

## Unsere Wanderführer/-innen

1. Günter Gellfart      Tel: 04161 5 31 22  
                                    0170 7 75 04 59
2. Joachim Mieske      Tel: 04161 8 78 85  
                                    0172 88 59 416
3. Ilse Römmich        Tel: 04161 8 59 92
4. Uschi Kossenday     Tel: 04163 41 03
5. Renate Lehrling     Tel: 04161 8 72 42  
                                    0173 8 50 39 91
6. Siegfried Mau        Tel: 04161 8 51 49
7. Heinz Waschkus      Tel: 04161 8 11 63
8. Hildegard Sell        Tel: 04161 8 05 56
9. Hans Uwe Albrecht    Tel: 04141 60 97 30
10. Annette Kock        Tel: 04141 60 97 30
11. Efi Nowak            Tel: 04165 14 18
12. Karin Stobbe        Tel: 04165 63 47
13. Heike Fenske        Tel: 04165 97 15 13
14. Barbara Braasch     Tel: 04161 8 21 70
15. Uwe Hinrichsen     Tel: 04161 8 81 43

Vorsitzender Günter Gellfart, Gartenstraße 45  
21614 Buxtehude

Förderverein „Wanderabteilung der SG Buxtehude-Altkloster

Volksbank Buxtehude

IBAN DE 09 2419 1015 2003 8569 00

BIC GENODEF33DE

Ehrenwanderführer

Andreas Lohmann, Silke Scharpen

Manfred Ley, Rudolf Kramm

Helmut u. Ursel Steffens

Otto Schröter, Rudi Kühl

Siegfried Germerodt, Karl-Heinz Bahmann

## WANDERN

Wandern zählt zu den beliebtesten Sportarten. Es schont die Gelenke, stärkt das Herz-Kreislaufsystem und vieles mehr. Die Bewegung an der frischen Luft, interessante Wanderstrecken werden immer beliebter bei Jung und Alt.

### Wanderprogramm

Unser Jahreswanderangebot wird gemeinsam von allen Wanderführern zusammengestellt. Wenn möglich bieten wir jeweils sonntags in 14 täglichen Abständen eine Wanderung an, sowie monatlich in der Woche eine Kurzwanderung. In der kalten Jahreszeit ist eine Mittagskehr vorgesehen, während es in der warmen Zeit die Rucksackverpflegung gibt. Einzelheiten werden im umseitigen Jahresprogramm angezeigt.

### Wanderregion

Das Wanderwegenetz der Hansestadt Buxtehude „Auf den Spuren von Weidenröschen und Wachtelkönig“, nimmt einen breiten Raum in unserem Programm ein. Desweiteren wandern wir in den Regionen der Harburger Berge, dem Fischbecketal, dem Rosengarten und Stukenwald, sowie die Waldgebiete des Braaken und des Rüstler Forstes. Jahreszeitlich bedingt natürlich die Lüneburger Heide. Vermehrt die Region des Süderelbe raumes der Stadt Hamburg und weiteren interessanten Städten.

Höhepunkt ist die einwöchige Wanderreise zu beliebten Wanderregionen

### Wanderthemen

In unserem Programm werden überwiegend Rundwandertouren angeboten. Die Möglichkeit besteht mittags bereits aufzutören. Stadtwanderungen sind von dieser Möglichkeit ausgeschlossen. Die Fahrten zu den verschiedenen Ausgangspunkten erfolgen mit dem Auto in Fahrgemeinschaften, sowie mit S-Bahn und Metronom. Treffpunkt ist, wenn nicht anders im Programm aufgeführt, der Schafsmarkt in Buxtehude-Altkloster. Genauere Angaben stehen im Jahresprogramm.

### Wanderordnung

Aus Sicherheits- und Fürsorgegründen ist den Ansagen der Wanderführer Folge zu leisten. Jeder Teilnehmer sollte auf angepasste Oberbekleidung und Schuhwerk achten. Alle Teilnehmer sind durch die Sportversicherung abgesichert. Erst nach mehreren „Schnupperwanderungen“ bitten wir um Eintritt in die Wanderabteilung des TSV Buxtehude-Altkloster. Die Wanderführer führen Aufnahmeanträge mit. Eine Anmeldung zu unseren Wanderungen ist, Ausnahme bei Bahnfahrten, in der Regel nicht erforderlich.

# Wandern 2021



„Wir bewegen Buxtehude“

Das ist die Wanderabteilung  
der

SG Buxtehude Altkloster

Unser Programm!!!

Bewegung

Herz-Kreislauftraining

Geselligkeit

Zusammenhalt