

LAUFGEMEINSCHAFT KAUFUNGEN E.V.

Verein für Laufsport und Leichtathletik



4. Vereinslauf am 18. August 2019

200m

Vorname	Nachname	AK	Zeit
Liam	Adam	MU4	00:02:23

400m

Vorname	Nachname	AK	Zeit
Annabelle	Ernst	WU8	

1000m

Vorname	Nachname	AK	Zeit
Paul	Hertel	MU12	00:04:50
Finn	Petersen	MU10	00:04:55
Marlon	Kohlhase	MU10	00:05:00
June	Adam	WU10	00:05:10

2000m

Vorname	Nachname	AK	Zeit
Paul	Steffek	MU14	00:08:37
Noel	Nödler	MU14	00:08:50
Leonard	Ernst	MU14	00:10:05
Marvin	Lange	MU14	00:11:23

6km

Vorname	Nachname	AK	Zeit
Timo	Kuhrau	M55	00:23:03
Uwe	Stickelmann	M35	00:24:56
Oliver	Paul	M20	00:27:47
Norbert	Werner	M50	00:29:31
Christian	Ernst	M40	00:29:52
Jürgen	Christmann	M60	00:30:25
Susanne	Grziwa	W35	00:38:45
Veronika	von Tichy	W40	00:38:50
Holger	Hempel	M55	00:39:03
Ute	Hempel	W55	00:40:23
Isabell	Adam	W35	00:40:34
Sandy	Ernst	W40	00:43:48

10km

Vorname	Nachname	AK	Zeit
Herbert	Engel	M60	00:48:04
Claudia	Hertel	W45	00:48:44
Sven	Beume	M45	00:49:30
Torsten	Würtz	M50	00:51:58
Ines	Hempel	W35	00:59:20







Tierparklauf Sababurg am 18. August 2019

Halbmarathon

Platz	AK	Name	Zeit
11	M55	Peter Grunwald	02:49:38

1000m

Platz	AK	Name	Zeit
2	WU12	Annika Stephainski	0:03:54

Platz	AK	Name	Zeit
1	MU16	Alexander Stephainski	0:03:39

5km

Platz	AK	Name	Zeit
2	W35	Nadine Knauf	0:30:50

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

- 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
- 01.9. (NHC) 38. Wehlheider Volkslauf
- 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

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.