

# Speermürli

14. Juni 2017

SAC Rhein S'Füchse

Hübsche, sehr abwechslungsreiche Bergwanderung auf einsamen Pfaden die zum Teil nicht mehr - oder noch nicht auf der Karte vermerkt sind.

Ausdauer, Fussgelenk- und Hüft-training inklusive. Zum Glück nicht noch wärmer für die je 800 Höhenmeter und 15 km Distanz.

Totalzeitbedarf ohne Sesselbahnfahrten 7 Stunden.

Zusammen mit Senioren der SAC Sektion Hoher Rohn.

Total 16 TeilnehmerInnen mit folgenden Silberfüchsen:

Sepp Geiger, Erika und Kurt Spirig, Irma Gall, Ruth Wüest, Alex Hautle, Ludwig Stierli, Kurt Grimm, Harald Grimme und Willi Streuli.



# Speermürli

14. Juni 2017

SAC Rhein S'Füchse





Und Tschüss...  
oder zum nachmache: