

*aktiv*  
*Verein 60 plus*  
*Riggisberg*

# **Veranstaltungsprogramm**

## **2023**

## Veranstaltungsprogramm 2023; sportliche Aktivitäten

---

### Velofahren / E-Bikes

**Gruppenleiter Erich Helwin** (079 300 88 60)

Mi, 07. Juni 2023, 13.30 Uhr

Wyler - Helgisried - Rüeggisberg (Halt im Viva) - Gschneit - Hasli - Riggisberg, 2 ½ Std., 16 km, 300 Höhemeter (HM)

Mo, 26. Juni 2023, 13.30 Uhr

Längenberg - Zimmerwald - Wald - Niedermuhlern - Riggisberg, 2 Std., 25 km, 400 HM, unterwegs Einkehr

Do, 13. Juli 2023, 10.30 Uhr

Veloverlad mit Transporter; Fahrt nach Murten, Rund um den Murtensee, (evt. Mt. Vully), 2 Std., 30 km, 380 HM

Mi, 26. Juli 2023, 13.30 Uhr

Gschneit - Niederscherli - Oberried, Besuch + Führung im Swiss Bike Park - Riggisberg, 3½ Std., 41 km, 500 HM

Fr, 25. Aug. 2023, 13.30 Uhr

M'thurnen - Fronholz - Gibliz - HG Stand - Grebi - Mettlenegg - Wattenwil - Riggisberg, 3 Std., 36 km, 480 HM

### Wanderungen

**Gruppenleiter Urs Stoller** (079 341 04 80)

Do, 27. April 2023, 11.11 Uhr

Frühlingswanderung: Worb SBB - Trimstein - Gysenstein - Hürnberg - Konolfingen, ca. 4 Std., ↔ 9 km, ↑254 m ↓198 m

Do, 25. Mai 2023, 09.41 Uhr

Über den Frienisberg von Meikirch via Chutzen Aussichtsturm Grassenberg nach Seedorf, 4 Std., ↔ 10 km, ↑252 m ↓331 m

Di, 27. Juni 2023, 11.00 Uhr

Rundwanderung Ottenleuenbad: Horbüelpass - Cheesere - Pfyffe - Gäggersteg, 3¾ Std., ↔ 7,3 km, ↑↓ 234 m, mit PW's

Di, 22. Aug. 2023, 08.11 Uhr

Auf dem Weissenstein: Bergstation - Röti - Balmflue - Glatti Flue - Mittelstation, ca. 4 ½ Std., ↔ 7 km, ↑ 251 m ↓ 464 m (nur bei schönem Wetter)

Do, 21. Sept. 2023, 09.11 Uhr

Heiligenschwendi - Blueme - Tschingelallmi - Planetenweg - Säge - Schwanden, 4 ½ Std., ↔ 8 km, ↑270 m ↓368 m

Mo, 23. Okt. 2023, 12.30 Uhr

Durch den unteren Gurnigelwald: Gasgrabe - Chalti Hell - Seftigschwand - Bellevue, ca. 3½ Std., ↔ 8,7km, ↑↓ 215m

### Skifahren

**Gruppenleiter Heinz Hirter** (079 261 08 70)

Mo, 20. Februar 2023 \*

Grindelwald - Wengen - Männlichen - Grindelwald Grund die „grosse Runde“ Eigergletscher - Lauberhornabfahrt

Mo, 20. März 2023 \*

Mürren - Schilthorn: wir geniessen den letzten Pulverschnee am Gipfel und das Frühlingsskifahren im unteren Teil

Jeweilige Anfahrt an die Skiorte individuell im Privatauto

\* Das Datum kann wetterbedingt innerhalb der genannten Woche verschoben werden

Anmeldung beim jeweiligen Gruppenleiter erforderlich.  
Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

## Veranstaltungsprogramm 2023

---

Di, 14. Febr. 2023, 20.00 Uhr

**7. Hauptversammlung Verein 60 plus Riggisberg**  
mit anschliessendem Apéro; umrahmt wird der Abend mit Drehorgelmusik die uns Willy Moser präsentiert

Di, 13. Febr. 2024, 20.00 Uhr

**8. Hauptversammlung Verein 60 plus Riggisberg**

### Besichtigungen

Di, 18. April 2023, 12.41 Uhr

**Schutz Rettung Bern:** Betriebsführung der Berufsfeuerwehr (118) in Bern; 2-stündige Führung; mit öV unterwegs

Di, 23. Mai 2023, 11.41 Uhr

**Mit Volldampf zum Minigolf am Thunersee,** Schifffahrt nach Oberhofen; eine Minigolfpattie mit traumhafter Aussicht

Di, 12. Sept. 2023, 11.11 Uhr

**Führung durch die Freiburger Altstadt und** - was hat das Franziskanerkloster mit dem Namen Riggisberg zu tun; mit öV unterwegs; Rückkehr ca. 17.30 h über Heitenried

### Veranstaltungen

Di, 29. Aug. 2023, 19.00 Uhr

**Aus der Geschichte der Gemeinde Riggisberg**  
Vortrag von Ueli Eicher  
Ort: Aula Schulanlage Aebnit

Mi, 18. Okt. 2023, 14.00 Uhr

**«Sturzprävention»** Durch Training das Gleichgewicht fördern und so das Sturzrisiko vermindern  
Referentin: Frau Jacqueline Läderach, «Zwäg ins Alter»  
Ort: Aula Schulanlage Aebnit

Do, 09. Nov. 2023, 19.00 Uhr

**Reise in das «Gelobte Land»** Bilder und Geschichte/n aus Israel und Palästina  
Referent: Christoph Jungen  
Ort: Aula Schulanlage Aebnit

### **Kochen für Männer 60 plus**

Möchtest du einfache und schnelle Rezepte kennen und kochen lernen? Du wirst verschiedene Zubereitungsarten erlernen sowie Informationen rund ums Essen erhalten.

Leitung

Rosmarie Blatter, Gruppenleiterin  
Daniel Brönnimann, Koch

Anmeldung & Informationen

[kochen@60plusriggisberg.ch](mailto:kochen@60plusriggisberg.ch)

Daten 1. Semester 2023:

15. Februar, 15. März und 24. Mai



**Verein 60 plus  
Riggisberg**

**Jassen**

jeweils 1. Donnerstag im Monat  
14.00 -17.00 Uhr

**Gruppenleiter Christian Dähler** (031 809 07 83)

Restaurant Adler, Riggisberg  
(siehe [www.riggisberg.ch](http://www.riggisberg.ch) Veranstaltungen)

**Stamm Brunnen** alle 14 Tage,  
jeweils Sa-Vormittag, ab 10.30 Uhr

**Gruppenleiter Hans Böhlen** (031 809 04 08)

Restaurant Brunnen, Riggisberg  
(siehe [www.riggisberg.ch](http://www.riggisberg.ch) Veranstaltungen)

**Donnschtig Stamm**

jeden Donnerstag, 09.30 Uhr

**Gruppenleiterin Erika Stoller** (031 809 19 09)

Tea-Room Bäckerei Steiner, Riggisberg

**Schneeschuhwanderungen**

bieten wir im Dezember, Januar und Februar an  
Detailprogramme werden auf unserer Homepage  
publiziert (unter: Aktivitäten / Schneesport)

**Für die Besichtigungen / Veranstaltungen benötigen wir zwingend eine Anmeldung.  
Wir senden Euch per Mail / Post ca. 2 Wochen vor dem Anlass das entsprechende  
Anmeldeformular.**

Die detaillierten Programme aller Angebote findest Du auf  
unserer Webseite in der jeweiligen Rubrik.

**[www.60plusriggisberg.ch](http://www.60plusriggisberg.ch)**

oder

kontaktiere unsere Präsidentin.

Rosette Eicher • Zelgweg 10 • 3132 Riggisberg  
[rosette.eicher@60plusriggisberg.ch](mailto:rosette.eicher@60plusriggisberg.ch) • Tel. 031 809 02 01

Wir senden Euch die gewünschten Unterlagen gerne  
auch per Post zu.

Unsere Vereinsadresse lautet:

**Verein 60 plus Riggisberg • 3132 Riggisberg**