


Einladung für alle ab 60 Jahren zum ZÄMEGOLAUF in Derendingen
Mittwoch, 1. Oktober, Stammtisch, 10:30 Uhr im THARAD. Alle sind herzlich willkommen

09:00 Treffpunkt Parcour 08 gemütlich	Donnerstag, 2. Oktober Raiffeisenbank Affolterwald Ischlag 5,4 km ca. 1¼ Std	Begleitung: Rolf, Kurt Abschluss: Tharad
13:30 Uhr Treffpunkt Parcour 25 zügig lang Abkürzung	Montag, 6. Oktober Parkplatz Vitaparcour/ Waldegg Bogenbrücke – Biberist 8.8 km Bus Linie 2: Biberist Coop ca. ¾ Std	Begleitung: Monika, Martha Abschluss: Tharad ca. 2¼ Std
09:00 Treffpunkt Parcour 2 gemächlich	Donnerstag, 09. Oktober Parkplatz Vitaparcour/ Waldegg Bocciabahn 1.5 km ca. ½ Std.	Begleitung: Margret, Monika Abschluss: Tharad
Parcour 13 gemütlich	Montag, 13. Oktober Treffpunkt: 13:30 Uhr, Raiffeisenbank Subingen Neumatt 5,6 km ca. 1½ Std.	Begleitung: Kurt, Markus Abschluss: Tharad
Parcour mit Rollator	Treffpunkt: 14:00 Uhr, beim Tharad <u>Rollator:</u> je nach Witterung ca. 1 km ca. ¾ Std.	Begleitung: Rolf, Margret, Martha Abschluss: Tharad
09:00 Treffpunkt Parcour 10 gemütlich	Donnerstag, 16. Oktober Raiffeisenbank Rüeggmattacker 4,7 km ca. 1¼ Std	Begleitung: Rolf, Margret Abschluss: Tharad
13:30 Uhr Treffpunkt Parcour 32 zügig lang Abkürzung	Montag, 20. Oktober Raiffeisenbank Halten 9.1 km Bus Linie 1: Kriegstetten Dorfplatz ca. 1¼ Std.	Begleitung: Markus, Kurt Abschluss: Tharad ca. 2½ Std.
09:00 Treffpunkt Parcour 15 gemütlich	Donnerstag, 23. Oktober Raiffeisenbank TCS 3.2 km ca. ¾ Std.	Begleitung: Monika, Margret Abschluss: Tharad
13:30 Uhr Treffpunkt zügig lang	Montag, 27. Oktober Raiffeisenbank 3. Teil Grenzen von Derendingen 7 km ca. 1¾ Std.	Begleitung: Silvio, Martha Abschluss: Tharad
09:00 Treffpunkt Parcour 17 gemütlich	Donnerstag, 30. Oktober Parkplatz Vitaparcour/ Waldegg Emmenkanal – Kenova (Kebag) 4.4 km ca. 1¼ Std	Begleitung: Kurt, Rolf Abschluss: Tharad
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