

# LAUFGEMEINSCHAFT KAUFUNGEN E.V.

Verein für Laufsport und Leichtathletik



## 2. Ahneparklauf in Vellmar am 23. August 2019

1000m

Platz	AK	Name	Zeit
2.	MJ U14	Sandro Glock	03:31
2.	MJ U16	Alexander Stephainski	03:39
3.	WK U12	Annika Stephainski	03:55
13.	WK U12	Jula Nevenhagen	04:38
26.	WK U10	June Jueli Adam	05:16

5km

Platz	AK	Name	Zeit
2.	M60	Herbert Engel	22:49
6.	M60	Jürgen Christmann	27:01
3.	WJ U23	Céline Grunwald	27:19
3.	W55	Elke Schellenberg	29:05
3.	W35	Susanne Grziwa	29:11
4.	W35	Nadine Knauf	29:30
2.	W60	Elena Plantera	31:16

10km

Platz	AK	Name	Zeit
5.	W40	Christina Bohlen	01:14:45
8.	W50	Doris Pingel	01:14:46

## Sportscheck Lauf am 23. August 2019

5km

Platz	AK	Name	Zeit
8	40	Ernst, Christian	00:24:15
15	40	Schanze, Jörg	00:27:13
18	45	Kiesel, Christian	00:29:23
26	35	Krause, Rainer	00:31:09
11	40	Von Tichy, Veronika	00:31:23
19	35	Stiebich, Bianca	00:32:35
20	35	Adam, Isabel	00:32:50
26	50	Ernst, Christian	00:34:24
16	40	Bock, Agnes	00:34:32
33	50	Geuer, Stefan	00:35:08
19	40	Schwedes, Tanja	00:36:21
22	40	Schuller, Kristina	00:37:10
32	50	Borrias, Jane	00:37:37
25	45	Lorenz, Christiane	00:37:41
32	30	Gessner, Carina	00:37:53

## 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

- 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](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.