

# Joggingprogramm TVR 2021

Januar		
04. Jan	Montag	<i>Joggen (Wegen Corona findet der Apéro nicht statt)</i>
31. Jan	Sonntag	<i>Sonntagsjogging 09.00 Badi Bettingen</i>
Februar		
abgesagt	Samstag	<i>Leimentalerlauf Oberwil 15 km, 8km</i>
22. Feb	Montag	Joggen (Da die Fasnacht leider nicht statt findet)
März		
13. Mär	Samstag	<i>Vereinswaldlauf TV-Riehen in der Langen Erlen 4380m</i>
19.- 21. Mär	Fr - So	<i>Kerzerslauf Fr 5Km, Sa 15km, So 10km</i>
20. Mär	Samstag	<i>GV-TV</i>
April		
10. Apr	Samstag	<i>Birslauf 10km</i>
03. Apr	Samstag	<i>GP Fricktal Eiken Osterlauf 10 Meilen, Hasenlauf 5,85km ± 80m</i>
05. Apr	Montag	Ostermontag, Jogging findet statt
11. Apr	Sonntag	<i>Freiburger (D) Marathon / Halbmarathon</i>
11. Apr	Sonntag	<i>Sonntagsjogging 08.40 Treffpunkt Otto Wenk Platz, wir Joggen in Allschwil</i>
24. Apr	Samstag	Staffellauf Quer durch Basel
25. Apr	Sonntag	<i>Muttenz Marathon</i>
25. Apr	Sonntag	Eröffnungsmeeting TV-Riehen
Mai		
02. Mai	Sonntag	<i>Blauen Berglauf Hofstetten 15/10/5km ± 465/237/129m</i>
02. Mai	Sonntag	<i>Basler Frauenlauf</i>
12. Mai	Mittwoch	<i>Gempen Berglauf 7,8 km ± 426m</i>
16. Mai	Sonntag	<i>Dreiländerlauf 10.1 km / 21.1 km (voraussichtlich)</i>
22. Mai	Samstag	<i>Grand-Prix von Bern 16km ± 170m / Altstadt 4,7 km</i>
Juni		
05. Jun	Samstag	<i>SOLA BASEL 80 Km Staffel in 10 Teilstrecken</i>
5./6. Jun	Sa / So	Einkampf Meisterschaften BS/BL auf der Grendelmatte
13. Jun	Sonntag	<i>Schweizer Frauenlauf Bern 10km / 5km</i>
13. Jun	Sonntag	<i>Sonntagsjogging 09.00 Treffpunkt Finnenbahn Riehen</i>
19. / 20. Jun	Sa / So	Regionenmeisterschaften Grendelmatte

Juli		
02. Jul	Freitag	<i>Gelterkinder Waldlauf 8,2km</i>
August		
16. Aug	Montag	<i>Jogging / Walking mit Baden und Grillieren Treffpunkt 19.00 Parkplatz Badi Bettingen</i>
21. Aug	Samstag	UBS Kids Cup BS/BL Grendelmatte
22. Aug	Sonntag	<i>Sonntagsjogging 09.00 Otto Wenk Platz, Läufer werden nach Augst CH gefahren. Laufstrecke: Augst - Rheinfelden 7Km</i>
28. Aug	Samstag	<i>Birsegg-Lauf Aesch 10 km / 5,1 Km ± 130m / 65m</i>
September		
08. Sep	Mittwoch	<i>Chrischonalauf 9,7km ± 225m</i>
12. Sep	Sonntag	<i>Basler Frauenlauf</i>
12. Sep	Sonntag	<i>Wehratallauf 10,2km</i>
18. Sep	Samstag	<i>Internationaler Greifenseelauf in Uster 21.1km / 10km</i>
25. Sep	Samstag	<i>Wisenberglauf 11km ± 642m</i>
19. Sep	Sonntag	<i>Basler Bruggenlauf 16,1 km / Altstadtlauf 6 km</i>
25. Sep	Samstag	<i>Turnfahrt TVR</i> Anmeldung über TVR Homepage
Oktober		
03. Okt	Samstag	<i>Waieländer Volkslauf Inzlingen 10,2km (voraussichtlich)</i>
23. Okt	Samstag	<i>4. SOLA Basel</i>
23. Okt	Samstag	<i>Felix Meyer Gedenklauf TV Riehen</i>
24. Okt	Sonntag	<i>Sonntagsjogging 09.00 Rotengraben Bushaltestelle (Umstellung Winterzeit)</i>
November		
07. Nov	Sonntag	<i>Augusta Raurica Lauf 12 km / 5,5 km</i>
27. Nov	Samstag	<i>Basler Stadtlauf 5,5Km</i>
Dezember		
04. Dez	Samstag	Schwimmmeisterschaften TV-Riehen
05. Dez	Sonntag	<i>Allschwiler Klausenlauf 10,2km / 5,7km</i>
12. Dez	Sonntag	<i>Sonntagsjogging 09.00 St. Chrischona Bushaltestelle</i>
Januar 2021		
03. Jan	Montag	<i>kurzes gemeinsames Joggen, danach Neujahrsapéro 2022 Jogging / Walking</i>

**Achtung:** Bei vielen Läufen sind die aufgeführten Daten noch nicht offiziell

Der Joggingkurs findet vom 26. April 2021 bis 28. Juni 2021 statt

An fünf Montagen führt Mario ein Spezialtraining für Jogger durch.  
(siehe Spezialtraing auf unserer Homepage [www.tvriehen.ch](http://www.tvriehen.ch))