

Liebe Freundinnen und Freunde des Laufteam Kassel, beachtet weiterhin die Hygienebedingungen. Die Infektionszahlen steigen langsam wieder. Disziplin ist daher weiter angesagt. In diesem Rahmen gibt es nun wieder einige Wettkampfmöglichkeiten.

Die Teilnahme von Eva Dieterich bei den U23-Europameisterschaften ist für das Laufteam ein weiteres Highlight. Bleibt gesund und viel Spaß beim Lesen.

Eva Dieterich für die U23-Europameisterschaften nominiert

Der Deutsche Leichtathletik-Verband (DLV) wird mit 65 Athletinnen und Athleten zu den U23-Europameisterschaften nach Tallinn (Estland) reisen.

37 Athletinnen und 28 Athleten bilden das deutsche Aufgebot bei den U23-Europameisterschaften 2021, die nach der Absage von Bergen (Norwegen) vom 8. bis zum 11. Juli in Tallinn (Estland) stattfinden werden. Die insgesamt 65 Teilnehmer des Deutschen Leichtathletik-Verbandes (DLV) werden in 32 der 44 Entscheidungen vertreten sein, neben den Einzel-Wettbewerben auch in beiden Staffeln über 4x100 und 4x400 Meter.

Bei den Nominierten ist als einzige Nordhessin, für die 10.000 Meter unsere Eva Dieterich vorgesehen. Nach Rücksprache mit Bundestrainer Tono Kirschbaum, hat sich Eva nun entschieden „nur“ die 10.000 Meter zu laufen. Auch über 5.000 Meter hatte Eva die Qualifikationsnorm erfüllt. Eva hatte zuletzt einige Probleme am Fuß, die sie mit Physiotherapie und Barfußlaufen auf dem Rasen im Auestadion bekämpfte. „Ich freue mich total, dass ich diese Leistung und damit auch die EM-Teilnahme erreicht habe. Ich werde in Estland alles geben und möchte mich jetzt schon für die mentale Unterstützung bei meinen Trainingsbemühungen bedanken“, so die Jurastudentin.

Wir drücken ihr die Daumen und freuen uns, dass mit der Olympiateilnahme von Melat Kejeta nun bereits das zweite Vereinsmitglied unseres Laufteams eine internationale Berufung erhalten hat. Dies sollte eine weitere Motivation für unsere Nachwuchskräfte bedeuten.

Summer Athletics in Bielefeld

Eine weitere Wettkampfmöglichkeit erhalten unsere Athleten am kommenden Wochenende bei den Summer Athletics in Bielefeld. Acht Athletinnen und Athleten nehmen den Kampf gegen Zeit und Gegner auf. Erstmals über 800 Meter wird Moritz Kleesiek versuchen seine gesteigerte Grundschnelligkeit zu bestätigen. Auf derselben Strecke dabei ist seine Schwester Pauline (LAV Kassel).

Über 3.000 Meter möchte Hannes Dieterich seinen Bruder Jacob behilflich sein, bei der Erfüllung der Qualifikationsleistung für die DM U18 in Rostock. Zuletzt fehlte Jacob eine Sekunde zum Erreichen seines Ziels. Gespannt sein dürfen wir auf die Premiere von „Nesthäckchen“ Aaron Hermenau.

Über 5.000 Meter strebt Philipp Stuckhardt nach seinem Bergläuferfolg eine Steigerung unter 15 Minuten an. Nach dem Triathlon in Potsdam, möchte Dario Ernst eine neue persönliche Bestmarke erzielen. Der Kapitän der Triathlon-Teams Baunatal „Die Brille“ fühlt sich in einer guten Verfassung.

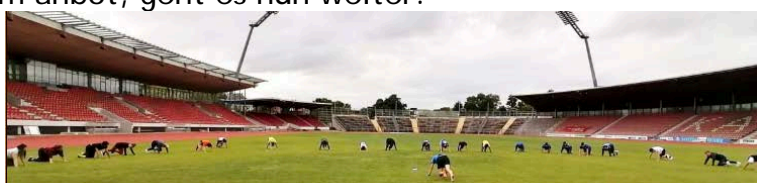
Über 10.000 Meter werden sich unsere Neumitglieder Laura Stuhldreyer und Jan Hobusch der 25 Runden stellen.

Ippinghausen

Die Winterlauf-Serie musste in Ippinghausen verschoben werden. Nun wird am Samstag von 4,2 Kilometer bis Marathon ein komplettes Laufsoriment für die Volksläufer in Nordhessen angeboten. Einige unserer Athleten wollen sich noch kurzfristig für einen Start entscheiden. Mit dabei sind Leonardo Ortolano, Richard Rhode, Ewa Szczeblewski und Jan Langenkamp. Da der Wettkampf überwiegend über Wald- und Wiesenwege geht, wünschen wir trockene Strecken.

Kraft und Stabi-Training im Auestadion

Nach dem tollen Erfolg im letzten Jahr mit dem Training, dass Leonardo in bestechender Form anbot, geht es nun weiter.



KRAFT und STABI-Training

Wann?

Mittwoch um 18:30

(Einlaufen ab 18:15)

Wo?

Auestadion

(Eingang Aue-Parkplatz/Sportzentrum)

Was?

Training zur Verbesserung der Stabilität von Beinen und Oberkörper für einen besseren Laufstil und ein geringeres Verletzungsrisiko!

Mitbringen?!

Wasser & bei Bedarf: Sportmatte/Zusatzgewichte



Worldwide EAM Kassel Marathon Cup wirft Schatten voraus

Drei Wochen vor dem ersten Lauf des worldwide EAM Kassel Marathon Cup ist die Anmeldung ab sofort freigeschaltet. Nordhessens größte Sportveranstaltung kann bekanntlich in diesem Jahr Corona-bedingt nicht wie gewohnt über die Bühne gehen, aufs Mitmachen müssen Läufer, Walker dennoch nicht verzichten. Am Freitag, 23. Juli bis Sonntag, 25. Juli, wird als erster Wertungslauf des worldwide EAM Kassel Marathon Cup, der **BKK WIRTSCHAFT & FINANZEN 10km Lauf** als virtual run gestartet. Jeder kann mitmachen und überall starten.

Die weiteren Termine:

2. Wertungslauf 06.08. - 08.08.2021

Science in Sport 15km Lauf - Unterstützt Melat bei Olympia!

3. Wertungslauf 17.09. - 19.09.2021

EAM Kassel Marathon

4,2km Mini-Marathon, 5km, 10km, Halbmarathon, Marathon

Anmeldung ab sofort unter www.kassel-marathon.de

Termine

Pfungstadt (400, 800, 1.500)

07. Juli 2021

Abendsportfest in Wiesbaden (400, 800, 1.500 und 3.000 Meter)

14. Juli 2021

Warburger SV (200, 800, 1.500 und 5.000 Meter)

17. Juli 2021

Königstein (400, 800, 1.500, 3x1.000 Staffel)

21. Juli 2021

Adidas Runners City Night- 10 Kilometer

31. Juli 2021

Generali Berliner Halbmarathon

22. August 2021

Senioren DM in Baunatal

10.-12. September 2021

BMW Berlin-Marathon

26. September 2021

Training

Wichtig: Für die Leistungsentwicklung haben wir das Training am Dienstag und Donnerstag im Auestadion um 17.00 Uhr vorgesehen. Die derzeitigen Hygienebestimmungen sind unbedingt einzuhalten.

Unsere Oldies treffen sich nun auch wieder jeden Mittwoch, um 17.00 Uhr zum gemeinsamen Training mit Wolfgang Betzin am Auestadion.

Das Kraft und Stabi-Training mit Leonardo Ortolano findet Mittwoch um 18:15 Uhr im Auestadion statt.

Eine Testempfehlung in Form eines kostenlosen Schnelltests vor dem Training wird empfohlen.

Mit laufendem Gruß

Winfried