

Newsletter



August/September 2016



Zeiselberg 3. August

Dieses Jahr wieder mit Sonnenschein (Antje musste mit Petrus ein ernsthaftes Wörtchen reden)



...deswegen heißt die Gruppe ja auch Lauf- und Feierteam....



Training am 16. August mit Abschluß – Hedi aus der Vorjahresgruppe Lauf Geht's spendete eine Kiste alkoholfreies Weizen – trotz Urlaub war an diesem Tag das Training gut besucht....



Und die erste Laufhochzeit: Markus und Katja gaben sich am 13.8. das JA-Wort.
Wir gratulieren ganz herzlich diesem sympathischen Paar und wünschen ihnen alles Gute !!!!!



**Unsere Boogie-Moni beim 6. Panoramalauf rund um die Burg Are 27.8.16
im wunderschön gelegenen Ahrtal bei Altenahr in der Eifel (ca. 30 km südwestlich von Bonn).**

Aufgrund geänderter Streckenführung (Unwetterschäden) war die Strecke dieses Jahr 34 km lang und hatte tatsächlich auch noch 100 HM mehr, also 1200 HM insgesamt. Beim Start hatten wir noch lediglich 25 Grad. Allerdings pendelte sich die Temperatur dann doch bei 34 Grad ein. Bei 5 Verpflegungsstationen und einem gut bestückten Laufgürtel war viel Trinken und Kühlung von Kopf und sonstigen Körperteilen angesagt. Nur gut, dass die ein oder andere Streckenführung auch im Wald lag. Die Steigungen hatte es in sich, zum Teil heftigste Wanderwege, die bergab volle Konzentration forderten und vor allem mega in die Oberschenkel ging. Glücklicherweise kam ich dann nach 04:17 ins Ziel, 2. AK W45 und 11 insgesamt.



Teilnahme von Norbert am Ultra Trail in Celje (Slovenien)
Europacup Wertungslauf

1. Platz in der M65

Länge 75 km mit 800 HM, davon die letzten 40 km auf einer Landstrasse bei starkem Verkehr und bei ca. 32° C voll in der Sonne - leider kein Wind ausser dem Fahrtwind der entgegenkommenden Autos und Motorräder. Das war der 4. Ultra dieses Jahr und der härteste, aber auch landschaftlich der schönste. Motto für Celje: einmal im Leben musst du hin - aber nur einmal.



Remstalarathon Vorbereitung – am Sonntag um 6.45 Uhr starteten auf der Originalstrecke die Langen (Gabi, Thomas, Antje, Florian, Karl und Michaela) 35,5 km und die halblangen (Rebecca und Jasmin) ca. 26 km



Fabian und Peter am Samstag 10. September beim Firmenlauf in Stuttgart



12. Lauterner Landschaftsläufe am 11. September

Ein heißer Sonntag – aber unser Team war super:

Über die 12,6 km Strecke liefen

Elke Wagner wurde 3. in ihrer AK 45 mit 1:08.35

Rainer Dreiwurst belegte den 8. Platz in seiner AK 55 mit 1:11.31

Doro Seitler war auf Platz 4 ihrer AK 55 mit 1:12.59

Über die 23,5 km Strecke liefen

Gabi Sobl siegte in ihrer Altersklasse W50 mit 2:19.46 und

Petra Lang kam auf den 5. Platz in derselben AK mit 2:37.57



...und wieder ein Trainingslauf zum Remstal(halb)marathon am Sonntag Morgen um 6.30 Uhr...



Start zum Remstalmarathon am 25. Oktober 2016



Die Gelben kommen - Udo und Alex voraus



Die Halbmarathon-Jungs



Juhuuu – im Halbmarathon-Ziel



Birgit auf der Überholspur



Claudia läuft den Männern davon



Harald mit den Mädels.... Die Katrin fehlt – womöglich ist die gleich wieder mit dem Fahrrad auf und davon....



Die Staffeldamen Alexandra, Barbara, Yessica, Martina und Elke auf Platz 5



Andrea stürmt ins Ziel, gefolgt von Uli und Klaus



Unsere Marathonläufer



Staffelübergabe in Lorch



Alexandra und Steffi



Noch gaaaaaaaanz frisch...



Gerhard konzentriert.... Moni jubelt als Helferin.... Walli unterstützt auf der Strecke



Erkennt ihr sie ???? Jasmine und Kim beim Tough Mudder – 18 km / 20 Hindernisse

Vorausschau

Läufe und Events in unserer Nähe:

16.10.2016 Laufveranstaltung mit Berglauf
Veranstalter: Schneelaufverein Geislingen / Württemberg
Startort: 73312 Geislingen/Steige, Stadion TG Geislingen
Strecke/erster Start: 5,5 km 250 Hm ab 10.00 Uhr
Meldeadresse: E-Mail: berglauf@schneelaufverein-geislingen.de
Internet: www.schneelaufverein-geislingen.de

22.10.2016 Laufveranstaltung mit Berglauf
Veranstalter: DJK-SG Schwäbisch Gmünd / Württemberg
Startort: 73525 Schwäbisch Gmünd, Bocksgasse/Johannisplatz
Strecke/erster Start: 50/25 km Berglauf; 10 km; 50 km Staffette; 1,7 km
Jugendlauf; 0,350 - 1,050 km Bambini-/Schülerläufe
ab 10.00 Uhr
Meldeadresse: Sparkassen Alb Marathon Schwäbisch Gmünd,
Postfach 1169, 73501 Schwäbisch Gmünd, Tel.: 0172/6256963,
E-Mail: samsg@arcor.de

06.11.2016 Volkslauf
Veranstalter: TV Steinheim / Württemberg
Startort: 89555 Steinheim am Albuch, Wentalhalle
Strecke/erster Start: 10 km Volkslauf; 5 km Fitnesslauf; 7 km Walking;
1,5/1 km Schüler ab 10.00 Uhr
Meldeadresse: Ralf Geringer, Wagnerstraße 40,
89555 Steinheim am Albuch, Tel.: 0176/24197263,
E-Mail: meldungen@geologenlauf.de
Internet: www.geologenlauf.de

03.12.2016 Volkslauf
Veranstalter: TSG Schnaitheim / Württemberg
Startort: 89520 Heidenheim, Sportpark Moldenberg,
Moldenberg 3
Strecke/erster Start: 10 km Hauptlauf; 2,5/1,5 km Nikolausläufe
ab 13.00 Uhr
Meldeadresse: Jürgen Käder, Brunnenstr. 43, 89520 Heidenheim,
Tel.: 07321/275858, E-Mail: jkaeder@gmx.de
Internet: www.tsg-leichtathletik-rasenkraftsport.heidenheim.com

04.12.2016 Laufveranstaltung mit bestenlistenfähiger Strecke
Veranstalter: Post SV Tübingen / Württemberg
Startort: 72076 Tübingen, Waldhäuserstraße 118
Strecke/erster Start: 21,1 km ab 10.00 Uhr
Meldeadresse: Gerold Knisel, Hallstattstr. 10, 72070 Tübingen
Internet: www.nikolauslauf-tuebingen.de

17.12.2016 Volkslauf
Veranstalter: DJK Göppingen / Württemberg
Startort: 73033 Göppingen, DJK Sportplatz
Strecke/erster Start: 10/5 km; 2,2/1,2 km Schüler ab 14.00 Uhr
Meldeadresse: Andreas Hinterschweiger, Föhrenweg 28,
73054 Göppingen, Tel.: 07161/91620; 0151-50627224
Internet: www.salach.allmendinger.de

31.12.2016 Laufveranstaltung mit Walking/Nordic Walking
Veranstalter: TSV Ottenbach / Württemberg
Startort: 73113 Ottenbach, Sportgelände "Im Buchs"
Strecke/erster Start: 10/7 km; 7 km Walking; Jugend-Kinderläufe
ab 12.00 Uhr
Meldeadresse: Online-Anmeldung
Internet: www.tsv-ottenbach.de

31.12.2016 Volkslauf
Veranstalter: TSG Backnang / Württemberg
Startort: 71522 Backnang, Rathaus
Strecke/erster Start: 10 km; 2,5 km Jugend; 0,6 km Bambini ab 14.00 Uhr
Meldeadresse: Online-Anmeldung
Internet: www.backnanger-silvesterlauf.de