























TGRF Jahresprogramm 2019

Stand 23.01.2019

Tag	Datum	Zeit		Veranstaltung	Besammlng/Info
Sa/So	19./20.01.			Skiweekend Alp Selamatt	Separate Info
So	27.01.	Tag		Unterlandstafette	Separate Info
Sa	16.03.	14:00		Glattlauf https://impulstriathlon.ch/glattlauf	Riverside Glattfelden
Sa	06/20.04. wetterabh.	Tag	  	Lauf/Walking/Velo Tag (Alexandra Rösli)	Infos folgen
So	07.04.	Tag		Eglisauer Laufday (neu: Trail Run 20km)	Infos folgen http://www.laufday.ch/
Mo/Sa	08./13.04.		 	Schnupper-Tag (inkl. Hallentraining)	Infos folgen
Sa	27.04.	13:00		Halbtagestour Rennvelo (Rolf Bräm)	Schulhaus Freienstein
So	05./26.05. wetterabh	Tag		TGR Ausflug mit Partner/In ganzer Tag	Infos folgen
Sa	18.05.	Tag		Bike Kurs für Anfänger (Philipp Amhof)	Infos folgen (auch für nicht-TGRF)
Sa	08.06.	18:00		TGRF Grillparty	Infos folgen
Fr	14.06.	Abend	 	Hasli Night Run Laufen + Walken	Infos folgen
Sa-Sa	15.06. - 22.06.			Bike Ferien (Südtirol) (Aldo/Michele)	Infos folgen
So	23.06.	Tag		Black Forest Ultra Bike (D) www.ultra-bike.de	Infos folgen
Sa	06.07.	Tag		Irchel Bike Trophy	Infos folgen
Sa	13.7./7.9. wetterabh.	Tag		Bike Tagestour (Stefan Grüring)	Infos folgen
So	21.07.	08:00		Tagestour Rennvelo (Ueli Meier)	Schulhaus Freienstein Infos folgen
Sa	10.08.	Tag		Bike Event Schwellbrunn	Infos folgen
Sa/So	24./25.08.			Rennvelo Weekend (Aldo/Michele)	Schulhaus Freienstein Infos folgen
So	01.09.	Tag	 	9. Dorf-Sekletä	Infos folgen Wohnschule Freienstein
Sa	30.11	13:30		Chlaus Bike (Michele + Francesco Del A.)	Schulhaus Freienstein mit „Bräteln“
Mo	16.12.	21:00		Jahresendhöck	gemäss Einladung
Fr	17.01.20	20:00		Jahresversammlung	gemäss Einladung

Disziplinen:  Rennvelo  Laufen  Biken  Walken