



Datum / Wochentag	Treffpunkt	Startzeit	Lauf / Trainingsgebiet
März			
02.03.2021 Dienstag	Gymnasium	19:00	Bärschwil Station-Wiler-Stürmenhof-Hüttenboden
09.03.2021 Dienstag	Gymnasium	19:00	Zwingen-Lochbrugg-Schachlete-Röschenz
16.03.2021 Dienstag	Gymnasium	19:00	Wahlen-Breitenbach-Brislach-Zwingen
23.03.2021 Dienstag	Gymnasium	19:00	Schachlete-Bergmattenhof-Dittingen-Zwingen
30.03.2021 Dienstag	Gymnasium (keine Garderobe)	19:00	Zwingen-Hard-Ritteberg-Dittingen
April			
06.04.2021 Dienstag	Gymnasium (keine Garderobe)	19:00	Brislachallmet-Kaltbrunnental
13.04.2021 Dienstag	Gymnasium	19:00	Mätteberg-Hüttebode
20.04.2021 Dienstag	Gymnasium	19:00	Chattel-Dittingen-Blauen-Zwingen
27.04.2021 Dienstag	Gymnasium	19:00	Büsserach-um Chienberg-Grindel-Wahlen
Mai			
04.05.21 Dienstag	Garage Henz Grindel	19:00	Intersport Lauf-Cup Stürmen-Nettenberg Waldlauf
11.05.2021 Dienstag	Gymnasium	19:00	NEU Chessiloch-Fahne
18.05.2021 Dienstag	Gymnasium	19:00	NEU Farmweg-Pächfels-Chälengraben
25.05.2021 Dienstag	Gymnasium	19:00	alter Planetenweg
Juni			
01.06.2021 Dienstag	Gymnasium	19:00	Flue-Lützeltal-um Bueberg-Laufen
08.06.2021 Dienstag	Gymnasium	19:00	NEU Schachlete-Forstweid-Burgchopf
15.06.2021 Dienstag	Gymnasium	19:00	NEU Laufen-Helgenmatt-Littstelchöpfli
22.06.2021 Dienstag	Gymnasium	19:00	Bergmattenhof-Ottmart-Pächfels-Chattel
29.06.2021 Dienstag	Bahnhof Laufen	18:56 Zugsabfahrt	NEU Dreispitz-Laufen / Dreispitz-Grellingen
Juli			
06.07.2021 Dienstag	Bahnhof Grellingen	19:04 (Ankunft S3)	NEU Grellingen-Falkenfluh-Wälschhans-Grellingen (-Laufen)
13.07.2021 Dienstag	Bahnhof Laufen	18:56 Zugsabfahrt	NEU Grellingen-Vogesenhof-Roderisweid-Laufen
20.07.2021 Dienstag	Bahnhof Laufen	19:04 Postauto	NEU Kleinlützel-Remel-Forstweid-Silberlöcher
27.07.2021 Dienstag	Bahnhof Laufen	19:04 Postauto	Meltingen-Erschwil-Grindel-Laufen



Datum / Wochentag	Treffpunkt	Startzeit	Lauf / Trainingsgebiet
August			
03.08.2021 Dienstag	Bahnhof Laufen	19:04 Postauto	Nunningen-Balmchöpfli-Roderis-Laufen
10.08.2021 Dienstag	Bahnhof Laufen	18:56 Zugsabfahrt	Grellingen-Eggfluh-Blauen-Laufen
17.08.2021 Dienstag	Auf Reben Laufen	19:00	<i>Intersport Lauf-Cup Schachlete-Waldlauf</i>
24.08.2021 Dienstag	Gymnasium	19:00	Bergmattenhof-Chall-Mätzerlechrüz-Burgchopf
31.08.2021 Dienstag	Gymnasium	19:00	10-Meilen-Strecke ab Gymnasium
September			
07.09.2021 Dienstag	Fasnachtsfeuer Brislach	19:00	<i>Intersport Lauf-Cup Brislachallmet Waldlauf</i>
14.09.2021 Dienstag	Gymnasium	19:00	Silberlöcher-Forstweid-Flue
21.09.2021 Dienstag	Gymnasium	19:00	Zwingen-Hägeberg-Fasnachtsfeuer-Breitenbach
28.09.2021 Dienstag	Gymnasium	19:00	Bärschwil Station-Wiler-Stürmenhof-Hüttenboden
Oktober			
05.10.2021 Dienstag	Gymnasium (keine Garderobe)	19:00	Schachlete-Bergmattenhof-Dittingen-Zwingen
12.10.2021 Dienstag	Gymnasium (keine Garderobe)	19:00	Zwingen-Schälloch-Schällhüsli-Pfaffenberg
19.10.2021 Dienstag	Gymnasium (keine Garderobe)	19:00	Flueh-Röschenz-Reben-Zwingen
26.10.2021 Dienstag	Gymnasium	19:00	Wahlen-Breitenbach Spital-Brislach

Achtung, etwas anders als sonst	Garderoben Gym Laufen: Frauen Nr. 6, Männer Nr. 5
---------------------------------	--

Routenvorschläge

März bis Oktober 2021

Distanz	Schweizmobil-Link: Langstrecke	Schweizmobil-Link: Kurzstrecke
11km, 350HD / 8km, 255HD	Bärschwil-Wiler	Birsholle-Hüttelode
12km, 170HD / 8km, 130HD	Zwingen-Schachlete-Röschenz Lau	Zwingen-Schachlete
11km, 100HD / 9km, 180HD	wahlen-Breitenbach-Zwingen	Wahlen-Breitenbach-Pfaffenberg
14 km, 370HD / 11km, 310HD	Bergmattenhof-Zwingen	Bergmattenhof
11km, 250HD / 9km, 190HD	Ritteberg	Ritteberg kurz
13km, 330HD / 11km, 210HD	Brislachallmet	Brislachallmet kurz
13km, 520HD / 11km, 340HD	Mätteberg	Stürmen-Hüttenboden
12km, 380HD	Blauen	
15km, 460HD / 12km, 230HD	Chienberg	Chienberg kurz
7,3km, 160HD Kinder 2,7km, 70HD	LSG Laufcup Grindel	
15km, 306HD / 10km, 180HD	chessloch-Fahne	Chessloch-Fahne kurz
13km, 426HD / 11km, 360HD	Farmweg-Pechfels-Chälengraben	Farmweg-Pechfels
21km, 610HD / 17km, 400HD	Planetenweg	Planetenweg kurz
14km, 320HD / 12km, 390HD	Um Bueberg	Um Bueberg kurz
16km, 560HD / 12km, 360HD	Schachlete-Forstweid-Burech.	Um Burechoof
14km, 360HD / 10km, 105HD	Heleenmatt-Littstelhöfli	Wolfoarten
15km, 450HD / 11km, 360HD	Beromattenhof-Ottmart-Pächfels	Beromattenhof-Pächfels
24km, 358HD / 14km, 140HD	Dreisnitz-Laufen	Dreisnitz-Grellingen
11km, 406HD (19km)	Grellingen-Falkenfluh-Wälschhans	
16km, 54HD / 13km, 450HD	GrellingenVogesenhofRoderisweid	Grellingen-Chastelbach-Roderisweid
15km, 580HD / 10km, 200HD	Kleinlützel	Kleinlützel kurz
15km, 440HD / 12km, 160HD	Mellingen-Erschwil-Grindel	Mellingen-Erschw.-Br'bach

Routenvorschläge

März bis Oktober 2021

Distanz	Schweizmobil-Link: Langstrecke	Schweizmobil-Link: Kurzstrecke
14km, 470mHD / 10km, 180HD	Nunningen-Balmchöpfli-Roderis	Kaltbrunnental_kurz
16km, 530HD / 9km, 190HC	Grell-Eggfluh-Blauen	Grellingen-Laufen_kurz
7,5 km, 155HD Kinder 1,2km/2,2km	LSG Laufcup Laufen	
16km, 680HD / 11km, 340HD	Chall-Burgchof	Burgchof_kurz
15km , 236HD / 11km, 200HD	10-Meilen ab Gvm	Laufen-Brislach-Schällloch
7.9km, 160HD Kinder 2,7km, 40HD	LSG Laufcup Brislach	
14km, 370HD / 12km, 250HD	Silberlöcher	Silberlöcher_kurz
12km, 200HD / 9km, 190HD	Zwingen-Hägenberg-Breitenbach	ZwingenHägenberg-Pfaffenberg
11km, 350HD / 8km, 255HD	Bärschwil-Wiler	Birsholle-Hüttebode
14 km, 370HD / 11km, 310HD	Beromattenhof-Zwingen	Beromattenhof
11km, 220HD / 9km, 190HD	Zwingen-Schällloch-Brislach	Zwingen-Hägenberg-Pfaffenberg
12km, 160HD / 8km, 150HD	Röschenz-Zwingen	Flue-Röschenz-Reben
12km, 210 HD / 10km, 150HD	Wahlen-Breitenbach	Wahlen-Breitenbach_kurz
	www.lsglaufen.ch	