

# LAUFGEMEINSCHAFT KAUFUNGEN E.V.

Verein für Laufsport und Leichtathletik



## Barmer Womens Run am 03.08.2019 in Köln!

**[Bericht: Rita]** Am 03.08.2019 begaben sich Elisabeth, Rita und Ursula bei schönem Wetter auf den Weg nach Köln zum Barmer Women's Run. Es wurde die Distanz von 5 km Laufen und Walking gewählt. Die Läufe über 5 und 8 Kilometer fanden direkt am Kölner Rhein statt.

Auf unserer Laufstrecke konnten wir einen herrlichen Panoramablick auf den Rhein und den Dom genießen. Die Überquerung der Deutzer Brücke und der Hohenzollernbrücke fehlte dabei nicht. Mit vielen Bildern und Eindrücken sind wir mit Glücksmomenten und Gänsehaut-Feeling pur im Ziel angekommen und freuen uns schon heute auf den nächsten Frauenlauf.





## 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, 22.09.2019



## TERMINE

- 17.8. Nordhessische Meisterschaft 4Kampf U14/U16 in Willingen  
 18.8. Nordhessische Meisterschaft 4Kampf U12 in Melsungen  
**18.8. 4. Vereinslauf der LG Kaufungen**  
 23.8. NHC Ahneparklauf Vellmar  
 24.8. KiLa in Heiligenrode für U8 und U10, ab 10 Uhr  
 28.8. Kreis-Einzelmeisterschaften U12, Buchenau-Stadion Kassel-Wehlheiden ab 16:30 Uhr  
 08.9. Kreismeisterschaft Mehrkampf U12 Kassel Auestadion  
 08.9. NHC WVC Kassel



## 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]

### 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](http://www.lg-kaufungen.de)

[www.silvesterlauf.eu](http://www.silvesterlauf.eu)

 [www.facebook.com](http://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.