freitag, 22. März |
| - Lohn-Ammannsegg: | Donnerstag, 2. Mai |
| - Subingen: | Donnerstag, 16. Mai |
| - Lüsslingen-Nennigkofen: | Freitag, 24. Mai |
| - Bellach: | Freitag, 21. Juni |
| - Gerlafingen: | Donnerstag, 27. Juni |

Zeit:

- 17:00 Uhr ca. 1.5 - 2h

Preis:

- Fr. 80.- / Fr. 20.- für Personen aus den Gemeinden der repla espaceSOLOTHURN

Anmeldung:

- www.e-bike-kurse.ch
-

Information & Anmeldung

Pro Senectute ist zuständig für alle Gemeinden im Kanton Solothurn

Kantonale Koordinationsstelle Alter und Geschäftsstelle

Öffnungszeiten Montag–Freitag, 8.00–11.00 und 14.00–16.00 Uhr

Alle Bezirke im Kanton Solothurn

Hauptbahnhofstrasse 12, 4500 Solothurn, 032 626 59 59

Regionale Pro Senectute Kontakt- und Fachstellen Alter

Öffnungszeiten Fachstellen Montag–Freitag, 8.00–11.00 Uhr

Nachmittags nach Vereinbarung

Bezirke: Solothurn / Wasseramt / Thal / Gäu / Teil-Lebern / Teil-Bucheggberg

Hauptbahnhofstrasse 12, 4500 Solothurn, 032 626 59 79

Bezirke: Grenchen / Teil-Lebern / Teil-Bucheggberg

Bettlachstrasse 8, 2540 Grenchen, 032 653 60 60

Bezirke: Olten / Gösgen

Jurastrasse 20, 4600 Olten, 062 287 10 20

Bezirke: Dorneck / Thierstein

Bodenackerstrasse 6, 4226 Breitenbach, 061 781 12 75

Pro Senectute Spitexbetrieb

Spitex Thierstein/Dorneckberg

Spitalstrasse 38, 4226 Breitenbach, 061 783 91 55, info@spitex-thdo.ch

Digitale Kontakte

info@so.prosenectute.ch / www.so.prosenectute.ch

Facebook / www.infosenior.ch



Das Zewo Gütesiegel für gemeinnützige Organisationen steht für uneigennützigem und zweckbestimmtem Umgang mit Spenden!

Pro Senectute Kanton Solothurn ist eine private Stiftung. Sie wird teilweise von staatlichen Geldern getragen, ist aber auch auf Ihre Spende angewiesen. PC-Spendenkonto 45-455-2