

# Radtouren / MTB-Touren 2019

## Region Bern

Mountainbiketouren

Velotreff

Velotouren



**PRO  
SENECTUTE**  
GEMEINSAM STÄRKER

Datum	Zeit	Treffpunkt	Route	Km	Stufe	Leitung	Besonderes
Mittwoch, 09.01.2019	14.00 Uhr	Restaurant Anker Bern	Gemütliches <b>Zusammentreffen</b> von PS Radlern				Keine Anmeldung erforderlich
Mittwoch, 06.02.2019	14.00 Uhr	Restaurant Anker Bern	Gemütliches <b>Zusammentreffen</b> von PS Radlern				Keine Anmeldung erforderlich
KW 06/19	12.00 Uhr	gemäss Ausschreibung per Mail	<b>Capelli grigi</b> – Wintertouren <a href="http://www.capelligrigi.ch">www.capelligrigi.ch</a>			<b>Bruno</b>	MTB und eMTB; Anmeldung nicht erforderlich
KW 08/19	12.00 Uhr	gemäss Ausschreibung per Mail	<b>Capelli grigi</b> – Wintertouren <a href="http://www.capelligrigi.ch">www.capelligrigi.ch</a>			<b>Peter</b>	MTB und eMTB; Anmeldung nicht erforderlich
Mittwoch, 06.03.2019	14.00 Uhr	Restaurant Anker Bern	Gemütliches <b>Zusammentreffen</b> von PS Radlern				Keine Anmeldung erforderlich
KW 10/19	12.00 Uhr	gemäss Ausschreibung per Mail	<b>Capelli grigi</b> – Wintertouren <a href="http://www.capelligrigi.ch">www.capelligrigi.ch</a>			<b>Richard</b>	MTB und eMTB; Anmeldung nicht erforderlich
KW 12/19	12.00 Uhr	gemäss Ausschreibung per Mail	<b>Capelli grigi</b> – Wintertouren <a href="http://www.capelligrigi.ch">www.capelligrigi.ch</a>			<b>Bruno</b>	MTB und eMTB; Anmeldung nicht erforderlich
Donnerstag, 28.03.2019	10.00 Uhr	Berner Generationenhaus, Ausbildungsraum Pro Senectute	Vorstellen der <b>Rad- und MTB-Saison 2019</b>			<b>alle</b>	Gemäss besonderer Ausschreibung Anmeldung nicht erforderlich
KW 14/19	09.00 Uhr	gemäss Ausschreibung per Mail	<b>Capelli grigi</b> <a href="http://www.capelligrigi.ch">www.capelligrigi.ch</a>			<b>Reto</b>	MTB und eMTB; Anmeldung nicht erforderlich
Dienstag, 09.04.2019 Donnerstag, 11.04.2019	09.00 – ca. 16.30 Uhr	Burgdorf Schützenmatt	<b>MTB Fahrtechnikkurs</b> in Zusammenarbeit mit den anderen Pro Senectute Regionen im Kanton Bern		2-4	<b>Reto</b> Bruno, Philippe, Christian, weitere	Anmeldung gemäss besonderer Ausschreibung bei Pro Senectute Emmental- Oberaargau (Adresse auf Ausschreibung)
Dienstag, 09.04.2019 Donnerstag, 11.04.2019	09.00 Uhr	Liebefeldpark beim See	<b>Gürbe-Aare-Tour</b>		1-2	<b>Dölf</b> Urs	Rad und eBike, Bahn ab Rubigen möglich Anmeldung beim Hauptleitenden
Mittwoch, 17.04.2019	09.00 Uhr	Bahnhof Bümpliz Süd	<b>Velotreff</b> - Eine Plauschfahrt in den Westen. Rundkurs ab Bümpliz nach Süri und zurück mit Kaffeehalt im Restaurant «Zimmermann»	26	1-2	<b>Dölf</b> <b>Bruno</b>	Leichte, gemütliche Tour ohne nennenswerte Steigungen; Anmeldung nicht erforderlich
Donnerstag, 18.04.2019	09.00 Uhr	gemäss Ausschreibung per Mail	<b>Capelli grigi</b> <a href="http://www.capelligrigi.ch">www.capelligrigi.ch</a>			<b>Peter</b> Hansruedi	MTB und eMTB; Anmeldung nicht erforderlich
Dienstag, 23.04.2019	09.00 – ca. 16.30 Uhr	Kaserne Bern	<b>eBike Kurs</b> - Fahrtechnikkurs für eBike und eMTB: Fahrübungen, praktische Umsetzung im Verkehr, Schalten, Bremsen, Kreisverkehr, Linksabbiegen etc.			<b>Peter</b> Richard	Anmeldung bei PS Region Bern Mit eigenem oder gemietetem eBike/eMTB Spezielle Ausschreibung folgt
Donnerstag, 02.05.2019	09.00 Uhr	gemäss Ausschreibung per Mail	<b>Capelli grigi</b> <a href="http://www.capelligrigi.ch">www.capelligrigi.ch</a>		3	<b>Bruno</b>	MTB und eMTB; Anmeldung nicht erforderlich
Dienstag, 07.05.2019	09.00 Uhr	Bhf Bümpliz Süd	<b>Murtensee-Tour</b> - Strecke folgt später mit der Ausschreibung			<b>Richard</b> Peter	Rad und eBike Anmeldung bei der Hauptleitung
Mittwoch, 15.05.2019	09.00 Uhr	Bahnhof Bümpliz Süd	<b>Velotreff</b> - Eine Plauschfahrt in den Westen. Rundkurs ab Bümpliz nach Süri und zurück mit Kaffeehalt im Restaurant «Zimmermann»	26	1-2	<b>Heinz</b> Bruno	Leichte, gemütliche Tour ohne nennenswerte Steigungen; Anmeldung nicht erforderlich
Donnerstag, 16.05.2019	09.00 Uhr	gemäss Ausschreibung per Mail	<b>Capelli grigi</b> <a href="http://www.capelligrigi.ch">www.capelligrigi.ch</a>			<b>Richard</b> Reto	MTB und eMTB Anmeldung nicht erforderlich

# Radtouren / MTB-Touren 2019

## Region Bern

Mountainbiketouren

Velotreff

Velotouren



**PRO  
SENECTUTE**  
GEMEINSAM STÄRKER

Datum	Zeit	Treffpunkt	Route	Km	Stufe	Leitung	Besonderes
Mittwoch, 22.05.2019	09.00 Uhr	Bahnhof Lyss	<b>Thementour Störche</b> - Aare-Rundtour Lyss - Altreu - Büren - Meienried - Lyss	60	2	<b>Ruth Reto</b>	Rad und eBike: Parkplatz beim Schwimmbad Lyss. Anmeldung bei der Hauptleitung bis 20.05. abends, Tagestour
Dienstag, 28.05.2019	09.00 Uhr	gemäss Ausschreibung per Mail	<b>Capelli grigi</b> <a href="http://www.capelligrigi.ch">www.capelligrigi.ch</a> wegen Auffahrt vorverschoben auf Dienstag			<b>Hansruedi Peter</b>	MTB und eMTB; Anmeldung nicht erforderlich
Dienstag, 04.06.2019	09.00 Uhr	Bahnhof Bümpliz Nord	<b>Mont Vully Tour</b> - Bümpliz - Laupen - Kriechenwil - Salavaux - Mt Vully - Sugiez - Kerzers - Golaten - KKW - Hinterkappelen - Bern oder auch Galmiz - Laupen - Sense - Bern	65 85	3 4	<b>Dölf</b>	Rad und eBike: Mt Vully ist mittel bis steil, Bahn ab Laupen oder Kerzers möglich. Anmeldung bei der Hauptleitung
Donnerstag, 13.06.2019	09.00 Uhr	gemäss Ausschreibung per Mail	<b>Capelli grigi</b> <a href="http://www.capelligrigi.ch">www.capelligrigi.ch</a>			<b>Richard Reto</b>	MTB und eMTB; Anmeldung nicht erforderlich
Mittwoch, 19.06.2019	09.00 Uhr	Bahnhof Bümpliz Süd	<b>Velotreff</b> - Eine Plauschfahrt in den Westen. Rundkurs ab Bümpliz nach Süri und zurück mit Kaffeehalt im Restaurant «Zimmermann»	26	1-2	<b>Dölf</b>	Leichte, gemütliche Tour ohne nennenswerte Steigungen; Anmeldung nicht erforderlich
Donnerstag, 27.06.2019	09.00 Uhr	gemäss Ausschreibung per Mail	<b>Capelli grigi</b> <a href="http://www.capelligrigi.ch">www.capelligrigi.ch</a>			<b>Richard Markus</b>	MTB und eMTB; Anmeldung nicht erforderlich
Dienstag, 02.07.2019	09.00 Uhr	Bahnhof Murten	<b>BROYETAL-Tour</b> - Murten - Payerne - Estavayer-le-Lac - Portalban - Montmagny - Salavaux - Faoug - Murten	68	3	<b>Dölf Richard</b>	Rad und eBike; Bahn ab Bern S5 08.08 Uhr, Anmeldung beim Hauptleitenden
Donnerstag, 11.07.2019	09.00 Uhr	gemäss Ausschreibung per Mail	<b>Capelli grigi</b> <a href="http://www.capelligrigi.ch">www.capelligrigi.ch</a>			<b>Peter Bruno</b>	MTB und eMTB; Anmeldung nicht erforderlich
Mittwoch, 17.07.2019	09.00 Uhr	Bahnhof Lyss	<b>Seeland Grosses Moos</b> - Lyss - Kerzers - Murtensee auf dem Gemüsepfad	60	1-2	<b>Ruth Dölf</b>	Parkplatz beim Schwimmbad Lyss oder S- Bahn ab Bern. Anmeldung beim Hauptleitenden
Donnerstag, 25.07.2019	09.00 Uhr	gemäss Ausschreibung per Mail	<b>Capelli grigi</b> <a href="http://www.capelligrigi.ch">www.capelligrigi.ch</a>			<b>Bruno Hansruedi</b>	MTB und eMTB; Anmeldung nicht erforderlich
Dienstag, 30.07.2019	07.00 Uhr 08.15 Uhr 09.00 Uhr 10.15 Uhr	Bhf Bümpliz Nord (Bz) Bhf Münchenbuchsee Bhf Lyss Bhf Biel Seeseite	<b>Bielerseetour</b> - Bümpliz - Lyss - Biel - La Neuveville - Erlach - Hagneck - Bümpliz Variante 2: Lyss - Biel - Seerundfahrt - Biel - Lyss Variante 3/4: Biel - Seerundfahrt - Biel oder Lyss	110 75 42 55	5 3 2	<b>Dölf Urs Heinz</b>	Rad und eBike; Bahnverbindungen folgen mit der Detailausschreibung Anmeldung beim Hauptleitenden
Donnerstag, 08.08.2019	09.00 Uhr	gemäss Ausschreibung per Mail	<b>Capelli grigi</b> <a href="http://www.capelligrigi.ch">www.capelligrigi.ch</a>			<b>Bruno Richard</b>	MTB und eMTB Anmeldung nicht erforderlich
Donnerstag, 15.08.2019	17.00 Uhr	Bahnhof Bümpliz Süd	<b>Vollmondtour mit Grillieren</b> Strecke wird erst später festgelegt Ersatzdatum: Freitag, 16.08.2019	60	3	<b>Heinz Dölf</b>	Nur bei klarem Himmel; Grillgut mitnehmen Voraussetzung: sicheres Fahren bei Nacht, gute Beleuchtung, Rückkehr ca. 23.00 Uhr, gilt als Tagestour Anmeldung beim Hauptleitenden
Sonntag, 18.08.2019	10.00 Uhr	noch offen	<b>Hallo Velo Bern</b> - gemeinsame Fahrt auf der Route von Hallo Velo als Gruppe von Pro Senectute Spezielle Informationen folgen	38	2	<b>Bruno Richard</b>	Präsenz von Velo- und MTB-Gruppe von Pro Senectute Bern repräsentieren (möglichst hellgrünes Shirt anziehen)
Mittwoch, 21.08.2019	09.00 Uhr	Bahnhof Bümpliz Süd	<b>Velotreff</b> - Eine Plauschfahrt in den Westen. Rundkurs ab Bümpliz nach Süri und zurück mit Kaffeehalt im Restaurant «Zimmermann»	26	1-2	<b>Dölf Heinz</b>	Leichte, gemütliche Tour ohne nennenswerte Steigungen; Anmeldung nicht erforderlich
Donnerstag, 22.08.2019	09.00 Uhr	gemäss Ausschreibung per Mail	<b>Capelli grigi</b> <a href="http://www.capelligrigi.ch">www.capelligrigi.ch</a>			<b>Bruno</b>	MTB und eMTB Anmeldung nicht erforderlich

# Radtouren / MTB-Touren 2019

## Region Bern

Mountainbiketouren  
 Velotreff  
 Velotouren



**PRO  
 SENECTUTE**  
 GEMEINSAM STÄRKER

Datum	Zeit	Treffpunkt	Route	Km	Stufe	Leitung	Besonderes
Freitag, 30.08.2019	12.00 Uhr	Bhf Thun	<b>Seelitour</b> - Thun – Amsoldingen – Reutigen – Spiez – Thun (auf Wunsch bis Bern)	42 (70)	2 (4)	<b>Urs Bruno</b>	Halbtagestour Rad und eBike Anmeldung beim Hauptleitenden
Donnerstag, 05.09.2019	09.00 Uhr	gemäss Ausschreibung per Mail	<b>Capelli grigi</b> - Tagestour <a href="http://www.capelligrigi.ch">www.capelligrigi.ch</a>			<b>Richard Peter</b>	MTB und eMTB Anmeldung nicht erforderlich
Mittwoch, 11.09.2019	17.00 Uhr	Bhf Bümpliz Süd	<b>Abendfahrt mit einem Nachtessen</b> in einer Landbeiz	40	2-3	<b>Heinz Bruno</b>	Voraussetzung: sicheres Fahren bei Nacht, gute Beleuchtung. Rückkehr ca. 21.30 h. gilt als Halbtagestour Anmeldung beim Hauptleitenden
Mittwoch, 18.09.2019	09.00 Uhr	Bahnhof Bümpliz Süd	<b>Velotreff</b> - Eine Plauschfahrt in den Westen. Rundkurs ab Bümpliz nach Süri und zurück mit Kaffeehalt im Restaurant «Zimmermann»	26	1-2	<b>Dölf Heinz</b>	Leichte, gemütliche Tour ohne nennenswerte Steigungen; Anmeldung nicht erforderlich
Donnerstag, 19.09.2019	09.00 Uhr	gemäss Ausschreibung per Mail	<b>Capelli grigi</b> <a href="http://www.capelligrigi.ch">www.capelligrigi.ch</a>			<b>Reto Richard</b>	MTB und eMTB Anmeldung nicht erforderlich
Dienstag, 24.09.2019	07.50 Uhr 08.15 Uhr 10.15 Uhr	Bahnhof Bümpliz Nord Köniz, Bärenkreisel Bahnhof Schwarzenburg	<b>Schwarzenburgerland</b> Guggisberg – Rüscheegg – Graben - 4 Holzbrücken Grundbach – Gürbetal – Belp - Bern	75 70 55	4 3	<b>Dölf Bruno</b>	Rad und eBike: Zugverbindungen und Strecke folgt mit Detailausschreibung Anmeldung beim Hauptleitenden
Donnerstag, 03.10.2019	09.00 Uhr	gemäss Ausschreibung per Mail	<b>Capelli grigi</b> <a href="http://www.capelligrigi.ch">www.capelligrigi.ch</a>			<b>Hansruedi Peter</b>	MTB und eMTB Anmeldung nicht erforderlich
Dienstag, 08.10.2019	09.00 Uhr	Bhf Worb SBB (S2)	<b>eBike Tour Emmental</b> - Worb – Stalden – Bowil – Emmenmatt – Lützelflüh – Schafhausen – Walkringen - Worb	56		<b>Richard Urs</b>	eBike oder eMTB; für Miete eines eBike mit Richard Kontakt aufnehmen Anmeldung beim Hauptleitenden
Mittwoch, 16.10.2019	09.00 Uhr	Bahnhof Bümpliz Süd	<b>Velotreff</b> - Eine Plauschfahrt in den Westen. Rundkurs ab Bümpliz nach Süri und zurück mit Kaffeehalt im Restaurant «Zimmermann»	26	1-2	<b>Dölf Heinz</b>	Leichte, gemütliche Tour ohne nennenswerte Steigungen; Anmeldung nicht erforderlich
Donnerstag, 17.10.2019	09.00 Uhr	gemäss Ausschreibung per Mail	<b>Capelli grigi</b> <a href="http://www.capelligrigi.ch">www.capelligrigi.ch</a>			<b>Richard</b>	MTB und eMTB Anmeldung nicht erforderlich
Dienstag, 22.10.2019	ab 15.30 Uhr	offen	Schlussanlass mit <b>Fondue-Plausch</b>			<b>Alle</b>	Info durch Spezielle Ausschreibung
Donnerstag, 31.10.2019	12.00 Uhr	gemäss Ausschreibung per Mail	<b>Capelli grigi</b> - Wintertouren <a href="http://www.capelligrigi.ch">www.capelligrigi.ch</a>			<b>Bruno</b>	MTB und eMTB Anmeldung nicht erforderlich
November/Dezember	12.00 Uhr	gemäss Ausschreibung per Mail	<b>Capelli grigi</b> <a href="http://www.capelligrigi.ch">www.capelligrigi.ch</a> Wintertouren nach Ausschreibung im Internet bzw per Mail Einladung zwei Tage vor der Tour				MTB und eMTB Anmeldung nicht erforderlich

Im Winterhalbjahr werden die Capelli Grigi – MTB Touren in der Regel am Donnerstag durchgeführt. Um aber auf die Wettersituation Rücksicht zu nehmen, kann der Leitende auch innerhalb der Kalenderwoche den Tag festlegen. Dies wird jeweils durch das entsprechende eMail angekündigt bzw kann auf der Internetseite [www.capelligrigi.ch](http://www.capelligrigi.ch) nachgeschaut werden. Wir laden auch alle herzlich ein im Winterhalbjahr an unserem gemütlichen Zusammensitzen im Restaurant Anker in Bern dabei zu sein.

Diese Angebote sind vom Bundesamt für Sozialversicherungen subventioniert, weil sie in besonderem Masse altersspezifischen Beeinträchtigungen entgegenwirken.

