

LAUFGEMEINSCHAFT KAUFUNGEN E.V.

Verein für Laufsport und Leichtathletik



Einladung

Hiermit laden wir euch ganz herzlich zu unserer Weihnachtsfeier

am 8. Dezember 2019 ab 16 Uhr

in der Haferbachhalle in Kaufungen ein.

Wir wollen ein gemütliches Zusammensein zur kalten Jahreszeit für Klein und Groß miteinander verbringen. Es soll ein entspannter weihnachtlicher Nachmittag werden.

Dafür bitten wir euch, etwas für das Kuchen-/Fingerfood-Buffer mitzubringen.

Bitte denkt auch daran, euch Geschirr (Teller, Tasse, Besteck) mitzubringen.

Neben dem Buffet planen wir auch ein kleines Weihnachtsquiz für die Kinder.

Im Laufe des Nachmittages finden wie gewohnt die Ehrungen für die Vereinsläufe und Sportabzeichen statt.

Wir freuen uns auf euch!



Crosscup Hess. Lichtenau am 9.11.2019

Luisa Nitschke, David Werner und Andreas Lüers erfolgreich

[Bericht: Ilse Gutschank] Am Samstag, den 09.11.2019, fand vor den Toren von Hessisch Lichtenau der 1. Lauf im Rahmen des Crosscup Nordhessens statt. Die LG Kaufungen schickte **Luisa Nitschke, David Werner und Andreas Lüers** auf den 2000m bzw. 4900m Rundkurs. Die Strecke war keineswegs leicht für die Athleten, wies Gefälle aber auch vor dem Ziel eine ca. 200m Steigung auf.

Bei den jungen Damen ging der Klassensieg (WJU 20) an **Luisa Nitschke in 10:02 Minuten**.

Reiner Gutschank, der seine Schützlinge vor Ort betreute, war begeistert, wie **David Werner** leichtfüßig diese schwierige Strecke bewältigte und mit einem **dritten Platz der M30 in 29:54 Minuten** ins Ziel kam.

Andreas Luers überzeugte in der **M 40 in 34:26 Minuten** und wurde Zweiter.

Herzlichen Glückwunsch!

Reiner und Ilse Gutschank





1. Winterlauf in Ippinghausen am 17.11.2019

15km

Platz	AK	Name	Zeit
3.	M30	David Werner	01:01:18
2.	M50	Timo Kuhrau	01:04:16
5.	M40	Andreas Lüers	01:08:56
1.	M60	Karl-Peter Schröder	01:09:38
6.	W40	Astrid Volland	01:28:16
5.	W30	Susanne Grziwa	01:35:28
6.	W30	Ines Hempel	01:35:29



TERMINE

26.11. **Vorstands- & Helfersitzung Silvesterlauf, 19 Uhr Vereinsheim**

30.11. Crosslauf Obervorschütz

01.12. 2. Winterlauf Ahnatal

08.12. Adventslauf Melsungen

08.12. **Weihnachtsfeier / Ehrungsabend**

15.12. 2. Winterlauf Ippinghausen



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.