

Neujahrslauf in der Fasanerie

Am **01.01.2019** findet wieder unser traditioneller Neujahrslauf statt. Der Start erfolgt für alle Lauffreunde 11 Uhr an der Spiel- und Abenteuerwiese/Ecke Tierpark.

Weitere sportliche Höhepunkte:

- 03.03. Süpling-Cross Demker/LC
- 24.03. Regensteinlauf Blankenburg/LC
- 07.04. Berlin Halbmarathon
- 13.04. Kyffhäuserlauf
- 13.04. Naumburg, Citylauf / LC
- 14.04. Tangermünde Marathon/LC
- 28.04. Gommeraner Seenlauf/LC
- 28.04. Oberelbe Marathon
- 04.05. Finnelauf Billroda/LC
- 12.05. Quedlinburger Waldlauf/LC
- 18.05. Rennsteiglauf
- 19.05. Elb-Brücken-Lauf Magdeburg
- 26.05. Hopfengartenlauf Magdeburg/LC
- 02.06. Schackensleben, Hopfenlauf/LC
- 10.06. Nellschütz, Gerstew. Mühlentag/LC
- 15.06. HimmelswegeLauf
- 22.06. Bergwitzsee-Triathlon
- 23.06. Haldensleben, Rolandlauf/LC
- 31.08. Zeitzer Stadtlauf/LC
- 22.09. Dessauer Citylauf
- 03.10. Geiseltalseelauf Braunsbedra/LC
- 06.10. Petersberglauf
- 13.10. Mitteldeutscher Marathon
- 20.10. Magdeburg Marathon
- 27.10. Piepenprock 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.

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 2019



Trainingszeiten der Laufgruppe

Stadion an der Rüsternbreite

Montag 17.00 – 19.00 Uhr
Donnerstag 17.00 – 19.00 Uhr

Regio-Cup-Läufe

Im Jahr 2019 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
So. 10.03.2019 10.00 Uhr
Bambini 0,40 km
Kinder 1,20 km
Frauen / Jugendliche 4,80 km
Männer 7,20 km

2. Regio-Cup-Lauf

Köthen, Zollhaus
So.07.04.2019 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. 15.05.2019 18.00 Uhr
Bambini 0,40 km
Kinder 1.000 m
Frauen / Jugendliche 5.000 m
Männer 10.000 m

4. Regio-Cup-Lauf

Aken - Akazienteich
Mi. 05.06.2019 18.00 Uhr
Bambini 0,40 km
Kinder 1,75 km
Frauen / Jugendliche 5,25 km
Männer 10,53 km

5. Regio-Cup-Lauf

Großpaschleben, Sportplatz
Mi. 26.06.2019 18.00 Uhr
Bambini 0,40 km
Kinder 1,80 km (2 Runden)
Frauen / Jugendliche 2,70 km (3 Runden)
Männer 5,40 km (6 Runden)

6. Regio-Cup-Lauf

Köthen, Ziethebusch
So. 25.08.2019 10.00 Uhr
Bambini 0,40 km
Kinder 2,5 km
Frauen / Jugendliche 5,0 km
Männer 10,0 km

7. Regio-Cup-Lauf

Trinum - Sportplatz
Mi. 18.09.2019 18.00 Uhr
Bambini 0,20 km
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
Sa. 19.10.2019 10.00 Uhr
Bambini 0,50 km
Kinder 2,0 km (2 kl. Runden)
Frauen / Jugendliche 5,8 km (2 gr. Runden)
Männer 8,7 km (3 gr. Runden)

(Änderung)

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.

** Abweichung: dritter Donnerstag*

Lauftermine:

10. Januar 18. Juli
14. Februar 15. August
14. März 12. September
11. April 10. Oktober
09. Mai 14. November
20. Juni 12. Dezember

