

Calendrier de la FriRun Cup 2022

Veranstaltungskalender des FriRun Cups 2022



Organisateur / Organizador :

CS Marsens

DATE DATUM	MANIFESTATION VERANSTALTUNG	ORGANISATEUR VERANSTALTER
Di / So 23.01.2022 	CROSS DE FARVAGNY Farvagny – Salle de sport 4,0 – 6,0 – 9,0 km Dames court 3,2 km / Hommes court 4,0 km Courses jeunesse 0,3 – 0,8 – 1,6 – 2,4 – 3,2 – 4,0 km Trophée des Supporters	CA Gibloux Farvagny www.cafarvagny.ch/cross/bienvenue/cross@cafarvagny.ch
Sa / Sa 19.03.2022 	44. KERZERSLAUF Kerzers – Orientierungsschule Schmittengässli 5 – 10 – 15 km + Walking / Nordic 5 / 10 / 15 km Jugend 0,3 – 1,4 – 5 km	Kerzerslauf www.kerzerslauf.ch geschaefstelle@kerzerslauf.ch
Sa / Sa 02.04.2022 	40. HEITENRIEDER LAUF Heitenried – Sportanlage 10,2 km Höhendifferenz 150 m Volksläufer/innen 6,2 km Walking / Slowrun 6,2 km Jugend 0,25 – 0,5 – 0,85 – 1,8 – 3,0 km Sport Handicap	TSV Heitenried http://heitenriederlauf.ch info@heitenriederlauf.ch
Di / So 10.04.2022 	49^{ème} COURSE DE RELAIS EN FORÊT Bulle – Stade de Bouleyres Jubilé 50 ans 50 km adultes 50 hm jeunesse Relais à 6 adultes et 4 relais de 2.083 km = 50 km Individuels : 8.333 km (4 x 2.083 km) Relais à 4 jeunes et 1 boucle de 1.25 km = 50 hm	Sporting Athlétisme Bulle www.sabulle.ch www.chronometrage.ch benoit.fragniere@websud.ch
Ve / Fr 10.06.2022 	27^{ème} À TRAVERS SÂLES Sâles – Centre sportif La Lisière 8,00 km Dénivellation 100 m Courses jeunesse 1,1 – 1,8 km	FSG Sâles www.a-travers-sales.ch course@a-travers-sales.ch
Lu / Mo 01.08.2022 	14. STIERENBERGLAUF Schwarzsee 10 km Höhendifferenz 620 m	MAHU Sport / TV Plaffeien www.stierenberglauf.ch mahu@comptec.ch

Calendrier de la FriRun Cup 2022

Veranstaltungskalender des FriRun Cups 2022



Organisateur / Organisor :

CS Marsens

DATE DATUM	MANIFESTATION VERANSTALTUNG	ORGANISATEUR VERANSTALTER
Ve / Fr 26.08.2022 	SOIREE POPULAIRE SUR PISTE Bulle – Stade de Bouleyres 5'000 m Championnats Fribourgeois	Sporting Athlétisme Bulle www.sabulle.ch www.chronometrage.ch benoit.fragniere@websud.ch
Sa / Sa 03.09.2022 	37. RECHTHALTENLAUF Rechthalten – Turnhalle 10,6 km Jugend 0,25 – 0,5 – 1,0 – 2,0 km Juniors / Kurzstrecke 5.9 km Fun-walking 5.9 km	TSV Rechthalten www.rechthaltenlauf.ch admin@rechthaltenlauf.ch
Sa / Sa 08.10.2022 	27^{ème} COURSE CONTRE LA MONTRE «Chupia Pantè» Marsens – Ferme communale 5,91 km (départ individuel) Dénivellation 132 m Courses jeunesse 0,7 – 1,0 – 2,0 – 2,3 km	CS Marsens www.chupia.ch informations@chupia.ch
Di / So 06.11.2022 	45^{ème} TROPHEE DE LA VALLEE DU FLON Porsel – Halle de gym 12,5 km Dénivellation 220 m Courses jeunesse 1,0 – 2,0 km Juniors / Populaires 5,5 km Walking / Nordic 5,5 km	CS Vallée du Flon www.csvf.ch/trophee/accueil info@csvf.ch