

LAUFGEMEINSCHAFT KAUFUNGEN E.V.

Verein für Laufsport und Leichtathletik



Einladung zur Neujahrsbegrüßung 2020

Am Freitag, den 14. Februar 2020 um 19 Uhr im Vereinsheim.



Wir werden, wie in jedem Jahr, einen Kostenbeitrag von 10 € pro Person für das Buffet erheben. Über mitgebrachte Desserts und Salate würden wir uns freuen!

Bitte meldet Euch verbindlich bis zum **10. Februar 2020** an, entweder per Email an vorstand@lg-kaufungen.de oder telefonisch unter 05605-7826.

Liebe LG Mitglieder,
wir laden euch zu einer gemeinsamen
Winterwanderung am Sonntag, den 2.
Februar 2020 recht herzlich ein.

Wir starten am Vereinsheim um 10:00
Uhr. Durch den Kaufunger Wald
wandern wir nach Wattenbach.
Dort lassen wir uns im Restaurant
Waldschlösschen mit Speisen und
Getränken verwöhnen.
Nach der Einkehr geht's zurück nach
Kaufungen.

Selbstverständlich können auch Freunde
und Familienmitglieder mit uns gehen!

Für unsere Planung benötigen wir Eure
Anmeldung bis zum 19. Januar 2020
an Ines Hempel oder Astrid Volland
(hempel.lgk@gmx.de oder 01636368317)

Wir freuen uns auf euch und einen
gemeinsamen Sonntag mit euch!

Ines und Astrid



Winterlaufserie Ahnatal, 3. Lauf am 12.1.2020

5km

Platz	AK	Name	Zeit
1	MS	Dieterich, Jakob	18:47,3
2	M30	Werner, David	19:30,9
2	W40	Alpermann, Johanna	25:13,1
2	W20	Banschbach, Ann-Katrin	26:22,8

10km

Platz	AK	Name	Zeit
24	M50	Grunwald, Peter	1:08:41,4
8	W30	Grunwald, Sara	1:10:08,6

Abschlusstraining Leichtathletik 2019

Beim Jahresabschlusstraining gab es drei inoffizielle Ehrungen für besondere Leistungen im Jahr 2019.

Jesper Stäber nimmt noch nicht sehr lange am Leichtathletiktraining teil, wollte aber bereits nach wenigen Trainingseinheiten an den Kreismehrkampfmeisterschaften teilnehmen und wurde direkt Erster.

Auch Paul Steffek hat in diesem Jahr, als einer von wenigen, einen erfolgreichen Wettkampf bestritten.

Sara Grunwald ist ebenfalls das ganze Jahr über immer wieder erfolgreich unterwegs gewesen.

Trainerin Uschi Hendrich wünscht ihren Athleten auch im neuen Jahr wieder viel Spaß und Erfolg zu den bevorstehenden Wettkämpfen.





TERMINE

19.01.20	Winterlaufserie Ippinghausen, 3. Lauf
02.02.20	Winterwanderung, 10 Uhr am Stadion
08.02.20	Crosslauf Baunatal
09.02.20	Winterlaufserie Ahnatal, 4. Lauf
14.02.20	Neujahrsbegrüßung, 19 Uhr Vereinsheim
15.02.20	Winterlaufserie Ippinghausen, 4. Lauf
25.02.20	Jugendvollversammlung, 19 Uhr Vereinsheim
25.02.20	Vorstands-/Helfersitzung Vorbereitung Volkslauf
29.02.20	Crosslauf Diemelsee
08.03.20	1. Vereinslauf
08.03.20	Winterlaufserie Ahnatal, 5. Lauf
15.03.20	NHC Hofgeismar
20.03.20	Jahreshauptversammlung, 19:30 Uhr Vereinsheim



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.