

Aktuelle Wochenendtrainings sind ab Donnerstag auf der Website ausgeschrieben. Unter der Rubrik Agenda sind alle Vorhaben und Berichte zu finden. Detailausschreibungen und Anmeldeformulare sind auf der Website. Hier zeigen wir unsere Hauptanlässe, weitere Vorhaben sind jeweils aktuell auf unserer Website [www.alpinrunner.ch](http://www.alpinrunner.ch)

2021 Spezialanlässe	Details und Ausschreibung auf <a href="http://www.alpinrunner.ch">www.alpinrunner.ch</a>
16.05.- Trainings 23.05. Laufwoche	Ferienwoche in Korsika mit Berg- und Traillauftraining in Gruppen für Genussläufer sowie zum Trainingsaufbau für Ultraläufer
13.06. Trail Run Chur	3. Trail Event von Chur nach Brambrüesch. Organisiert durch Alpinrunner.ch
02.07.- Ultraks Bernina 03.07. Pontresina	Gemeinsames Wettkampferlebnis verschiedene Strecken ab 6 Km bis 42 Km
27.08.- 3 Tag Erlebnislauf 29.08. Münstertal	dreitägiges Lauferlebnis, mit Alpinrunner das Münstertal geniessen
11.09. Ultraks Mayerhofen	Gemeinsames Wettkampferlebnis verschiedene Strecken ab 7 Km bis 50 Km
20.11. Jahresrückblick – Alpinrunner Party	Jahresrückblick mit vielen Fotos und Gemütlichkeit dazu ein Nachtessen

Weitere Anlässe und Teilnahmen an Trail Events werden auf [alpinrunner.ch](http://alpinrunner.ch) ausgeschrieben. Wir freuen uns auf zahlreichen Alpinrunner-Freunden

Wir Alpinrunner erkunden die Schönheit Graubündens mit den zahlreichen Bergen, Tälern und Pässen. Wir beschreiben das Erlebte und dokumentieren es mit Bildern und Berichten.



Interessierte möchten wir mit unseren Streckenbeschreibungen begeistern und zum Laufen motivieren.

Unser Interesse ist ohne kommerziellen Gedanken. Wir organisieren und laufen mit Freude und Passion, darum ist die Teilnahme

an unseren Vorhaben meist kostenlos, allenfalls werden die Unkosten unter den Teilnehmern aufgeteilt. Nebst diesen Hauptanlässen möchten wir noch auf die Wochenende Trainings aufmerksam machen. Den Treffpunkt und die jeweilige Strecke werden laufend auf unserer Internetseite bekannt gegeben. Das Lauftempo wird jeweils der Gruppe angepasst. Bei genügend Teilnehmer teilen wir uns in



zwei oder mehrere Gruppen auf und treffen uns bei den Fixpunkten wieder. Je nach Streckenführung und Nachfrage werden auch kürzere oder Alternativstrecken angeboten. Aktuelle Informationen sind jeweils unter [www.alpinrunner.ch](http://www.alpinrunner.ch) ausgeschrieben.

