

Neujahrslauf in der Fasanerie

Am **01.01.2016** findet wieder unser traditioneller Neujahrslauf statt. Der Start erfolgt für alle Lauffreunde 11 Uhr an der Spiel- und Abenteuerwiese/Ecke Tierpark.

Weitere sportliche Höhepunkte:

05.03. Haideburger Waldlauf, Dessau
20.03. Regensteinlauf Blankenburg
03.04. Berlin Halbmarathon
09.04. Kyffhäuserlauf
17.04. Tangermünde Marathon
24.04. Oberelbe Marathon
21.05. Rennsteiglauf
29.05. Elb-Brücken-Lauf Magdeburg
17.06. Kochstedter Heidelauf
26.06. Bergwitzsee-Triathlon
20.08. Strongman Run Ferropolis
10.09. Lauf über den Gläsernen Mönch
18.09. Dessauer Citylauf
02.10. Petersberglauf
03.10. Geiseltalseelauf
03.10. Brückenlauf Bernburg
09.10. Mitteldeutscher Marathon
23.10. Magdeburg Marathon
23.10. Morgenpost Dresden-Marathon
31.12. Silvesterlauf Trinum

Über uns:

Wir sind ein Sportverein, der insbesondere auf den Breiten- und Freizeitsport ausgerichtet ist. Neben dem wettkampforientierten, regionalen Laufsport betreiben die Mitglieder derzeit die Sportarten Volleyball, Badminton, Radfahren und Cross-Skating. Neue Mitglieder aller Altersklassen, vom Anfänger bis zum Erfahrenen, sind jederzeit herzlich willkommen.

Kontakt:

Freizeitsportverein Köthen e.V.
c./o. Christian Pelzer
Springstr.36
06366 Köthen

Telefon: 03496 216436

E-Mail: info@fsv-koethen-anhalt.de

Weitere Informationen:

- www.fsv-koethen-anhalt.de
- Schaukasten neben dem Eingang der Gaststätte „Am Stadion“

Haftung bei allen Veranstaltungen:

Die Teilnahme erfolgt auf eigenes Risiko. Vom Veranstalter/ Ausrichter wird keine Haftung für Schäden jeglicher Art übernommen. Dies gilt auch für Unfälle, abhanden gekommene Bekleidungsstücke und andere Gegenstände.



Freizeitsportverein Köthen e.V.

Termine 2016



Trainingszeiten der Laufgruppe

Stadion an der Rüsternbreite

Montag 17.00 – 19.00 Uhr
Donnerstag 17.00 – 19.00 Uhr

Regio-Cup-Läufe

Im Jahr 2016 werden insgesamt 8 Regio-Cup-Läufe durchgeführt. Gewertet werden alle Punktgewinne entsprechend der Punktwertung. Mindestteilnahme: 3 Läufe

Altersklassen:

Geburtsjahr gemäß der DLV-Altersklasseneinteilung. Senioren ab AK 65 können wahlweise auch die kürzere Frauenstrecke laufen.

Anmeldung: bis 15 min vor dem Start

Punktwertung je Altersklasse:

1. Platz = 15 (10) Punkte
2. Platz = 12 (8) Punkte
3. Platz = 10 (7) Punkte
4. Platz = 9 (6) Punkte
.....
12. Platz = 1 (0) Punkt

Ehrungen:

Nach Abschluss der Regio-Cup-Läufe erhalten die besten drei Teilnehmer jeder Altersklasse Urkunden.

1. Regio-Cup-Lauf

Köthen, Fasanerie
So., 13.03.2016 10.00 Uhr

Kinder 1,27 km
Frauen / Jugendliche 2,40 km
Männer 4,80 km

2. Regio-Cup-Lauf

Köthen, Zollhaus
So., 10.04.2016 10.00 Uhr

Kinder 1,50 km
Frauen / Jugendliche 5,00 km
Männer 10,00 km

3. Regio-Cup-Lauf

Großpaschleben, Sportplatz
Mi., 18.05.2016 18.00 Uhr

Kinder 1,80 km (2 Runden)
Frauen / Jugendliche 2,70 km (3 Runden)
Männer 5,40 km (6 Runden)

4. Regio-Cup-Lauf

Aken - Akazienteich
Mi., 01.06.2016 18.00 Uhr

Kinder 1,75 km
Frauen / Jugendliche 5,25 km
Männer 10,53 km

5. Regio-Cup-Lauf

Köthen – Stadion an der Rüsternbreite
Mi., 22.06.2016 18.00 Uhr

Kinder 1.000 m
Frauen / Jugendliche 5.000 m
Männer 10.000 m

6. Regio-Cup-Lauf

Köthen, Ziethebusch
Mi., 17.08.2016 18.00 Uhr

Kinder 2.500 m
Frauen / Jugendliche 5.000 m
Männer 10.000 m

7. Regio-Cup-Lauf

Trinum - Sportplatz
Mi., 14.09.2016 18.00 Uhr

Kinder 1,5 km (1 Runden)
Frauen / Jugendliche 3,0 km (2 Runden)
Männer 6,0 km (4 Runden)

8. Regio-Cup-Lauf

Edderitz - Seebad
So., 16.10.2016 10.00 Uhr

Kinder 2,0 km (2 kl. Runden)
Frauen / Jugendliche 5,8 km (2 gr. Runden)
Männer 8,7 km (3 gr. Runden)

Halbstundenlauf

Der Halbstundenlauf findet an jedem **zweiten Donnerstag** im Monat auf dem Stadion "An der Rüsternbreite" in Köthen statt.* Der Start erfolgt 18.30 Uhr. Jeder Läufer zählt seine Runden selbst. Die Ergebnisse werden nach Abschluss des Laufes registriert. Die Teilnahme an den Läufen ist für jeden offen und erfordert keine Vereinsmitgliedschaft.

**geänderte Termine*

Lauftermine:

14. Januar	14. Juli
11. Februar	11. August
10. März	08. September
21. April*	20. Oktober*
12. Mai	10. November
16. Juni*	08. Dezember

