

Joggingprogramm TVR 2021

| Januar | | |
|---------------|----------|--|
| 04. Jan | Montag | Joggen (Wegen Corona findet der Apéro nicht statt) |
| ? | Sonntag | Benefizlauf "Rund um Adelhausen", Hauptlauf 10,4 km / 7,8 km |
| Februar | | |
| 01. Feb | Sonntag | Sonntagsjogging 09.00 Badi Bettingen |
| abgesagt | Samstag | Leimentalerlauf Oberwil 15 km, 8km |
| März | | |
| 02. Mär | Montag | Joggen (Da die Fasnacht leider nicht statt findet) |
| 13. Mär | Samstag | Vereinswaldlauf TV-Riehen in der Langen Erlen 4380m |
| 19.- 21. Mär | Fr - So | Kerzerslauf Fr 5Km, Sa 15km, So 10km |
| 20. Mär | Samstag | GV-TVR |
| April | | |
| 10. Apr | Samstag | Birslauf 10km |
| 03. Apr | Samstag | GP Fricktal Eiken Osterlauf 10 Meilen, Hasenlauf 5,85km ± 80m |
| 05. Apr | Montag | Ostermontag, Jogging findet statt |
| 11. Apr | Sonntag | Freiburger (D) Marathon / Halbmarathon |
| 11. Apr | Sonntag | Sonntagsjogging 08.40 Treffpunkt Otto Wenk Platz, wir Joggen in Allschwil |
| 17. Apr | Samstag | Lupsiger Lauf 12,3km ± 320m |
| 24. Apr | Samstag | Staffellauf Quer durch Basel |
| 25. Apr | Sonntag | Muttenz Marathon |
| 25. Apr | Sonntag | Eröffnungsmeeting TV-Riehen |
| Mai | | |
| 02. Mai | Sonntag | Blauen Berglauf Hofstetten 15/10/5km ± 465/237/129m |
| 02. Mai | Sonntag | Basler Frauenlauf |
| 12. Mai | Mittwoch | Gempen Berglauf 7,8 km ± 426m |
| 16. Mai | Sonntag | Dreiländerlauf 10.1 km / 21.1 km (voraussichtlich) |
| 22. Mai | Samstag | Grand-Prix von Bern 16km ± 170m / Altstadt 4,7 km |
| Juni | | |
| 05. Jun | Samstag | SOLA BASEL 80 Km Staffel in 10 Teilstrecken |
| 5./6. Jun | Sa / So | Einkampf Meisterschaften BS/BL auf der Grendelmatte |
| 13. Jun | Sonntag | Schweizer Frauenlauf Bern 10km / 5km |
| 13. Jun | Sonntag | Sonntagsjogging 09.00 Treffpunkt Finnenbahn Riehen |
| 19. / 20. Jun | Sa / So | Regionenmeisterschaften Grendelmatte |
| 23. Jun | Mittwoch | Chrischonalauf 9,7km ± 225m |

| Juli | | |
|-------------|---------|--|
| 02. Jul | Freitag | Gelterkinder Waldlauf 8,2km |
| August | | |
| 16. Aug | Montag | Jogging / Walking mit Baden und Grillieren Treffpunkt 19.00 Parkplatz Badi Bettingen |
| 21. Aug | Samstag | UBS Kids Cup BS/BL Grendelmatte |
| 22. Aug | Sonntag | Sonntagsjogging 09.00 Otto Wenk Platz, Läufer werden nach Augst CH gefahren. Laufstrecke: Augst - Rheinfelden 7Km |
| ? | Samstag | Birsegg-Lauf Aesch 10 km / 5,1 Km ± 130m / 65m |
| September | | |
| 3./ 5. Sep | Fr - So | Dorffest Riehen |
| ? | Fr - So | Laufweekend in Splügen (Anmeldung von D. Hettich folgt) |
| 12. Sep | Sonntag | Wehratallauf 10,2km |
| 18. Sep | Samstag | Internationaler Greifenseelauf in Uster 21.1km / 10km |
| ? | Samstag | Wisenberglauf 11km ± 642m |
| 19. Sep | Sonntag | Basler Bruggenlauf 16,1 km / Altstadtlauf 6 km |
| ? | Samstag | Turnfahrt TVR |
| ? | Sonntag | Waieländer Volkslauf Inzlingen 10,2km |
| Oktober | | |
| 09. Okt | Samstag | Hallwilerseelauf 21,1 km / 10 km / 7 km |
| 24. Okt | Sonntag | Sonntagsjogging 09.00 Rotengraben Bushaltestelle (Umstellung Winterzeit) |
| ? | Samstag | Felix Meyer Gedenklauf TV Riehen |
| November | | |
| 14. Nov | Sonntag | Augusta Raurica Lauf 12 km / 5,5 km (voraussichtlich) |
| 27. Nov | Samstag | Basler Stadtlauf 5,5Km |
| Dezember | | |
| 04. Dez | Samstag | Schwimmmeisterschaften TV-Riehen |
| 05. Dez | Sonntag | Allschwiler Klausenlauf 10,2km / 5,7km |
| 12. Dez | Sonntag | Sonntagsjogging 09.00 St. Chrischona Bushaltestelle |
| Januar 2021 | | |
| 03. Jan | Montag | kurzes gemeinsames Joggen, danach Neujahsapéro 2022 Jogging / Walking |

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)

|
