

LAUFGEMEINSCHAFT KAUFUNGEN E.V.

Verein für Laufsport und Leichtathletik



47. Frühjahrsvolkslauf der LG Kaufungen

Kuchenspenden und Helfer gesucht!

AM 13. APRIL 2019 FINDET WIEDER UNSER ALLJÄHRLI-
CHER VOLKSLAUF IM LOSSETAL-STADION STATT (ORGA-
LAUF AM 12.4.19, AB 18 UHR). UM ALLE LÄUFER UND
ZUSCHAUER MIT KUCHEN VERSORGEN ZU
KÖNNEN, BITTEN WIR UM EURE UNTER
STÜTZUNG.



**BITTE BACKT UNS EINEN
KUCHEN!**



DER ERLÖS AUS DEM KUCHENVERKAUF WIRD
FÜR UNSERE KINDER VERWENDET (SPORT-
GERÄTE, VEREINSLAUF-POKALE, WEIH-
NACHTSFEIERN USW.). DER KUCHEN KANN VOR DER VER-
ANSTALTUNG AM STADION ABGEGEBEN WERDEN.

NEBEN DEN KUCHENSPENDEN WERDEN AUCH NOCH **HEL-
FER FÜR STRECKENPOSTEN** SOWIE **HELPER FÜR DAS KÜ-
CHEN- UND VERKAUFSTEAM** GESUCHT.

Vielen Dank!

41. Volkslauf Hofgeismar am 7.4.2019

800m

| Platz | AK | Name | Zeit |
|-------|--------|------------------|----------|
| 1. | MJ U16 | Josua Engelhardt | 00:03:45 |
| 17. | WK U10 | June Jueli Adam | 00:05:15 |
| 28. | MK U10 | Ben Schanze | 00:05:32 |

5km

| Platz | AK | Name | Zeit |
|-------|-----|-------------------|----------|
| 1. | M30 | Julian Christmann | 00:19:03 |
| 2. | M45 | Jerry Schmitto | 00:19:48 |
| 3. | M45 | Sven Beume | 00:21:12 |
| 5. | M60 | Rudolf Lorenz | 00:23:56 |
| 5. | W30 | Alena Weith | 00:25:52 |
| 6. | M40 | Jörg Schanze | 00:26:43 |
| 7. | W30 | Sara Grunwald | 00:27:19 |
| 3. | W35 | Nadine Knauf | 00:29:54 |
| 5. | W55 | Rita Liese | 00:30:00 |
| 8. | W50 | Jane Borrias | 00:34:21 |
| 2. | W60 | Anneliese Räder | 00:35:15 |

9,7km

| Platz | AK | Name | Zeit |
|-------|-----|---------------------|----------|
| 1. | M60 | Karl-Peter Schröder | 00:43:02 |
| 3. | M40 | Andreas Lüers | 00:45:30 |
| 8. | M60 | Jürgen Christmann | 00:54:44 |
| 4. | W50 | Ursula Hein | 01:00:07 |
| 9. | W50 | Marianne Wolf | 01:07:42 |
| 4. | W40 | Christina Bohlen | 01:11:20 |
| 10. | W50 | Doris Pingel | 01:11:20 |

18,3 km

| Platz | AK | Name | Zeit |
|-------|-----|----------------|----------|
| 2. | W35 | Ines Hempel | 01:52:30 |
| 3. | W35 | Susanne Grziwa | 01:59:05 |
| 2. | W60 | Elena Plantera | 02:10:39 |



18. 3 Berge Lauf 2019 Dodenhausen am 6.4.2019

26,2 km

| Platz | AK | Name | Zeit |
|-------|-----|----------------|------------|
| 2. | W40 | Astrid Volland | 02:48:55,6 |

Einladung

zur

Familienwanderung am 1. Mai 2017

Los geht's ab 10 Uhr am Lossetalstadion. Wir wollen gemeinsam wandern und anschließend wird am Vereinsheim - nach guter Tradition - gemeinsam gegrillt.

Wir freuen uns auf einen schönen Tag!!



Vereinsläufe 2019

Es sind 3 Läufe nötig, um einen Pokal zu erhalten. Alle weiteren Teilnehmer erhalten Urkunden. Es werden 5 Läufe angeboten.

Streckenlängen

| | |
|------------------------------------|-------|
| 10.00 Uhr Jahrgang 2016 und jünger | 200m |
| 10.03 Uhr Jahrgang 2014 und 2015 | 200m |
| 10.06 Uhr Jahrgang 2013 | 400m |
| 10.10 Uhr Jahrgang 2012 | 400m |
| 10.15 Uhr Jahrgang 2010 und 2011 | 1000m |
| 10.20 Uhr Jahrgang 2008 und 2009 | 1000m |
| 10.25 Uhr Jahrgang 2004 bis 2007 | 2000m |
| 10.35 Uhr Jahrgang 2003 und älter | 6 km |
| 10.35 Uhr Jahrgang 2003 und älter | 10 km |

Termine: Tannenhütte (Königsalm)

~~17.03.2019~~; 05.05.2019, 23.06.2019, 18.08.2019

**TERMINE**

| | |
|----------|--|
| 12.04.19 | Orgalauf Kaufungen (NHC) |
| 13.04.19 | NHC: 47. Volkslauf der LG Kaufungen |
| 20.04.19 | Rotenburger Osterlauf (NHC) |
| 27.04.19 | Volkslauf HeLi (NHC) |
| 03.05.19 | Abendlauf Heckershausen (NHC) |
| 05.05.19 | 2. Vereinslauf der LG Kaufungen |
| 08.05.19 | Orga-Lauf Körle |
| 11.05.19 | Volkslauf Körle (NHC) |
| 17.05.19 | Orga-Lauf Wolfhagen |
| 18.05.19 | Volkslauf Wolfhagen (NHC) |

**TRAININGSZEITEN****Kinderturnen**

[Dienstag: 16:00 – 17:30 Uhr in der Haferbachhalle]

Kinderleichtathletik | Spiel und Spaß

[Montags 16:30-18:00 Stadion (Sommer), Montag 16:00-17:30 IGS Halle (Winter)]
[Mittwoch 16:30 Uhr – 18:00 Uhr, Lossetalstadion ganzjährig]

Kinderleichtathletik | Nach dem Konzept des DLV

[Montag: 17:00-18:30 Uhr Winter: IGS, Sommer: Lossetalstadion]
[Mittwoch 16:30 Uhr – 18:00 Uhr, Lossetalstadion ganzjährig]
[Donnerstag: 16:00 – 17:30 Uhr Lossetalhalle ganzjährig]

Leichtathletik

[Montag: 18:30-20:00 Uhr, Winter: IGS, Sommer: Lossetalstadion]

[Mittwoch: 18:00 – 19:30 Uhr, Lossetalstadion ganzjährig]

[Donnerstag: 17:30 – 19:30 Uhr, Lossetalhalle ganzjährig] **Lauftraining (Kinder und Jugendliche)**

[Montag: 17:30 – 19:00 Uhr, Lossetalstadion]

[Mittwoch: 17:30 – 19:00 Uhr, Lossetalstadion] **Lauftreff (Erwachsene)**

[Mittwoch: 17:30 Lossetalstadion ganzjährig]

(Nordic -) Walking

[Montag: Gruppe 1 ab 08:30 Uhr, Naturfreundehaus]

[Montag: Gruppe 2 ab 18:00 Uhr, Lossetalstadion]

[Freitag: ab 08:30 Uhr, Fortgeschrittene]

Fitness, Gymnastik

[Donnerstag: 19:00 – 20:00 Uhr, Lossetalhalle (Winter), 18:00 – 19:30 Uhr, IGS Halle (Sommer)]

Sportabzeichen

nach Vereinbarung Tel. 1320 Horst Liese

Ansprechpartner für Fragen: Sara Grunwald, 2.vorsitzender@lg-kaufungen.de

In den Schulferien findet grundsätzlich kein Training statt. Das Wintertraining ist die Zeit zwischen Herbst- und Osterferien, das Sommertraining beinhaltet die Zeit zwischen Oster- und Herbstferien.

Trainingszeiten finden sie auch im Internet unter <http://verein.lg-kaufungen.de/zeiten.php>.

SPAß AUSSER DER REIHE

Anregungen und Wünsche nimmt Christine Assmuth (Tel. 5859) gern entgegen.

LAUFGEMEINSCHAFT KAUFUNGEN IM INTERNET

Aktuelle Fotos von Läufen und Sportfesten findet Ihr unter

www.lg-kaufungen.de

www.silvesterlauf.eu



www.facebook.com

Ein Info-Kasten der Laufgemeinschaft mit Informationen, Terminen und Ergebnissen befindet sich im Lossetal-
Stadion am Vereinsheim.

SPORTBEKLEIDUNG

Ansprechpartner sind Horst und Reinhild Liese, Tel. 05605-1320.