

15. Seniorenblatt

Mai - Juli 2021

Liebe Mitbürgerinnen,
liebe Mitbürger,



Der zweite Corona-Sommer zieht ins Land. Wir können uns nach wie vor, nur im kleinen Kreis unserer Familien oder Freunde treffen; Veranstaltungen gibt es noch keine und das Vereinsleben in Ried und seinen Ortsteilen, wird bis in den Herbst hinein, im Zeitlupen-Tempo, Fahrt aufnehmen. Wir alle sehnen uns nach Gemeinschaft und Kontakten, doch leider müssen wir noch eine Zeitlang aushalten.

Seniorinnen und Senioren können sich im Corona-Schnelltest-Zentrum in Ried, an drei Tagen in der Woche, **ohne Termin** testen lassen (Kleinere Wartezeiten sind möglich).

Öffnungszeiten Testzentrum Rathaustrnhalle:
MI 18 - 21 Uhr,
FR 17:30 - 19 Uhr,
SA 15 - 19 Uhr .

Sofern es die Regelungen erlauben, sind für die nächste drei Monate einige Veranstaltungen geplant und hoffentlich möglich.

Wenn die Inzidenz-Zahlen es nicht zulassen, findet keine Veranstaltung statt.

In diesem Blatt gibt es wieder Informatives, Neues, Rätselhaftes und die (hoffentlich!) nächsten Termine.

Viel Spaß beim Lesen!

Unser Seniorenbeauftragter Franz-Josef Mayer bittet Sie im Anschluss um Ihre Hilfe, für das Projekt Höglwald.

Ich wünsche Ihnen eine gute Zeit, bleiben Sie gesund, achten Sie auf sich und Ihre Mitmenschen und behalten Sie Ihre Zuversicht!

Claudia Bordon-Vieler
-Kämmerin der Gemeinde Ried -
Tel: 08233/78991-20
Mobil. 0173-87 29 509



Sehr geehrte Seniorinnen
und Senioren,

bald ist es so weit. Die Planungen für den Walderlebnispfad Höglwald sind abgeschlossen.

Ab Sommer soll der Walderlebnispfad für alle Bürgerinnen und Bürger da sein. Gerade Sie als Seniorinnen und Senioren sollen sich dort an dem schönen Wald freuen, die gute Luft und die schöne Natur genießen können. Vielleicht wollen auch Sie, zusammen mit ihren Enkeln, den Wald erkunden und über ihre Walderlebnisse berichten. Sobald die Zustimmung für das Förderprogramm LEADER eingeht, kann's los gehen. Auf einem Rundweg von knapp zwei Kilometern, wird es an neun Stationen Informationen zum Thema „Wald“ geben.

Gerne würden wir zusätzlich die Geschichte des Höglwalds mit Bildern, alten Karten oder Briefen aus vergangenen Zeiten dokumentieren. Daher unser Aufruf:

Haben Sie noch alte Bilder im Album, Karten oder Dokumente vom Höglwald?

Wir freuen uns, wenn Sie uns diese Unterlagen zur Verfügung stellen könnten. Melden Sie sich bei Archivbetreuer Josef Jörg (08202 / 654) oder bei mir (08233 / 846743). Wir würden die Bilder digital scannen, sodass Sie die Originale rasch wieder zurückerhalten. Prima wäre es, wenn wir bis zum **31. Mai** eine Rückmeldung von Ihnen hätten.

Die so kopierten Bilder können künftig, in einem kleinen Flyer, die Besucher des Pfads informieren oder auf der Internetseite des Walderlebnispfad verwendet werden und auch in unserem Archiv der Gemeinde Platz finden.

Ich habe selbst einige Bilder und würde mich sehr freuen, wenn weitere die Geschichte dieses besonders interessanten Waldes noch mehr erlebbar machen.

Viele Grüße, Ihr
Dr. Franz-Josef Mayer
-Seniorenbeauftragter der
Gemeinde Ried-



Wann?	Wo?	Was?
Mittwoch 19.Mai, 10 Uhr	Sirchenried Feuerwehrhaus 	Lese-Wanderung Dauer ca. 1,5 Std., Getränk mitnehmen!
Montag 07.Juni, 9:30 Uhr	Sportplatz Ried	TaiChi unter freiem Himmel mit Trainerin Irina Schenker
Montag 14.Juni, 9:30 Uhr	Sportplatz Ried	TaiChi unter freiem Himmel mit Trainerin Irina Schenker
Freitag 18.Juni, 16 Uhr	Kirchplatz in Ried	Boule-Kennenlern-Runde
Montag 21.Juni, 9:30 Uhr	Sportplatz Ried	TaiChi unter freiem Himmel mit Trainerin Irina Schenker
Mittwoch 23.Juni, 14:30 Uhr	Voraussichtlich Bürgerhaus Eismannsberg 	„Denk Dich fit“ 1 mit Gedächtnistrainerin Hedwig Hagg
Montag 28.Juni, 9:30 Uhr	Sportplatz Ried	TaiChi unter freiem Himmel mit Trainerin Irina Schenker
Dienstag 29.Juni, 9:30 Uhr	Zillenberg Feuerwehrhaus	Lese-Wanderung Dauer ca. 1,5 Std., Getränk mitnehmen!
Mittwoch 30.Juni, 14:30 Uhr	Voraussichtlich Bürgerhaus Eismannsberg	„Denk Dich fit“ 2 mit Gedächtnistrainerin Hedwig Hagg
Montag 05.Juli, 9:30 Uhr	Sportplatz Ried	TaiChi unter freiem Himmel mit Trainerin Irina Schenker
Mittwoch 07.Juli, 14:30 Uhr	Voraussichtlich Bürgerhaus Eismannsberg	„Denk Dich fit“ 3 mit Gedächtnistrainerin Hedwig Hagg
Mittwoch 14.Juli, 14:30 Uhr	Voraussichtlich Bürgerhaus Eismannsberg	„Denk Dich fit“ 4 mit Gedächtnistrainerin Hedwig Hagg
Mittwoch 21. Juli, 10 Uhr	Rathaus-Turnhalle	Informationsveranstaltung Thema: Betreuungs-/Vorsorgevollmacht mit Generationenberater Günter Heider
Freitag 23.Juli, 14:30 Uhr	Gaststätte Hörmannsberg im Garten	Offenes Singen im Freien 
Mittwoch 28.Juli, 14:30 Uhr	Voraussichtlich Bürgerhaus Eismannsberg	„Denk Dich fit“ 5 mit Gedächtnistrainerin Hedwig Hagg

Nicht vergessen:

Wir haben ein **Außen-Schach** beim EDEKA-Markt. Das „Schachspiel im Freien“ kann von jedermann aufgebaut und gespielt werden. **Sagen Sie es weiter!** Nutzen Sie bei schönem Wetter das Angebot.

Quartierskonzept:

Dieses Projekt wird aus Mitteln des Bayerischen Staatsministerium für Arbeit und Soziales, Familie und Integration gefördert.



Änderungen vorbehalten!
Bitte beachten Sie: Falls die Bundesregierung wieder **Corona-bedingte Einschränkungen** beschließt, werden selbstverständlich auch unsere geplanten Veranstaltungen abgesagt!
Das Senior*innenblatt können Sie auch auf unserer Internetseite abrufen:
www@gemeinde-ried.de / Bildung&Soziales / Seniorenarbeit



Bayerisches Staatsministerium für
Arbeit und Soziales, Familie und Integration

// Zukunftsministerium
Was Menschen berührt.

Boule-Spiel ist eröffnet!

In **Baindlkirch**, am eigens dafür geschaffenen Platz, können sich Boule-Begeisterte einfinden, um ein paar Runden zu spielen. Die Bahnen sind für alle zugänglich.

Neu: In **Ried**, auf dem Kirchvorplatz kann zukünftig **Freitag's ab 16 Uhr**, regelmäßig auf dem dortigen Splitt-Platz, ein Boulespiel stattfinden. Zum Kennenlernetag, im Juni, hoffen wir auf Ihr Interesse. *(falls um diese Uhrzeit mal ein außergewöhnlicher Gottesdienst stattfinden würde, bittet Herr Pfarrer Brandstetter um Aussetzen des Spieles)*

Boulekugeln zum Ausleihen sind vorhanden. Die Senioren, die inzwischen regelmäßig spielen, haben meist ihre eigenen Kugeln dabei.

Hier nochmal eine Spiel-Kurzbeschreibung:

Ein Spieler der beginnenden Mannschaft darf seine erste Kugel werfen. Ziel ist es dabei, diese Kugel möglichst nah an der Zielkugel, dem „Schweinchen“ zu platzieren.

Alle andere müssen ebenfalls versuchen so nahe wie möglich, an die Zielkugel zu gelangen – oder vielleicht sogar einen gefährlichen Gegner weg zu kicken! Je näher man am „Schweinchen“ liegt, desto mehr Punkte gibt es. Viel Spaß!



Gymnastik im Sitzen



Elke Bühler und Andrea Giggenbach würden sich sehr freuen, endlich wieder aktiv werden zu dürfen! Jeden Donnerstags um 9:30 Uhr in der Rathaus-Turnhalle. Hoffen wir darauf, dass der erste Termin im Juni wieder möglich ist.

„Denk Dich fit“

Alle, die lange geistig fit bleiben wollen, die denkflexibel sind und das auch bleiben möchten, haben an 5 Tagen die Möglichkeit zu einem Ganzheitlichen Gedächtnistraining. Frau Hedwig Haag ist Gedächtnistrainerin und gestaltet diese Tage mit Fantasie und Kreativität. Pro Stunde gibt es einen Unkostenbeitrag von 1 €. Bitte mitbringen!



Offenes Singen im Freien

Hoffentlich spielt das Wetter mit und wir dürfen uns mal wieder, auf ein paar Lieder und Musikeinlagen freuen! Bitte bringen Sie Ihr Rieder Liederheft mit.

Wanderung

...durch unsere schöne Region, machen jedes Mal großen Spaß. Bitte denken Sie daran, ein Getränk mitzunehmen! (Die Wanderungen finden bei Regen nicht statt)

TaiChi – für Senior*Innen



Vielleicht haben Sie diese Art der Bewegung schon mal gesehen: Menschen in einem Park, die sich wie in Zeitlupe bewegen. Das ist TaiChi. „In der Ruhe liegt die Kraft“, heißt schon ein altes Sprichwort. In diesen Bewegungsübungen gibt es wenig Schnelligkeitsübungen. Die Atmung ist im Einklang mit den Bewegungen und Energie soll durch den ganzen Körper fließen. Wer nicht alleine trainieren will, schnappt sich seinen Partner, Freund oder Freundin und kommt zum TaiChi-Treffen.

Angeleitet werden die Übungen von Frau Irina Schenker. Sie ist ausgebildete TaiChi- und Qigong-Lehrerin, deren Leistungen von den gesetzlichen Krankenkassen zertifiziert sind.

Dauer der TaiChi-Trainingseinheit: ca. 30 Minuten und die **Teilnahme ist kostenlos**.

Schön wäre es, wenn sich nach den 5 „Schnupperkursen“ genügend Interessenten finden und diese Art der Bewegung an frischer Luft, ein fester Bestandteil von Sommer bis Herbst wird.

Falls an den angedachten Montagen das Wetter schlecht ist und die Übungen nicht im Freien stattfinden können, steht ein überdachter Platz am Sportgelände zur Verfügung.

Falls an den angedachten Montagen das Wetter schlecht ist und die Übungen nicht im Freien stattfinden können, steht ein überdachter Platz am Sportgelände zur Verfügung.

Betreuungs- und Vorsorgevollmacht

Braucht man das überhaupt?

Im Notfall ist nicht immer automatisch der Ehepartner, oder nahe Angehörige ein Vertreter der eigenen Interessen. Oftmals ist dies nicht geklärt. Dann muss ein gesetzlicher Betreuer bestimmt werden.

Generationenberater Günter Heider erläutert am 21. Juli die Notwendigkeit und steht Ihnen anschließend für Ihre Fragen zur Verfügung.

Personalausweis

Bitte achten Sie darauf, dass **Ihr Ausweis gültig ist**. Verschiedene Förderungen (wie z.B. Landespflegegeld), setzen einen gültigen Personalausweis voraus.

Wer allerdings aus gesundheitlichen Gründen nicht in der Lage ist, einen neuen Ausweis zu beantragen (*Lichtbild erforderlich, Termin bei der Gemeindeverwaltung unumgänglich*) hat die Möglichkeit sich von der Ausweispflicht befreien zu lassen. Informationen dazu erteilt Ihnen gerne das **Einwohnermeldeamt** der Gemeinde Ried. Tel. **08233-78991-13**

Wenn Sie schnelle Hilfe und Unterstützung in einem Pflegefall benötigen:

- **Seniorenberatung und Fachstelle für pflegende Angehörige**
des Landratsamtes Aichach-Friedberg, Frau Ina Albes, Telefon: **08251 - 87 22 33**,
Büro in Mering (ehem. Krankenhaus) vormittags besetzt
- **Sozialstation Mering, Pflegedienst/ambulante Pflege in Mering**
Frau Iris Schlosser & Team, Telefon: **08233- 9 22 88**
- **„Schönes Leben“ Ambulante Pflege Kissing**
Frau Anja Reichert, Telefon: **08233-79 321 09**
- **Haben Sie Fragen zum Schwerbehinderten-Ausweis/Parkausweis?**
Frau Mareike Wasiak (Caritasverband AIC-FDB e.V.) berät sie gerne! **0821 - 21 70 24 36**
- **Telefonseelsorge: 0821/34 99 844 oder 0800-111 0222**

Notruf 112

Schlaganfall sofort erkennen Der **SALZ** -Test



S

Sprache

Bitten Sie die Person einen einfachen Satz klar und deutlich zu sprechen. Die Sprache sollte deutlich und nicht verwaschen klingen.

A

Arme

Bitten Sie die Person gleichzeitig beide Arme nach vorne zu heben, Handflächen nach oben. Bei einer Lähmung kann ein Arm nicht angehoben werden, bzw., sinkt herab.

L

Lächeln

Bitten Sie die Person zu lächeln. Das Gesicht verzieht sich bei einer Lähmung einseitig.

Z

Zunge

Bitten Sie die Person, die Zunge rauszustrecken. Bei einer Lähmung krümmt oder windet sich die Zunge.

Tritt eines der Symptome auf, sofort den Notruf wählen

Defibrillator

Ein Defibrillator ist ein Gerät, das als Sofortmaßnahme bei lebensbedrohlichen Herzrhythmusstörungen, über Elektroden Stromstöße abgibt, um den gestörten Herzrhythmus wieder in den natürlichen Takt zu bringen.

Hier eine Information darüber, wo, in welchen Ortsteilen sogenannte „Defi´s“ angebracht sind:

<u>Eismannsberg:</u>	Feuerwehrhaus
<u>Hörmannsberg:</u>	Feuerwehrhaus – zwischen den Garagen -
<u>Zillenberg:</u>	Feuerwehrhaus
<u>Sirchenried:</u>	- nein -
<u>Ried:</u>	Gemeindeverwaltung; Raiffeisenbank; Schule
<u>Baindlkirch</u>	- nein -



In Baindlkirch sind ausgebildete Ersthelfer (First Responder) und ein Arzt, sehr schnell vor Ort.

Notruf 112

Diese Defibrillatoren sind speziell darauf ausgelegt, von Laien, ohne Erfahrung, angewendet zu werden. Nach dem Einschalten des Gerätes, erfolgt automatisch eine Anweisung. Lassen Sie sich durch die Animation leiten.

Sie können bei der gestützten Reanimation keinen Fehler machen!



„Gemeinde Tandem“ für Ried

Projekt: „Wind um die Nase“



Eine willkommene Abwechslung für Senioren – insbesondere in dieser Corona Zeit - bietet diese neue Errungenschaft!

Treffen im Freien – mit Abstand – sind möglich und damit auch der Spaß nicht zu kurz kommt, können Sie sich, mit Zustimmung des Gemeinderates 😊, den „WIND UM DIE NASE“ wehen lassen!

Wer „schlecht zu Fuß“ ist, hat oftmals wenig Alternativen für sportliche Aktivitäten im Freien. Das Fahrradfahren ist eine davon und viele von Ihnen, haben mit ihrem Fahrrad, oder E-Bike, unsere schönen Radwege schon oft abgefahren. Luft tanken, Atemwege und Lunge trainieren, die Gegend erkunden und sich dabei bewegen. Das ist ein Stück Lebensqualität!

- Was ist aber, wenn man gerne noch radeln würde, sich auf nicht mehr **ganz so sicher** fühlt?
- Was ist, wenn der Partner/die Partnerin **gehandicapt** ist und man leider nur alleine fahren kann?
- Vielleicht brauchen Sie Unterstützung, weil Sie es **alleine nicht mehr so gut** schaffen?
- Oder würden Sie sich freuen, wenn Sie **zusammen mit Verwandten/Freund*In** eine Ausfahrt genießen könnten?
- Wie schön wäre es, wenn sich jemand in Ihrem Umfeld bereit erklärt, **eine begleitete Fahrradtour** mit Ihnen zu machen!

Wir bieten Ihnen eine Möglichkeit, zu zweit durch unsere wunderschöne Landschaft zu fahren und sich dabei auch noch gelenkschonend zu betätigen: **Ein Duo-Tandem-E-Bike**. Dieses Tandem-Fahrrad bietet die Möglichkeit, nebeneinandersitzend einen Fahrradausflug zu machen.

Ein ideales Gefährt mit 3 Rädern, stabil und robust. Es hat einen drehbaren Sitz, ist barrierefrei im Einstieg, mit Armelehnen, Gurt breiten Pedalen und Rückspiegel. Der Beifahrer kann mittreten und sich körperlich betätigen – muss aber nicht. Der „Hauptfahrer“ tritt, lenkt und bedient das E-Bike.

Gerade in dieser schwierigen Corona-Zeit, wo man sich vorzugsweise im Freien treffen sollte, bietet dieses Zweisitzer-

Fahrrad viel Möglichkeit für gemeinsamen Spaß und ein Fahrerlebnis der besonderen Art!

Dieses Duo-Tandem steht Ihnen im Sommer für Ihren Fahrspaß zur Verfügung. Über die näheren Modalitäten (Wo steht es? Wer vergibt das Tandem? Muss ich Kautions bezahlen? Kann ich es für einen ganzen Tag „mieten“? Wie weit kann ich damit fahren...usw.) werden Sie noch informiert.

Gerne dürfen Sie sich auch als Chauffeure betätigen und unsere Seniorinnen und Senioren zu Ausfahrten abholen. Bürgermeister Gerstlacher hat sich schon für eine Chauffeur-Fahrt angeboten!

Was wir dazu brauchen, ist:

Gutes Wetter,
Lust auf „Wind um die Nase“,
gute Laune und
die Bereitschaft
Spaß zu haben!



**GENIESSE DIE KLEINEN DINGE,
SIE MACHEN DAS LEBEN GROSSARTIG.**



Kämmerer Andreas Sausenthaler und Kämmerin Claudia Bordon-Vieler nach einer erfolgreichen Probefahrt...



„DIE EISHEILIGEN“

11. bis 15. Mai

Eine alte Bauernregel besagt, erst nach den „Eisheiligen“ auszusähen und auch mit der Garten- und Beet-Bepflanzung bis dahin abzuwarten.

Die Temperaturen sind Anfang Mai oftmals schon recht hoch, werden aber immer mal wieder durch eine kalte Polarluft unterbrochen. So kann es sein, dass es nachts zu Bodenfrost kommt und die empfindliche Aussaat vernichtet wird.

In der Landwirtschaft gilt diese Bauernregel immer noch.

Diese regional unterschiedliche Zeit im Mai, stützt sich auf Wetterbeobachtungen unserer Vorfahren, die ein stabiles Wetter ohne Frost, erst nach dem 15. Mai, dem Tag der „kalten Sophie“, erwarten.

Woher kommt der Begriff „Eisheilige“?

Liturgische Gedenktage in einem katholischen Kirchenjahr, sind den Heiligen gewidmet. Die Gedenktage in diesen fünf Tagen, gehören zu „Mamerz, Pankratius, Servaz, Bonifaz und Sophia von Rom“. Sie allesamt waren einst Bischöfe und Märtyrer aus dem 5. Jahrhundert.

Um einen bestimmten Tag zu bestimmen, nannte man früher den Namen des Heiligen, an den an diesem Tag gedacht wurde. Die Bauern beteten zu ihnen und erlebten sich von diesen Wetterheiligen eine gute Ernte. Die letzte in der Runde ist die „kalte Sophie“ am 15. Mai.

Hier einige Kalendersprüche und Bauernregeln zu den Eisheiligen:

„Pankrazi, Servazi, Bonifazi sind frostige Bazi
und zum Schluss fehlt nie - die kalte Sophie“

„Vor Nachfrost du nie sicher bist, bis Sophie vorüber ist.“

Seniorenratgeber vom Landratsamt Aichach-Friedberg

Dieser neu erschienene, kostenlose Ratgeber ist sehr informativ. Ratsuchende finden u.a. Kontakte und Hilfestellung zu den Themen:

- Beratung und Information, z.B. zur Wohnraumanpassung, Fachstelle für pflegende Angehörige, Behindertenberatung, usw.
- Hilfe und Entlastung für zu Hause: Ambulante Pflegedienste, Hausnotruf, Tafeln und Essenspakete, 24-Stunden-Betreuung, usw.
- Senioren- und Pflegeeinrichtungen im LK AIC-FDB
- Gesetzliche und finanzielle Hilfen, z.B. Pflegeversicherung, Landespflegegeld
- Tipps für Betroffene und Angehörige von Menschen mit Demenz
-und wichtige Adressen und Telefonnummern

Sie erhalten diesen Ratgeber in der Gemeindeverwaltung. Haben Sie dazu nicht die Möglichkeit, bringe ich Ihnen diesen gerne vorbei.

Telefon: 08233/7899120 oder 0173 - 87 29 509

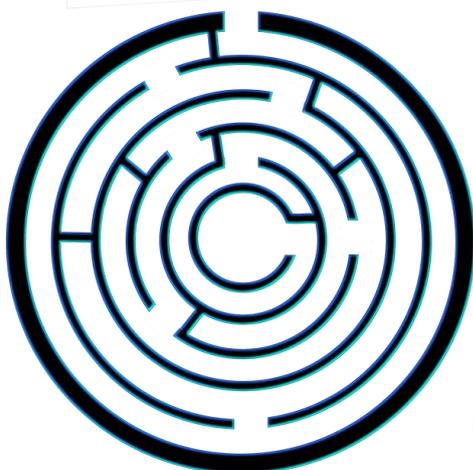
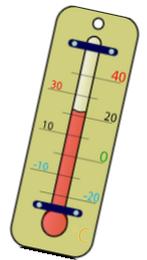


RÄTSELSPAß

Schwimmende Wohnung...								O		1
Schwimmbekleidung für Männer...	B									2
Legte man früher in den Fotoapparat ein.....							F			3
Prophezeiung für Sternzeichen.....					O					4
Eine Brille ist eine...									F	5
Der 1. Bundeskanzler war Konrad...	A									6
Spanisches Wort für Fräulein...								i		7
Verflixt und								Ä		8
Speisefisch...	K									9
Ein Magier ist ein..	Z									10

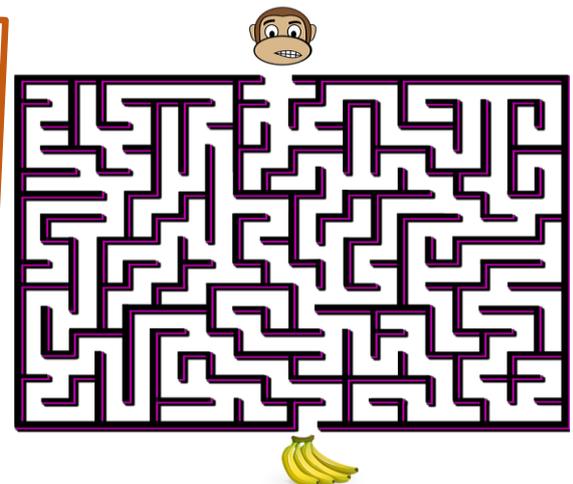
Lösen Sie die Fragen und tragen Sie das Lösungswort ein:

T		M							R
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10



Welches Insekt wird gesucht? Bringen Sie die Buchstaben in die richtige Reihenfolge:

- 1.EEPSW
- 2.NEBEI
- 3.AEÄFERNKMIR
- 4.IEELLLB



Impressum:
Rathaus/Gemeindeverwaltung
Sirchenrieder Str. 1
86510 Ried
1.Bürgermeister Erwin Gerstlacher

Kümmerin/
Quartiersmanagerin:
Claudia Bordon-Vieler
Seniorenbeauftragter:
Dr. Franz-Josef Mayer

Telefon: 08233/78991-0
Telefax: 08233/ 78991-18
E-Mail: info@gemeinde-ried.de
Internetseite: www.gemeinde-ried.de

Telefon: 08233/78991-20
Mobil: 0173 87 29 509
email: claudia.bordon-vieler@gemeinde-ried.de

Telefon: 08233 / 84 67 43 , E-Mail: post@fjmayer.de

BÜRGERBUS RIED

KOSTENLOS FÜR ALLE BÜRGER

Montag

Abfahrt Edeka	9.30 Uhr
Asbach	9.35 Uhr
Holzburg	9.40 Uhr
Burgstall	9.45 Uhr
Eismannsberg	9.50 Uhr
Zillenberg	9.55 Uhr
Edeka	10.00 Uhr
Ried Lagerhaus	10.05 Uhr
Hörmannsberg	10.10 Uhr
Edeka	10.15 Uhr
Sirchenried	10.20 Uhr
Baindlkirch - Feuerwehrhaus	10.25 Uhr
Baindlkirch - Fischerwirt	10.30 Uhr
Baindlkirch - Arztpraxis Guha	10.35 Uhr
Glön	10.40 Uhr
Rettenbach	10.45 Uhr
Mooshaus	10.50 Uhr
Riedhof	10.55 Uhr
Edeka	11.00 Uhr
Abfahrt Edeka	11.10 Uhr
Asbach	11.15 Uhr
Holzburg	11.20 Uhr
Burgstall	11.25 Uhr
Eismannsberg	11.30 Uhr
Zillenberg	11.35 Uhr
Edeka	11.45 Uhr
Ried Lagerhaus	11.50 Uhr
Hörmannsberg	11.55 Uhr
Edeka	12.00 Uhr
Sirchenried	12.05 Uhr
Baindlkirch - Feuerwehrhaus	12.15 Uhr
Baindlkirch - Fischerwirt	12.20 Uhr
Baindlkirch - Arztpraxis Guha	12.25 Uhr
Glön	12.30 Uhr
Rettenbach	12.35 Uhr
Mooshaus	12.44 Uhr
Riedhof	12.45 Uhr
Edeka	12.50 Uhr Ende

Donnerstag

Abfahrt Edeka	8.30 Uhr
Asbach	8.35 Uhr
Holzburg	8.40 Uhr
Burgstall	8.45 Uhr
Eismannsberg	8.50 Uhr
Zillenberg	8.55 Uhr
Edeka	9.00 Uhr
Ried Lagerhaus	9.05 Uhr
Hörmannsberg	9.10 Uhr
Edeka	9.15 Uhr
Sirchenried	9.20 Uhr
Baindlkirch - Feuerwehrhaus	9.25 Uhr
Baindlkirch - Fischerwirt	9.30 Uhr
Baindlkirch - Arztpraxis Guha	9.35 Uhr
Glön	9.40 Uhr
Rettenbach	9.45 Uhr
Mooshaus	9.50 Uhr
Riedhof	9.55 Uhr
Edeka	10.00 Uhr
Abfahrt Edeka	10.10 Uhr
Asbach	10.15 Uhr
Holzburg	10.20 Uhr
Burgstall	10.25 Uhr
Eismannsberg	10.30 Uhr
Zillenberg	10.35 Uhr
Edeka	10.45 Uhr
Ried Lagerhaus	10.50 Uhr
Hörmannsberg	10.55 Uhr
Edeka	11.00 Uhr
Sirchenried	11.05 Uhr
Baindlkirch - Feuerwehrhaus	11.15 Uhr
Baindlkirch - Fischerwirt	11.20 Uhr
Baindlkirch - Arztpraxis Guha	11.25 Uhr
Glön	11.30 Uhr
Rettenbach	11.35 Uhr
Mooshaus	11.44 Uhr
Riedhof	11.45 Uhr
Edeka	11.50 Uhr Ende

Mooshaus, Riedhof, Burgstall wird bei Bedarf angefahren.

Treffpunkt zur Abfahrt – siehe Fahrplan -
oder Bushaltestelle vor Ort

Ohne Mundschutz kein Einlaß!