

---

# WingTsun-Running

## Bergläufe 2025

Unvergessliche Trails und eindruckliche Aussichten mit der Leichtigkeit des *WingTsun*.

---



Du bist Dir gewohnt, auch mal mehr als eine Stunde zu joggen und liebst das draussen sein.

Gemeinsam entdecken wir die Natur über schöne Trails und schöpfen neue Kräfte aus der wohl lustvollsten Freizeitbeschäftigung, dem Trailrunning, die Körper und Geist gesund hält.

<b>Events:</b>	Fr 28. Februar 2025	<i>Gelterenbach – Cotteron – Fribourg (20km, 440Hm)</i>
	Fr 28. März 2025	<i>Les Brenets - Doubs – La Chaux-de-Fonds (36km, 1110Hm)</i>
	Fr 11. April 2025	<i>Grimmialp – Rauflihore - Matten (17km, 1210Hm)</i>
	Fr 2. Mai 2025	<i>Niesen Saisonöffnung (7km, 1640Hm)</i>
	Fr 20. Juni 2025	<i>Trasquera – Monte Teggiolo – Gabi (21km, 2310Hm)</i>
	Fr 18. Juli 2025	<i>Lenk - Flühsee - Schnidejoch - Lauenensee (36km, 2310Hm)</i>
	Fr 22. August 2025	<i>Eison - Becs de Bosson – Réchy (27km, 1590Hm)</i>
	Fr 12. September 2025	<i>Reichenbach - Hohtürli – Kandersteg (31km, 2380Hm)</i>
	Fr 10. Oktober 2025	<i>Tour de l'Arête de l'Argentine (16km, 1290Hm)</i>
	Fr 7. November 2025	<i>Niesen Saisonschluss (13km, 1640Hm)</i>

Häufig sind Kurzvarianten mit späterem Ein- oder früherem Ausstieg möglich.

**Leitung:** *Christoph Pfister*, esa-Leiter Running 2, Trailrunning & Berglauf  
*Roman Gehrig*, esa-Leiter Trailrunning & Berglauf

**Organisation:** Die detaillierte Ausschreibung erfolgt mindestens 3 Wochen vor dem Event im [Kalender](#) der EWTO Akademie Bern.

**Kosten:** CHF 20 (im Abo inbegriffen für Mitglieder des Lauftreffs *WingTsun-Running Bern*)

**Fragen & Anmeldung bis drei Tage vor dem Event:**

[info@ewto.akademie-bern.ch](mailto:info@ewto.akademie-bern.ch)

Tel: 079 335 13 29

FIT FÜR ALLE FÄLLE.

**WingTsun** 

[selbstverteidigung.ch](http://selbstverteidigung.ch)

---