

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.

Winterlaufserie Ippinghausen, 3. Lauf am 19.1.2020

Jakob Dieterich Klassensieger der MJU16 über 4,2 km

[Bericht: Ilse Gutschank] Bei dem 3.Lauf der Winterlaufserie am 19.1.2020 in Ippinghausen waren acht Aktive der LG Kaufungen am Start.

Als Erster Läufer der MJU 16 blieb Jakob Dieterich über die 4,2 km Distanz erstmals unter 17 Minuten und lieferte sich mit Anne Schwarz (TSV Niederelsungen) einen spannenden Endspurt der letzten 100m und siegte in 16:56 Minuten.

Erfolgreich waren auch unsere Altersklassenläufer/innen über die anspruchsvolle 15 km Strecke im Wolfhager Stadtwald.

Beste Laufzeit der Männer erzielte David Werner (M30 in 1:03,01 Std.) gefolgt von Timo Kuhrau (M50 in 1:04,21 Std.) und Jörg Bennecke (M50 in 1:21,49 Std.).

Stärkste Frau über 15 km war Astrid Volland (W 40 in 1:17:05 Std) vor Johanna Alpermann (W40 in 1:19,41 Std). Unsere Damen mit Sandra Bennecke (W40 in 1:37,59 Std) Ines Hempel (W30 in 1:38,00 Std.) und Susanne Grziwa (W30 in 1:38,00 Std.) liefen als Team glücklich ins Ziel ein.

Herzlichen Glückwunsch,
Reiner und Ilse Gutschank

4,2km

Platz	AK	Name	Zeit
1.	MJU16	Jakob Dieterich	16:56

15km

Platz	AK	Name	Zeit
8.	M30	David Werner	01:03:01
6.	M50	Timo Kuhrau	01:04:21
15.	M50	Norbert Werner	01:15:04
3.	W40	Astrid Volland	01:17:05
6.	W40	Johanna Alpermann	01:19:41
31.	M50	Jörg Bennecke	01:21:49
11.	W40	Sandra Bennecke	01:37:59
7.	W30	Susanne Grziwa	01:38:00
8.	W30	Ines Hempel	01:38:00







TERMINE

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.