

Liebe Freundinnen und Freunde des Laufteam Kassel, auch im dritten Laufteam InAktion in dieser Woche übersenden wir euch einige Informationen. Der sportliche Höhepunkt heute ist der Start von Eva bei der EM U-23. Viel Spaß beim Lesen.

U23-EM in Tallinn

Bereits am Montag haben wir ausführlich über die Vorbereitung von Eva Dieterich auf die Europameisterschaften U-23 in Tallinn berichtet. Nun ist es heute um 18:40 Uhr soweit, dass sich Eva der europäischen Spitzenklasse der U-23 stellen wird. Sie kämpft in einem 28-köpfigen Feld um eine entsprechende Platzierung. Für alle die dabei sein wollen, hier der Link zum Livestream.

[Livestream U23-EM](#)

Auch über die Starterliste kann man sich informieren. Eva ist guter Dinge. „In der ersten Nacht habe ich relativ unruhig geschlafen. Meine Verletzung spüre ich nur noch leicht, werde aber alles geben und möchte mich ausdrücklich für die mentale Unterstützung, die ich auch aus dem Laufteam erhalten habe, bedanken“, so Eva vor ihrer Premiere im Nationaltrikot.

Eva kann sicher sein, dass wir ihr alle die Daumen drücken.

Hier die Links zum DLV und Starterliste:

[DLV News U23-EM](#)

[Starterliste](#)



Bahneröffnung in Warburg

Zeitplan Bahneröffnung 17.07.20201

Zeit	Sprints (4)/Läufe (12)	Klassen
11:00	200	U18 und älter
11:15	200	U18 und älter
11:30	200	U18 und älter
11:50	800	U12 und älter
12:10	800	U12 und älter
12:30	800	U12 und älter
12:50	800	U12 und älter
13:10	800	U12 und älter
13:30	1500	U18 und älter
14:00	1500	U18 und älter
14:30	2000	U14 und älter
15:00	2000	U14 und älter
15:30	5000	U18 und älter
16:15	5000	U18 und älter

Bereits von uns gemeldet:

200 und 800 Meter: Richard Rhode, Ben Kuhleemann

1.500 Meter: Nico Jung, Hannah Müller, Wolfgang Betzin, Stefan Langenkamp, Laura Schallert

2.000 Meter: Pauline Kleesiek, Leo Kleesiek, Jan Langenkamp, Aaron Hermenau

5.000 Meter: Nico Dorka, Jan Hobusch, Pascal Fischer, Felix Kaiser, Leonardo Ortolano, David Werner, Sara Rheidt, Nina Voelckel, Marius Puchta, Dario Ernst, Lukas Menke und Laura Stuhldreier

Da nur eine bestimmte Anzahl von Teilnehmern möglich ist, bitte ich umgehend um die Meldung der Athleten, per Mail an info@kassel-marathon.de

Berglaufteam nimmt weiter Form an

Wir hatten bereits gemeldet, dass an der DM-Berglauf am 18.9. in Kohlgrub ein Männerteam starten wird. Jetzt bildet sich auch ein Frauenteam ab. Feste Zusagen liegen von Ursula Henning und Ewa Szczeblewski vor. Sabine Bergmann wird das Team mit hoher Wahrscheinlichkeit vervollständigen.

Philipp Stuckhardt wird nach seinem tollen Erfolg beim Tschirgant Sky Run, an einem weiteren 16 Kilometer Berglauf teilnehmen.

Übungsleiter Ausbildung angeboten

Liebe Vereine, Vorsitzende, Übungsleiter*innen und Trainer*innen, viele Vereine sind auf der Suche nach ausgebildeten Übungsleiter*innen und Trainier*innen.

Der Landessportbund Hessen e.V. bietet demnächst wieder eine Ausbildung im Breitensport für Erwachsene /Ältere an.

Bitte gebt diese Info an Interessierte in Euren Vereinen weiter.

Die Ausbildung beginnt am Freitag, den 03.09.2021 in der Sportbildungsstätte Sensenstein bei Kassel.

Die Ausschreibung und Grundinformationen findet ihr im Anhang. Weitere Infos findet ihr auch hier.

<https://www.landessportbund-hessen.de/geschaeftsfelder/qbz-nordhessen/ausbildungen/>

<https://youtu.be/FRsd3RQAVwc>

Für weitere Informationen und Anmeldung wendet Euch bitte an:

Landessportbund Hessen e.V., Franciska Bachmann, Tel. 05 61.73 94-660;

E-Mail: fbachmann@lsbh.de

Termine

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
Osterode (M14 1.000,2.000 alle anderen 3.000 Meter)	23. Juli 2021
Meldeschluss 20.7.	
Uslar (Meile und 1.500 Meter)	30.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

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