

---

*Skiklub Alpina Ruswil*



[www.skiklubalpina.ch](http://www.skiklubalpina.ch)

---

*Jahresprogramm 2018/2019*

---

***Bitte aufbewahren!***

Bäckerei • Konditorei • Confiserie



Sempach • Sempach Station • Neuenkirch  
Hellbühl • Ruswil • Wolhusen



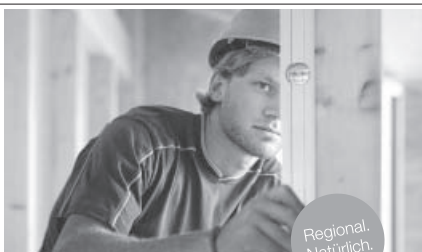
Stei Steurer • Bergführer

6017 Ruswil

stei@stei.li

+41 (0)79 606 89 13

[www.stei.li](http://www.stei.li)



Regional.  
Natürlich.

Holzbauer –  
mit Perspektiven.

**HAUPT**  
Holzbau und Fensterbau

Tradition. Emotion. Innovation. [www.haupt-ag.ch](http://www.haupt-ag.ch)

## Allgemeine Mitteilungen

### Versicherung

Jeder Teilnehmer sorgt für eine genügende Unfallversicherung. Der Klub lehnt bei Unfällen jede Haftung ab.

### Spezielle Anlässe

Für spezielle Anlässe werden jeweils ca. 2 Wochen vor dem Anlass separate Programme mit Detailinformationen versendet.

### Skitouren

*Ausrüstung:* Kopfschutz/Helm, Handschuhe, wetterfeste Kleidung, Sonnenbrille, Sonnenschutzcrème (hoher Schutzfaktor), Felle, Harscheisen, tadellose Tourenbindung, Schuhe (mit Profilsohlen), Lawinen-Verschütten-Suchgerät LVS, Lawinenschaufel und Lawinen-Sonde obligatorisch (beschränkte Mietmöglichkeit beim Klub via Heinz Lütolf, [info@skiklubalpina.ch](mailto:info@skiklubalpina.ch)).

*Bekanntmachung betreffend Durchführung der Touren:* Über die Touren werden die aktiven Tourengänger gem. spez. Verteiler via E-Mail ca. 3-4 Tage vor der Tour durch die Tourenleiter informiert.

*Leitung:* Alle Touren werden von ausgebildeten Leitern durchgeführt. Der Skiklub legt grossen Wert auf die Aus- und Weiterbildung der Tourenleiter.  
*Anmeldung:* Nach Bekanntmachung bis spätestens **2 Tage vor der Tour** an den entsprechenden Tourenleiter.

*Besammlungsort:* **Landi, Wolhuserstrasse 10, Ruswil**, oder nach Absprache mit Tourenleiter

### Langlauf und Schneeschuhwanderungen

*Ausrüstung:* Geeignete Bekleidung und Ausrüstung. Für Schneeschuhläufer inkl. LVS und Lawinenschaufel

*Anmeldung:* Am Vortag beim zuständigen Leiter gemäss Verzeichnis  
*Besammlungsort:* **Landi, Wolhuserstrasse 10, Ruswil**

### Programm ZSSV

Das Schnee- und Bergsport-Programm des Zentralschweizer Schneesportverbandes ZSSV (Ski- und Hochtouren-, Eis- und Kletterkurse, Langlauf und Alpin) ist unter der Rubrik Breitensport auf [www.zssv.ch](http://www.zssv.ch) verfügbar.



# Wir wünschen allen Mitgliedern erlebnisreiche Tage im Schnee

Ihr Spezialist für alle Versicherungs- und Vorsorgefragen

AXA, Hauptagentur Guido Limacher  
Hellbühlerstrasse 12  
6017 Ruswil  
Telefon 041 495 10 30  
AXA.ch/ruswil



**FITNESS CONNECTION**  
Wolhusen

*fuehdichgut.ch*

GESUNDHEIT LESTUNG  
 MASSAGEN PHYSIOTHERAPIE  
 GROUP FITNESS  
 ERNÄHRUNG ANALYSEN  
 PPA/PA PERSONAL TRAINING  
 FUNCTIONAL CROSSFIT  
 COACHING BILDUNG

## Jahresprogramm 2018/19

### Legende

S	Skitouren	<b>Anmeldung</b>	siehe Leiterverzeichnis mit Telefonnummern Seite 11		
L	Langlauf				
F	Fitness (Wanderungen, Schneeschuhtouren, Biking, Nordic Walking)				

### Technische Anforderungen (TA) bei Skitouren

*	leichte bis wenig schwierige Tour (z.B. L, WS)
**	mittelschwierige Tour (z.B. ZS)
***	schwierige Tour (z.B. S, SS)

Datum	Was	Beschreibung	TA	Zeit	Aufstieg	Anmeldung
-------	-----	--------------	----	------	----------	-----------

### Oktober 2018

Ab 16.	F+L	Jeden Dienstag Walking ab Marktplatz		09.00		MO
Ab 18.	FLS	Jeden Donnerstag Krafttraining Bärenmatt		18.45		LL

### November 2018

Sa, 10.		Generalversammlung				Nein
So, 11.	S	Saisoneröffnungstour	*	8.00	3 h	HL

### Dezember 2018

1./2.	L	ZSSV Langlaufkurs, Obergoms				KM
So, 2.	S	Pazolastock (2'740 m) ab Oberalppass	*	7.00	3 h	GS
Sa, 8.	F	Schneeschuhtour		9.00	3 h	VK
Sa, 8.	L	Langlaufschnupperkurs Eigenthal		10.00	1 ½ h	BA
So, 9.	S	Einsteigertour Mändli (2'060 m) ab Giswil	*	8.00	2 ½ h	HL
Sa, 15.	L	Langlaufschnupperkurs Eigenthal (Fortsetzung)		10.00	1 ½ h	BA
So, 16.	S	Einsteigertour im Entlebuch	*	8.00	3 h	AH
So, 16.	F	Schneeschuhtour		9.00	3 h	JM
Sa, 22.	S	Einsteigertour Hagelstock (2'181 m)		8.00	2 h	DU
Sa, 22.	L	Langlaufschnupperkurs Eigenthal (Fortsetzung)		10.00	1 ½ h	BA
Mi, 26.	S	Buochserhorn (1'806 m) ab Beckenried	*	8.00	2 ½ h	TP
Do, 27.	F	Schneeschuhtour		8.30	4 h	FZE

Datum	Was	Beschreibung	TA	Zeit	Aufstieg	Anmeldung
-------	-----	--------------	----	------	----------	-----------

### Januar 2019

Mi, 2.	F	Schneeschuhtour		9.00	3 h	RB
Mi, 2.	S	Pizzo Centrale (2'999 m) ab Andermatt	**	7.00	3 h	TP
Sa, 5.		Schüler Ski- und Snowboardschule		7.45		MK
So, 6.	S	Spirstock (1'771 m) ab Illgau	*	07.00	3 h	TP
Sa, 12.		Schüler Ski- und Snowboardschule		7.45		MK
Sa, 12.	F	Schneeschuhtour		9.00	3 h	JO
So, 13.		Wissberg (2'627 m) ab Engelberg/Fürenalp	**	7.30	2 ½ h	RH
12./13.	S	Lawinenkurs ZSSV Brisengebiet		Spez. Progr.		ZSSV
Sa, 19.		Schüler Ski- und Snowboardschule		7.45		MK
So, 20.	S	Ausbildungstour für Ski- und Schneeschuhläufer	*	Spez. Progr.		LU/JM
So, 27.	S	Schnierehreli (2'069 m) ab Kemmeribodenbad	*	7.00	3 ½ h	AH

### Februar 2019

Sa, 2.	S/F	Bannalper Rundtour	*	7.00	3 ½ h	BS
Sa, 9.	F	Schneeschuhtour mit Fondue		Spez. Progr.		EK/JM
Sa, 9.	S	Tälligrat (2'748 m) ab Realp	*	6.30	4 h	DU
Sa, 16.	S/F	Velo-Skitour: Schimbrig (1'815) human powered	*	07.00	6 h	LU
So, 17.	S	Familienskitour	*	8.00	2 ½ h	BM
17.-20.	F	Schneeschuh-Wanderungen im Val Lumnezia		Spez. Progr.		VK/JM/JO
Mo, 18.	S	Vollmondtour	*	18.00	3 h	HL
23./24.	S	Tourenweekend Hohgant	*	Spez. Progr.		AH
23./24.	L	Gommerlauf (www.gommerlauf.ch)				KM

### März 2019

2./3.	S	Glärnisch-Weekend	**(*)	Spez. Progr.		LU
Sa, 2.	F	Schneeschuhtour		8.00	3 ½ h	JO
Sa, 9.	S	Stucklistock (3'313 m) ab Meiental	***	4.30	5 ½ h	RH
So, 10.	L	Engadiner Skimarathon		20.00		KM
Do, 14.	F+L	Abschlusshöck Krafttraining				KM
Sa, 16.	S	Winterhorn (2'661 m) ab Hospenthal	*	6.30	4 h	BS

Datum	Was	Beschreibung	TA	Zeit	Aufstieg	Anmeldung
-------	-----	--------------	----	------	----------	-----------

Sa, 23.	S	Gärstenhorn (3'172 m) ab Handegg	**	5.30	5 h	TP
Sa, 30.	S	Vormittagstour	**	5.00	3 ½ h	AH

### April 2019

Sa, 6.	S	Chüebodenhorn (3'070 m) ab Al Acqua	**	4.30	4 ½ h	DU
8.-13.	S	Tourenwoche mit Stei	***	Spez. Progr.		RS
Mo, 22.	S	Ostermontagstour: Uratstock (2'911 m) ab Steingletscher	**	4.30	3 ½ h	BS
27./28.	S	Tourenweekend Doldenhorn		Spez. Progr.		GS

### Mai 2019

So, 5.	S	Lochberg (3'074 m ab Göschenalp	**	4.30	4 h	AH
So, 12.	S	Gross Schärhorn (3'295 m)	***	3.30	5 h	GS
Sa, 18.	S	Piz Lucendro (2'963 m) ab Gotthardpass	**	4.00	4 h	BS
Sa, 25.	S	Sustenhorn (3'503 m) ab Steingletscher	***	3.30	5 h	RH
30.-2.6.	S	Grand Combin (4'314 m), Auffahrtswochenende mit Stei		Spez. Progr.		RS

### Juni 2019

So, 23.	F	Biketour (Anmeldung bis Vorabend)		8.00		BM
Sa, 29.	F	Klettersteig in Engelberg mit ZSSV		Spez. Progr.		ZSSV

### August 2019

Di, 6.		Klettertechnik am Fels, Klewenalp		Spez. Progr.		ZSSV
24./25.		Familienklettern Göschenalp		Spez. Progr.		BS
31./1.9.		Sommerhohtouren-Weekend		Spez. Progr.		RH

### September 2019

So, 8.	FLS	Wander- u. Bike-Event für Jung und Junggebliebene		Spez. Progr.		TS
So, 29	F	Gratwanderung		Spez. Progr.		BT

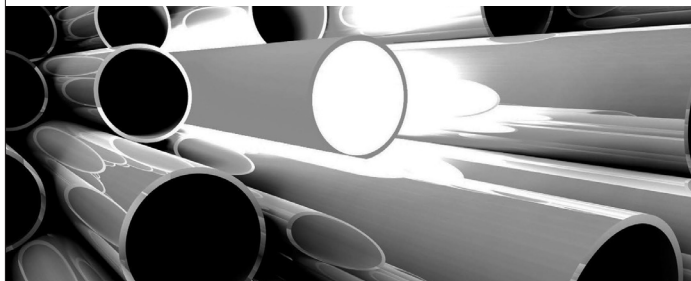
### November 2019

Sa, 9.		Generalversammlung				Nein
So, 10.	S	Saisoneroöffnungstour	*	8.00	3 h	HL

www.wandeler-ag.ch

sanitär heizung klima schlosserei

wandeler 



**Engagiert,  
vertraut,  
persönlich**

**Urs Renggli**  
Zweigstellenleiter Ruswil



*Meine Bank*

 **Luzerner  
Kantonbank**

## Bergwandern 60+

12.12.	Rundwanderung Ruswil	13,9 km / 3,75 h	T1	RB
09.01.	Schneeschuhtour Finsterwald - Gfellen, inkl. Fondue-Essen	6,3 km / 2,75 h	WT1	RB
23.01.	Schneeschuhtour Haldi ob Schattdorf	6,9 km / 3,50 h	WT1	JO
13.02.	Schneeschuhtour Stockhütte «Um den Klewenstock» Alternativ Winterwanderung «Um den Klewenstock»	8,5 km / 4,00 h 8,5 km / 3,50 h	WT1	AD
27.02.	Schneeschuhtour Bodenhütte - Schlund	8,2 km / 4,00 h	WT1	AR
13.03.	Cham - Frauenthal - Obfelden	14,9 km / 4,00 h	T1	AD
27.03.	Weg der Wasserfälle	11,6 km / 3,50 h	T1	JO
10.04.	Linde von Linn	15,9 km / 4,25 h	T1	AR
24.04.	Vom Landesender zur Schlachtkapelle	14,4 km / 4,00 h	T1	AD
08.05.	Über die Fritzenfluh	12,7 km / 4,00 h	T2	AR
22.05.	Stansstad-Bürgenstock-Ennetbürgen (3. Et.: Themenwanderung)	10,7 km / 4,25 h	T2	JO
12.06.	Eriz - Grünenberg - Eriz	12,2 km / 4,50 h	T2	AR
26.06.	Fürenalp	9,6 km / 4,25 h	T2	MB
10.07.	Piansecco - Hütte	14,5 km / 4,25 h	T2	RB
24.07.	Zu Fuss auf die Lauberhornabfahrt	8,0 km / 4,00 h	T2	AR
14.08.	Albert - Heim - Hütte	9,0 km / 3,50 h	T2	AD
28.08.	Sidelhorn	8,3 km / 4,00 h	T2/T3	JO
11.09.	Rossweid - Briener Rothorn	5,7 km / 3,50 h	T2/T3	AD
25.09.	Langnau i.E. - Eggwil	12,2 km / 4,00 h	T1	MB
09.10.	Beckenried - Seelisberg - Rütli (4. Etappe: Themenwanderung)	12,5 km / 4,25 h	T2	JO
23.10.	St. Imier - Les Breuleux	11,0 km / 3,50 h	T1	RB
13.11.	Aaschlucht Erlebnisweg	9,0 km / 2,75 h	T1	MB
27.11.	Sursee - Bad Knutwil - Büron (mit Besichtigung Mineralquelle und Abschlussessen)	10,5 km / 2,50 h	T1	AR

Legende T1: Wandern; T2: Bergwandern; T3: anspruchsvolles Bergwandern; WT1:  
leichte Schneeschuhwanderung; WT2: Schneeschuhwanderung; WT3:  
anspruchsvolle Schneeschuhwanderung

Anmeldung jeweils bis am Sonntagabend beim Wanderleiter gemäss Programm:

<b>Ruedi Birrer (RB)</b>	041 495 16 93	rudolf.birrer@datazug.ch
<b>Annarös Distel (AD)</b>	078 761 59 69	adistel@bluewin.ch
<b>Sepp Oberholzer (JO)</b>	41 495 22 45	oberholzer.sepp@gmx.ch
<b>Albin Rötheli (AR)</b>	041 922 01 56	bergwandern60plus@bluewin.ch

Am Dienstagnachmittag wird per E-Mail über die Durchführung orientiert.  
Programmänderungen bleiben vorbehalten.

Nähere Informationen sind auch zu finden unter [www.skilubalpina.ch](http://www.skilubalpina.ch)



Unsere aktuellen **Tagesfahrten**  
und **Reisen** finden Sie unter  
[www.zurkirchen-reisen.ch](http://www.zurkirchen-reisen.ch)



### Carreisen + Kleinbusvermietung

Zurkirchen Reisen GmbH  
Neumühlestrasse 7  
6102 Malters  
Tel. 041 497 23 13  
Fax 041 497 42 13  
[info@zurkirchen-reisen.ch](mailto:info@zurkirchen-reisen.ch)

- Firmenausflüge
- Hochzeitsfahrten
- Sportreisen
- Transfers
- Vereinsausflüge
- Rundreisen

FÜÜRWEHR



FAM. FELDER-WINDLIN  
DORFPLATZ RUSWIL  
TELEFON 041- 495 12 43

Die beliebtesten  
Gaststätten in  
Ruswil



☎ 041 - 495 13 07  
Familie Felder-Windlin

## Vorstand

Heinz Lütolf	Präsident	041 310 07 38
Freddy Theiler	Vize / Kommunikation	041 928 18 79
Barbara Tschopp (BA)	Aktuarin	041 467 32 21
Franz Schöpfer	Kassier	079 663 21 43
Roland Stadelmann (RS)	Tourenchef	041 790 07 01
Marianne Klaus (MK)	Alpinchefin	076 577 50 97

## Touren- und Langlaufleiter

André Hegglin	AH	079 176 10 87
Beat Ming	BM	041 495 29 77
Benno Schumacher	BS	041 495 34 51
Bruno Schwarzentruher	BT	076 528 98 94
David Ulrich	DU	078 808 85 78
Edy Keller	EK	041 495 11 59
Franz Zemp	FZe	041 486 11 54
Gregor Stöckli	GS	079 486 77 21
Heinz Lütolf	HL	079 343 04 72
Josef Müller	JM	041 921 20 86
Josef Oberholzer	JO	041 495 22 45
Kurt Müller	KM	078 824 15 24
Lukas Lengwiler	LL	041 495 24 70
Lukas Ulrich	LU	079 239 83 28
Marianne Oberholzer	MO	041 495 22 45
Rainer Helfenstein	RH	079 816 29 16
Ruedi Birrer	RB	041 495 16 93
Tamara Schöpfer	TS	041 480 04 06
Thomas Pfister	TP	041 460 08 85
Vreny Kopp	VK	041 495 26 38

### Kontaktadresse Skiklub:

Skiklub Alpina Ruswil, 6017 Ruswil, [info@skiklubalpina.ch](mailto:info@skiklubalpina.ch)

# WINTERSPORT



- > Tourenski Atomic, Salomon, Vökl inkl. Fritschi oder Kingpin Bindung
- > Touren-Wander-Rucksäcke (Tatonka, Deuter)
- > Touren-Wander-Stöcke (Leki, Komperdell)
- > Schneeschaukeln, Lawinensonden, LVS
- > Gamaschen, Skihaffelle & Zubehör
- > Schneeschuhe (TSL, MSR)



**Günstiger Ski- und Snowboard-Service**

**Tages-, Wochen-, Saison-Vermietung**

**Miet- und Servicepreise unter**

**[www.keller-ruswil.ch](http://www.keller-ruswil.ch)**

# Keller

**Keller Sport Ruswil**

**Telefon 041 495 11 92**

**email [keller-ruswil@bluewin.ch](mailto:keller-ruswil@bluewin.ch)**

**Mitglieder erhalten  
10 % Rabatt  
ausser Netto-Artikel**