

# LAUFGEMEINSCHAFT KAUFUNGEN E.V.

Verein für Laufsport und Leichtathletik



## !!! WIEDERAUFNAHME VEREINSLÄUFE 2020

Wir wollen am 05.07.2020 wieder mit den Vereinsläufen starten. Voraussetzung ist eine vorherige Anmeldung der LäuferInnen und der Begleitpersonen per Mail an den Vorstand unter [vorstand@lg-kaufungen.de](mailto:vorstand@lg-kaufungen.de).

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 2017 und jünger	200m
10.03 Uhr Jahrgang 2015 und 2016	200m
10.06 Uhr Jahrgang 2014	400m
10.10 Uhr Jahrgang 2013	400m
10.15 Uhr Jahrgang 2011 und 2012	1000m
10.20 Uhr Jahrgang 2009 und 2010	1000m
10.25 Uhr Jahrgang 2005 bis 2008	2000m
10.35 Uhr Jahrgang 2004 und älter	6 km
10.35 Uhr Jahrgang 2004 und älter	10 km

### Termine: Tannenhütte (Königsalm)

05.07.2020, 16.08.2020

Die Weihnachtsfeier mit Ehrungen findet am 06.12.2020 in der Haferbachhalle statt.

## Trainingseinstieg Mittel- und Langstrecke am 18.5.2020

Wir haben wie folgt trainiert:

Treffpunkt: Parkplatz Lossetalstadion Montag + Mittwoch um 17:30 Uhr  
Einlaufen: in 4er Gruppen zur DRK Klinik  
Koordination: 4er Gruppen  
Tempoeinheit: 4er Gruppen im Wäldchen unterhalb der Klinik  
Sprints: 2er Gruppen 3 x 120 m Abstand jeweils 15 m  
Auslaufen: 4er Gruppen zum Lossetalstadion.

Die Athleten wurden per E-Mail zum Sicherheitsabstand usw. (Corona) informiert und nochmals vor Ort.





## **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](https://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.