

LAUFGEMEINSCHAFT KAUFUNGEN E.V.

Verein für Laufsport und Leichtathletik



Liebe Kinder, Jugendlichen und interessierten Eltern,

hiermit lade ich Euch zu unserer Jugendversammlung am 25.02.2018 um 19.00 Uhr ins Vereinsheim im Lossetalstadion ein.

Tagesordnung:

1. Eröffnung und Begrüßung
2. Wahl des Jugendwartes
3. Wahl des Jugendausschusses (Stellvertreter, Beisitzer, Jugendvertreter)
4. Beschlussfassung vorliegender Anträge
5. Verschiedenes

Anträge können von jedem stimmberechtigten Mitglied bis 8 Tage vor der Versammlung beim Vorstand abgegeben oder per E-Mail an vorstand@lg-kaufungen.de gesandt werden.

Mit freundlichen Grüßen

Corinna Renken
Jugendwart in

Informationen zum Kurs für Lafeinsteiger „0 auf 30“ der LG Kaufungen

Liebe Laufkursteilnehmer,
die LG Kaufungen bietet 2020 wieder einen Kurs für Lafeinsteiger an.

- Zeitraum:** Montag, 20. April 2020 bis Mittwoch, 8. Juli 2020 jeweils montags um 18:30 Uhr und mittwochs um 17:30 Uhr
- Ort:** Lossetalstadion Kaufungen
- Ziel:** Ziel des Laufkurses ist es, den Teilnehmern innerhalb von 12 Wochen zu ermöglichen, eine Zeit von 30 Minuten durchzulaufen
- Kosten:** Der Kurs kostet 20,- €, beinhaltet eine befristete Mitgliedschaft (wegen der Versicherung) in der LG Kaufungen bis zum 31.12.2020 und berechtigt zur Teilnahme an den Veranstaltungen der LG Kaufungen wie Weihnachtsfeier, Vereinslauf usw. sowie einem Freistart für den Silvesterlauf in Kaufungen.
- Sonstiges:** Wir möchten uns am Montag, 20. April 2020 um 18:15 Uhr mit euch im Lossetalstadion zum ersten Lauf treffen. Vorab möchten wir eine kurze Vorstellungsrunde machen und stehen euch für Fragen zur Verfügung. Bitte denkt an bequeme Laufkleidung und Laufschuhe, eine Kleinigkeit zu trinken und vor allem eine Jacke zum Drüberziehen für danach.

Zum Schluss möchten wir noch kurz darauf hinweisen, dass es sich um einen Laufkurs handelt und wir uns in kleinen Schritten unserem Ziel nähern wollen. Wir setzen allerdings voraus, dass die Teilnehmer gesundheitlich und körperlich dazu in der Lage sind.

Sollte es noch Fragen zum Kurs oder sonstigen Themen rund um das Laufen geben, stehen wir euch gerne zur Verfügung.

Email: lauftreff@lg-kaufungen.de oder **telefonisch** unter 0173/2841825

Eure Lauftreff-Leiter
Marianne Wolf und Jörg Schanze

Die LG Kaufungen Winterwanderung am 2. Februar 2020 oder: Ohne Matsch kein Quatsch!

Das nicht gerade sehr winterliche Wetter hat sich alle Mühe gegeben, uns einen nassen Strich durch die Rechnung zu machen. "Lasst uns eine Winterwanderung machen!", hatten wir gesagt. "Das wird bestimmt schön, so im Schnee durch den Wald zu laufen!". Die Realität sah dann leider anders aus.

Aber: Spaß ist, was man daraus macht!

Im Dauerregen und bei recht frischen Temperaturen brachen ca. 40 tapfere Wandersleute am Sportplatz auf, um nach Wattenbach zu wandern. Nach gut 10 Kilometern durch den matschigen Kaufunger Wald kamen wir dann - zum Teil nass bis auf die Knochen - am Waldschlösschen an. Dort erwarteten uns die etwas weniger Tapferen, die lieber mit dem Auto angereist sind. Das Wetter tat der Stimmung kaum Abbruch, es waren alle noch recht gut gelaunt. Schließlich gab's ja nun Futter und Getränke!

Nachdem alle satt und wieder einigermaßen trocken waren, ging es über den Belgerkopf für die Hälfte der Gruppe auch zu Fuß wieder zurück nach Kaufungen. Der Regen hatte nun gestoppt, und zur Belohnung für's Durchhalten kam am Ende sogar ganz kurz die Sonne zum Vorschein...

Fazit: Es war trotz aller Widrigkeiten doch ein schöner Sonntag, den wir bei besserem Wetter auf alle Fälle wiederholen müssen!









Crosslauf Baunatal am 8.2.2020

Platz	AK	Name	Zeit	Strecke
2	M30	Werner David	31:37	7500m
2	W45	Alpermann Johanna	25:10	4900m
3	WJU20	Nitschke Luisa	8:47	2000m
1	M15	Dieterich Jakob	7:16	2000m

Winterlaufserie Ahnatal, 4. Lauf am 9.2.2020

5km

Platz	AK	Name	Zeit
1	MS	Dieterich, Jakob	18:57
3	W20	Banschbach, Ann-Katrin	27:34
3	M30	Werner, David	19:45
2	W40	Alpermann, Johanna	24:57

10km

Platz	AK	Name	Zeit
5	W30	Grunwald, Sara	01:08:42



TERMINE

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.