

Neujahrslauf in der Fasanerie

Am **01.01.2023** und **2024** 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. Süpling Cross Demker/LC
- 19.03. Blankenburger Regensteinlauf/LC
- 01.04. Lauf Rund um das Schaubergwerk Röhrringschacht/LC
- 02.04. Berlin Halbmarathon
- 15.04. Kyffhäuserlauf
- 23.04. Leipzig Marathon
- 23.04. Tangermünder Elbdeichlauf
- 30.04. Oberelbe Marathon
- 01.05. Angeraner Krepe-Cross/LC
- 06.05. Bernburger Halbmarathon
- 07.05. Goitzsche-Marathon
- 07.05. Elbe-Brückenlauf Magdeburg
- 07.05. Eisleber Frühlingslauf/LC
- 14.05. Quedlinburger Waldlauf/LC
- 02.06. Staßfurter Salzland-Lauf/LC
- 11.06. Schackensleber Hopfenlauf/LC
- 17.06. HimmelswegeLauf
- 18.06. Hopfengartenlauf Magdeburg
- 25.06. Rolandlauf/LC
- 12.08. Schierker Sommerlauf/LC
- 26.08. Zeitzer Stadtlauf/LC
- 02.09. Eickendorfer Feldmarklauf/LC
- 16.09. Rudelsburglauf/LC
- 24.09. Dessauer Citylauf/LC
- 24.09. Berlin Marathon
- 03.10. Geiseltalseelauf Braunsbedra
- 08.10. Mitteldeutscher Marathon
- 08.10. Magdeburg Marathon
- 22.10. 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 und Radfahren. Neue Mitglieder aller Altersklassen, vom Anfänger bis zum Erfahrenen, sind jederzeit herzlich willkommen.

Kontakt:

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

www.fsv-koethen-anhalt.de

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. **Mit der Teilnahme willigen die Läufer/-innen ein**, dass ihre persönlichen Daten (Name, Verein, Altersklasse), die Laufzeit und ggf. erstellte Fotos gespeichert und im Rahmen der Laufauswertung veröffentlicht werden.



Freizeitsportverein Köthen e.V.

Termine 2023



Ausgabe: 12/2022

Trainingszeiten der Laufgruppe

Stadion an der Rüsternbreite

Montag 17.00 – 19.00 Uhr
Donnerstag 17.00 – 19.00 Uhr
bzw. individuelle Absprachen

Regio-Cup-Läufe

Im Jahr 2023 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 auch wahlweise die kürzere Frauenstrecke laufen.

Meldeschluss: jeweils 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
Sa. 25.03.2023 **10.00 Uhr**
Bambini 0,40 km
Kinder 2,40 km
Frauen / Jugendliche 4,80 km
Männer 7,20 km

2. Regio-Cup-Lauf

Köthen, Zollhaus
So. 16.04.2023 **10.00 Uhr**
Bambini 0,40 km
Kinder 1,50 km
Frauen / Jugendliche 5,00 km
Männer 10,00 km

3. Regio-Cup-Lauf

Köthen – Stadion an der Rüsternbreite
Mi. 10.05.2023 **18.00 Uhr**
Bambini 400 m
Kinder 1.000 m
Frauen / Jugendliche 5.000 m
Männer 10.000 m

4. Regio-Cup-Lauf

Aken - Akazienteich
So. 04.06.2023 **10.00 Uhr**
Bambini 0,40 km
Kinder 1,36 km
Frauen / Jugendliche 5,44 km
Männer 9,52 km

5. Regio-Cup-Lauf

Großspaschleben, Sportplatz
Mi. 28.06.2023 **18.00 Uhr**
Bambini 0,40 km
Kinder 1,80 km (2 Runden)
Frauen / Jugendliche 4,50 km (5 Runden)
Männer 7,20 km (8 Runden)

6. Regio-Cup-Lauf

Köthen, Ziethebusch
So. 20.08.2023 **10.00 Uhr**
Bambini 0,40 km
Kinder 2,0 km (1 Runde)
Frauen / Jugendliche 6,0 km (3 Runde)
Männer 10,0 km (5 Runde)

7. Regio-Cup-Lauf

Trinum - Sportplatz
Mi. 13.09.2023 **18.00 Uhr**
Bambini 0,35 km
Kinder 1,5 km (1 Runde)
Frauen / Jugendliche 3,0 km (2 Runden)
Männer 6,0 km (4 Runden)

8. Regio-Cup-Lauf

Edderitz - Seebad
Sa. 07.10.2023 **10.00 Uhr**
Bambini 0,50 km
Kinder 2,9 km (1 gr. Runde)
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.

Lauftermine:

12. Januar	13. Juli
09. Februar	10. August
09. März	14. September
13. April	12. Oktober
11. Mai	09. November
08. Juni	14. Dezember

