

Dsischti Jogger Aarberg

Trainingsprogramm März bis Oktober 2025

im Internet unter

<http://dsischtijogger.ch/training.html>

	Longjoggs (Weekends oder Feiertage, definitiver Startort und -zeit werden auf WhatsApp-Chat frühzeitig angekündigt)
	Laufveranstaltungen/Wettkämpfe (Hinweise für Interessierte)
	Trainings Dienstags
	Trainings Donnerstags

Wochentag	Datum	Zeit	Treffpunkt	Thema	Strecke	Leitung
Dienstag	25. März 2025	18:30	Stauwehr	Hügellauf	Jucher	Thom
Donnerstag	27. März 2025	18:30	Aarfit	Easy Jogg	Ryserlochrunden	Daniela
Samstag	29. März 2025	10:00	Ostermundigen	Longjogg	Dentenberg	Thom
Dienstag	1. April 2025	18:30	Stauwehr	Crescendo-Lauf	Niederried	Dänu
Donnerstag	3. April 2025	18:30	Aarfit	über Stock und Stein	Burgerwald	Paul
Samstag	5. April 2025	09:00	Burgdorf	Longjogg	Lueg-Lauf	Blanks
Dienstag	8. April 2025	18:30	Lyss Grien	Pyramidenlauf	Bahn Lyss	Daniela
Donnerstag	10. April 2025	18:30	Aarfit	Easy Jogging	Gummeseeli	Andrea
Samstag	12. April 2025	Trail Mont-Terrible Fontenais				
Dienstag	15. April 2025	18:30	Stauwehr	Hügelläufe	Frienisberg	Roger
Donnerstag	17. April 2025	18:30	Aarfit	Fahrtspiele	Werdthof	Daniela
Freitag	18. April 2025	08:00	Karfreitag	Backyard-Run / Stundenlauf	Aarberg-Radelfingenau	Thom
Sonntag	20. April 2025		Ostern			
Montag	21. April 2025		Ostermontag			
Dienstag	22. April 2025	18:30	Stauwehr	Ampeltraining	Ratteribrügg	Stuwi
Donnerstag	24. April 2025	18:30	Aarfit	Vollmond	Hermrigen	Ändu
Dienstag	29. April 2025	18:30	Stauwehr	Hügellauf	Ruchwil	Dänu
Donnerstag	1. Mai 2025	18:30	Aarfit	Easy Jogging	Burgerwald	Hildy
Samstag	3. Mai 2025	Swiss Jura Trail 35 km 2100hm				
Dienstag	6. Mai 2025	18:30	Lyss Grien	Intervalle Bahn	Bahn Lyss	Thom
Donnerstag	8. Mai 2025	18:30	Aarfit	Easy Jogging	Werdthof	Paul
Samstag	10. Mai 2025	GP Bern				
Dienstag	13. Mai 2025	18:30	Stauwehr	Fahrtspiele	Lobsigen	Roger
Donnerstag	15. Mai 2025	18:30	Aarfit	Easy Jogging	Radelfingenau	Paul
Samstag	17. Mai 2025	Running Camp 17.05. - 23.05.2025				
Dienstag	20. Mai 2025	18:30	Stauwehr	Easy Jogging	Waldlauf	Tobias
Donnerstag	22. Mai 2025	18:30	Aarfit	Easy Jogging	Vollmond	Wale
Sonntag	25. Mai 2025	Blüemlisalplauf				
Dienstag	27. Mai 2025	18:30	Stauwehr	Blüämalä	Seedorf	Stuwi
Donnerstag	29. Mai 2025		Auffahrt			
Dienstag	3. Juni 2025	18:30	Stauwehr	Trail Singels	Bargenwald	Dänu
Donnerstag	5. Juni 2025	18:30	Aarfit	Easy Jogging	Helsanatrail	Hildy
Freitag	6. Juni 2025	Bieler Lauftage				
Samstag	7. Juni 2025	Swiss Canyon Trail 51 km 2500hm				
Montag	9. Juni 2025		Pfingstmontag			
Dienstag	10. Juni 2025	18:30	Stauwehr	Trailwege	Bargenwald	Thom
Donnerstag	12. Juni 2025	18:30	Aarfit	Easy Jogging	Waldlauf	Paul
Dienstag	17. Juni 2025	18:30	Stauwehr	Hügellauf	Lobsigen	Dänu
Donnerstag	19. Juni 2025	18:30	Aarfit	Easy Jogging	Sunsetlauf Moos	Daniela
Samstag	21. Juni 2025	08:30	Blumenstein	Bergtrail	gägä Stögu ufä	Dänu
Dienstag	24. Juni 2025	18:30	Lyss Grien	Bahntraining	Lyss	Tobias
Donnerstag	26. Juni 2025	18:30	Aarfit	Easy Jogging	Niggidei	Andrea
Sonntag	29. Juni 2025	Aletschhalbmarathon				
Dienstag	1. Juli 2025	18:30	Stauwehr	Hügellauf	Jucher	Dänu
Donnerstag	3. Juli 2025	18:30	Aarfit	Easy Jogging	Bargenwald	Hildy
Samstag	5. Juli 2025	Zermattmarathon				

Dsishti Jogger Aarberg

Trainingsprogramm März bis Oktober 2025

im Internet unter

<http://dsischtijogger.ch/training.html>

	Longjoggs (Weekends oder Feiertage, definitiver Startort und -zeit werden auf WhatsApp-Chat frühzeitig angekündigt)
	Laufveranstaltungen/Wettkämpfe (Hinweise für Interessierte)
	Trainings Dienstags
	Trainings Donnerstags

Wochentag	Datum	Zeit	Treffpunkt	Thema	Strecke	Leitung
Dienstag	8. Juli 2025	18:30	Stauwehr	Trailwege	Bargenwald	Daniela
Donnerstag	10. Juli 2025	18:30	Aarfit	Easy Jogging	Waldlauf	Paul
Samstag	12. Juli 2025	09:30	Zweisimmen	Bergtrail	Rinderberg	Stuwi
Dienstag	15. Juli 2025	18:30	Stauwehr	Duatlon	Niederried-Runde	Hildy
Donnerstag	17. Juli 2025	18:30	Aarfit	Easy Jogging	Dr Aarä nah	Andrea
Samstag	5. Juli 2025	<u>Eiger Ultra</u>				
Dienstag	22. Juli 2025	18:30	Stauwehr	Vollmondjogg	Lobsigen	Stuwi
Donnerstag	24. Juli 2025	18:30	Aarfit	Easy Jogging	Bargenwald	Thom
Samstag	5. Juli 2025	<u>Stockhorn-Halbmarathon</u>				
Dienstag	29. Juli 2025	18:30	Stauwehr	Waldlauf	Salzmatt	Roger
Donnerstag	31. Juli 2025			kein geführtes Training		
Freitag	1. August 2025	09:30	Bahnhof Biel	Longjogg/Trail	Chasseral	Thom
Dienstag	5. August 2025	18:30	Stauwehr	Hügellauf	Jucher	Stuwi
Donnerstag	7. August 2025	18:30	Aarfit	Easy Jogging	Niggidei	Paul
Samstag	9. August 2025	<u>Sierre-Zinal</u>				
Dienstag	12. August 2025	18:30	Grien Lyss	Bahntraining	Bahn Lyss	Dänu
Donnerstag	14. August 2025	18:30	Aarfit	Easy Jogging	Dr Aarä nah	Hildy
Samstag	16. August 2025	09:30	Zweisimmen	Bergtrail	Hundsrügg	Thom
Dienstag	19. August 2025	18:30	Aarfit	Prinzessinnenlauf	Aarberg	Paul
Donnerstag	21. August 2025	18:30	Aarfit	Easy Jogging	Werdthof	Daniela
Samstag	23. August 2025	09:30	Schwarzsee	Bergtrail	Schwyberg	Thom
Dienstag	26. August 2025	18:30	Stauwehr	Surprise		Roger
Donnerstag	28. August 2025	18:30	Aarfit	Easy Jogging	Burgerwald	Andrea
Samstag	30. August 2025	10:00	Yverdon	Seelauf	Yverdon-Estavayer-le-Lac	Paul
Dienstag	2. September 2025	18:30	Stauwehr	Hügelläufe	Dampfwil	Stuwi
Donnerstag	4. September 2025	18:30	Aarfit	Easy Jogging	Wiler-Aspi	Paul
Samstag	6. September 2025	<u>Jungfraumarathon</u>				
Dienstag	9. September 2025	18:30	Stauwehr	Trail	Radelfingenwald	Thom
Donnerstag	11. September 2025	18:30	Aarfit	Easy Jogging	Waldlauf	Daniela
Sonntag	14. September 2025	<u>Stedtilouf Aarberg</u>				
Dienstag	16. September 2025	18:30	Stauwehr	Hügellauf	Seedorf	Dänu
Donnerstag	18. September 2025	18:30	Aarfit	Easy Jogging	Kappelen	Paul
Samstag	20. September 2025	09:00	Bahnhof Moutier	Longjogg	Oberdörferberg-Raimeux	Thom
Dienstag	23. September 2025	18:30	Stauwehr	Hügellauf	Dampfwil	Roger
Donnerstag	25. September 2025	18:30	Aarfit	Easy Jogging	Lyss	Andrea
Samstag	27. September 2025	18:30	Charquemont F	Grenzerfahrungslauf	<u>Les Echelles de la mort</u>	Blanks
Dienstag	30. September 2025	18:30	Stauwehr	Traillauf	Bargenwald	Daniela
Donnerstag	2. Oktober 2025	18:30	Aarfit	Easy Jogging	Treppenlauf	Hildy
Samstag	4. Oktober 2025	09:00	Erlenbach	Bergtrail	Turne-Pfaffe	Thom
Dienstag	7. Oktober 2025	18:30	Lyss Grien	Bahntraining	Bahn Lyss	Stuwi
Donnerstag	9. Oktober 2025	18:30	Aarfit	Easy Jogging	Burgerwald	Paul
Samstag	11. Oktober 2025	<u>Bürenlauf</u>				
Dienstag	14. Oktober 2025	18:30	Stauwehr	Hügellauf	Rungelebaum	Dänu
Donnerstag	16. Oktober 2025	18:30	Aarfit	Vollmond-Jogg	Werdthof	Daniela
Samstag	18. Oktober 2025	09:30	Oberdiessbach	Longjogg	Chuderhüsi	Thom
Dienstag	21. Oktober 2025	18:30	Stauwehr	Berglauf	Ruchwil	Daniela
Donnerstag	23. Oktober 2025	18:30	Aarfit	Easy Jogging	Hermrigen	Thom
Dienstag	28. Oktober 2025	18:30	Stauwehr	Traillauf	Bargenwald	Dänu
Donnerstag	30. Oktober 2025	18:30	Aarfit	Easy Jogging	Niggidei-Wiler	Paul
Samstag	2. November 2025	<u>Gantrischtrail</u>				
Dienstag	4. November 2025	18:30	Stauwehr	Tempoläufe	Ratteribrügg	Thom
Donnerstag	6. November 2025	18:30	Aarfit/Mercato	Easy Jogg/Pizzaessen	HelsanaTrail/Mercato	Thom/Wale