

## TVN Turnfahrt 28./29. August 2025: «Gais/Appenzell»



*Giorgio und Willi laden euch herzlich ein, zwei entspannte Tage mit uns in der Ostschweiz zu verbringen. Praktische Infos findet ihr auf nachfolgenden Seiten – wir freuen uns auf eure Teilnahme!*

*07.07.2025*

Über grüne Hügel, Blumenmeer,  
winkt uns das Ländli: „Kommt doch her!“  
Nicht nur der Körper kommt in Schwung,  
auch wird die Seele frisch und jung.

Auf schmalen Pfaden, durchs blühende Land,  
entdecken wir Wunder am Wegesrand.  
Die Kühe muhen mit lautem Klang,  
die Sonne scheint wie immer lang.

Die Natur geniessen, das Herz wird weit,  
Sorgen verwehen, und alles wird leicht.  
Wie Hippokrates einst empfahl:  
„Gehen ist Medizin“ – für allemal!

Drum auf, durch Gais und Appenzell,  
hier vergisst man den Alltag schnell!  
Gesorgt ist für Bahn, Hotel, Speis und Trank  
da lacht das Leben, frei von jedem Zank.

## Besammlung

**Donnerstag, 28. August 07:20 Uhr Bahnhof SBB, Schalterhalle**

Wer früh aufsteht, sieht nicht nur den Wurm, sondern schafft's auch bequem zum Zug!

## Fahrplan Hin- und Rückreise

**Donnerstag, 28. August 2025**

Basel ab	07:43 Uhr	Gleis 6	IR Richtung Zürich
Aarau an	08:20 Uhr	Gleis 3	Umsteigen
Aarau ab	08:31 Uhr	Gleis 3	IC Richtung Rorschach
St. Gallen an	10:02 Uhr	Gleis 2	Umsteigen
St. Gallen ab	10:22 Uhr	Gleis 11	S 21 Richtung Appenzell
Gais an	10:48 Uhr		

**Hinweis:** Die Verbindung über Aarau macht das Umsteigen besonders angenehm!

In Aarau können wir bequem auf Gleis 3 aussteigen, entspannt warten und ganz ohne Hektik zehn Minuten später auf dem gleichen Gleis in den nächsten Zug einsteigen. So ist ein stressfreier Wechsel garantiert 😊.

## Umsteigen in St. Gallen auf die Appenzeller Bahn (5 Minuten Fussweg)



Nach der Fusion der Appenzeller Bahnen 2006 entschieden sich diese zum Ausbau der Strecke zwischen Trogen, St. Gallen und Appenzell. Baubeginn war 2016, die Kosten beliefen sich auf rund 90 Millionen Franken, wovon die Kantone und der Bund einen grossen Teil übernahmen. Die neue Strecke wurde im Oktober 2018 mit einem Volksfest eröffnet.

**Freitag, 29. August 2025**

## Vormittag

Gais ab	09:19 Uhr		S 21 Richtung Appenzell
Appenzell an	09:28 Uhr		

## Nachmittag Rückreise

Appenzell ab	14:44 Uhr	Gleis 2	S 21 Richtung Trogen
St. Gallen an	15:26 Uhr	Gleis 12	Umsteigen
St. Gallen ab	15:58 Uhr	Gleis 2	IC Richtung Lausanne
Aarau an	17:28 Uhr	Gleis 4	Umsteigen
Aarau ab	17:36 Uhr	Gleis 4	IR Richtung Basel
Basel SBB an	18:14 Uhr	Gleis 7	

## Rundwanderung Höch Hirschberg (1169 m ü M)

**Ausrüstung:** Leichte Wanderschuhe oder Trekkingschuhe werden empfohlen. Ein kleiner Rucksack mit Getränk ist erforderlich, dazu optional



eine leichte Zwischenverpflegung, Regenschutz und Sonnenschutz. Wanderstöcke können je nach Bedarf verwendet werden.

### Wanderung 1. Teil:

Die Wanderung ist allgemein gut zu bewältigen. Zwei bis drei mässig anspruchsvolle Anstiege sind vorhanden, ansonsten verlaufen die Wege überwiegend durch Waldgebiete mit sanften Wurzeln. Es sind kurze Trinkpausen vorgesehen.

Die erste Pause erfolgt nach etwa 45 Minuten und 4'100 Schritten (ca. 2,8 km, auf 1'050 m ü. M.), die zweite nach weiteren 15 Minuten und 1'040 Schritten (Parkplatz), die dritte als Treffpunkt für die letzten rund 380 Schritte und 30 Höhenmeter bis zum Bergrestaurant. Das Ziel erreichen wird nach ungefähr 75 Minuten, insgesamt etwa 5'400 Schritten und 3.7 km.

Einkehr im Bergrestaurant auf eigene Kosten. Dort kann man sich erholen, trinken oder etwas essen sowie die fantastische Aussicht auf den Alpstein geniessen 😊.

### Wanderung 2. Teil: (Abmarsch 14:30 Uhr)

Die Rückwanderung zum Hotel Krone in Gais führt über Brandegg und Rietli, ist 6,7 km



lang und dauert etwa 2 bis 2,5 Stunden. Nach einem letzten Anstieg (91 m Höhenunterschied) geht es fast nur bergab mit 323 m Abstieg. Die Route verläuft über gepflegte Wege durch Moore, saftige Wiesen und Ried. Am Schluss gibt's, typisch Appenzell, noch ein paar kleine "Schikanen" für die Beine (kurze Gegenanstiege).

Aber keine Sorge: Die Aussicht entschädigt und das Ziel lockt schon mit Komfort!

## Alternative für Nichtwanderer

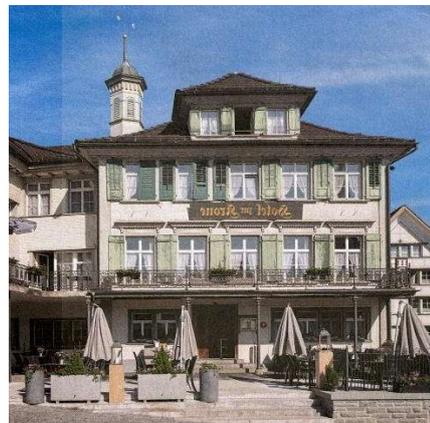
Fahrt auf den Höch Hirschberg mit Taxidienst (auf eigene Kosten). Rückweg mit Wandergruppe (Wanderung 2.Teil) oder wieder mit Taxidienst. Details müssen noch geklärt werden. Plätze (4 – 8 Personen) sind beschränkt.

Dorfspaziergang (z.B. bis zur Klinik mit Einkehrmöglichkeit, Hin- und Rückweg ~ 1 h)  
Verpflegung nach Bedarf und auf eigene Kosten

Kirchenbesuch: Uschi und Willi haben hier geheiratet.

## Abendprogramm

- Ab 16:00 Uhr Check-In im Hotel Krone, Gais  
Zimmerbezug, Körperpflege, Relaxen
- 17:30 Uhr Apéro im Hotelkeller;
- 18:30 Uhr Nachtessen im Hotel



### Apéro wird vo dr Füürlösch-Kass spendiert

Dä Landsgmend Wiisswii isch wüerkli wie gmacht für en Apéro!  
Dä altehrwürdige Riesling-Sylvaner us em Wienacht-Tobel, grad mitten us em Appenzellerland, macht grad richtig Freud: frisch wie dr Früehlig, harmonisch wie es Jodelliedli, und mit sim volle, schmözige Gschmack chunt er daher wie's Chäs-brot zum Bier. De Muskatduft isch so fein, dass me grad no es Näsli meh wott, und die sänfte Zitronenötli bringe Schwung i jede Runde. Im Glas zeigt er sich bunt wie dr Jahrmarkt uf em Landsgmendplatz – und für de Apéro vo de TVN-Turner isch dä Wiisswii eifach s'Nonplusultra. Da chasch wüerkli nüt meh falsch mache – ausser du vergissisch dr Korkenzieher!

## 2. Tag: Freitag, 29. August 2025

- Morgenessen im Hotel Krone
- Check-out bis 09:00 Uhr
- Fussmarsch zum Bahnhof (10 Minuten)
- **09:19 Uhr, Gleis 2: Bahnfahrt nach Appenzell (9 Minuten)**
  
- Fussmarsch zum Landsgemeindeplatz (10 Minuten)
- Gepäckdepot im Tourismusbüro
- Dorfführung mit Käsedegustation. Dauer ~ 2 h
  
- **11:45 Uhr Mittagessen im Restaurant Traube ->>**



### Heimreise

14:15 Uhr Gepäck abholen beim Tourismusbüro  
Fussmarsch zum Bahnhof (10 Minuten)  
**14:44 Uhr Abfahrt in Appenzell Gleis 2**

### Unterkunft

Hotel Krone, Dorfplatz 6, 9056 Gais. Telefon 071 790 06 90. [www.krone-gais.ch](http://www.krone-gais.ch)

### Kosten

Siehe Zusammenstellung «individuelle Kosten»

### Gepäck

Kleiner Koffer oder Reisetasche für die Reise und kleiner Rucksack für die Wanderung

### Rückfragen

Giorgio Lüthi Tel 079 239 50 88 oder 061 411 18 59  
Willi Künzle Tel 079 297 95 94 oder 061 411 34 77

Ein heimischer und ein zugezogener Appenzeller grüssen kameradschaftlich 😊.

*Giorgio Lüthi und Willi Künzle*

### Beilagen

- Teilnehmerliste
- Individuelle Kosten
- Einzahlungsschein