

Rundbrief 1/2005

April 2005

Liebe Mitglieder,

das 1. Vierteljahr von 2005 ist vorbei. Es hat uns gute Ergebnisse in Halle und Gelände gebracht. Das Wintertraining wurde von vielen zur Stärkung der Leistung genutzt. Unser neuer Kraftraum trägt dazu bei. Hier möchte ich unserem Mitglied Christian Müller und Werner Roth vom TV Rheinzabern danken, die uns mehrere Geräte gespendet haben. Jetzt können wir ein gutes Krafttraining durchführen.

Zu unserer Jahreshauptversammlung ist zu sagen, dass die alte Führungsmannschaft auch die NEUE ist. Bleibt zu hoffen, dass sich in 2 Jahren einige - mehrere - jüngere Mitglieder in die Organisations-Verantwortung mit einbringen.

Da es bei uns keine Aufnahmesperre für neue Mitglieder gibt, würden wir uns freuen, wenn sich auch Eltern mit einbringen, um ihre Kinder auf sportlichem Wege noch besser zu fördern. Unsere Mitgliedsbeiträge sind erschwinglich und sozial.

Für den Gesamtvorstand zeichnet
Albert Sachs, 1. Vorsitzender

Klasseneinteilung der Saison 2005:

Sch D/E		Jhrg. 96 und jünger
Sch C	10 - 11	Jhrg. 94/95
Sch B	12 - 13	Jhrg. 92/93
Sch A	14 - 15	Jhrg. 90/91
Jugd. A/B		Jhrg. 86/89
Aktive		Jhrg. 85 u. älter

Krafttraining für Jugend und Aktive nach Absprache A. Sachs

Zu Ihrer Information, wenn Sie Ihre Bekannten als Mitglied werben wollen, unsere

Mitgliedsbeiträge: Euro 16,-- Schüler
26,-- Aktive
13,-- Passive
39,-- Familienbeitrag

jeweils für ein halbes Jahr.

Bitte melden Sie uns unbedingt, wenn sich Ihre **Adresse- oder Bankverbindung** ändert.

Lauftraining/Jogging im Wald:

Treff ist um 18.00 am VfB-Platz Dienstag und Donnerstag sowie Samstag um 15 Uhr. Gelaufen wird in Gruppen nach Leistungsvermögen.

Aktivieren Sie sich! Bewegung tut gut! Alle Eltern dürfen hier mitmachen.

Das **Fax-Gerät** des LCH steht bei Albert Sachs. Die Nummer: 981798.

Ergebnisse unseres Volkslaufs und der anderen Pfälzer und Badischer Veranstalter erhalten Sie in www.laufinfo.de

Unsere **Homepage** ist unter www.lc-hassloch.de zu erreichen.

PKW-Zusatzversicherung: Wir haben bei der A&M-Versicherung eine Zusatzversicherung für private PKW abgeschlossen, die im Rahmen von Vereinsfahrten unterwegs sind. Dabei ist zu beachten: Wenn es gekracht hat, unbedingt die Polizei hinzuziehen bzw. diese zumindest informieren.

Info: Seit dem 01. April 2005 sind wir Mitglied im Behinderten-Sportverband Rheinland-Pfalz in Koblenz. Mit der „Lebenshilfe“ in Lachen-Speyerdorf werden wir hier Kinder und Jugendliche fördern. Herr und Frau Lieberknecht und Frau Kohler sind die Trainer.

Training ab 02. Mai auf der Freisportanlage

Mo.	17.30 - 19.00 Uhr	Schüler 7 - 9 Jhr.
	18.00 - 19.45	Sch. A u. Jugend
Die.	18.15 - 19.30	Schüler 10 - 13 Jhr.
		Schüler A u. Jugend
Mi.	18.30	Joggen ab VfB-Platz/Eltern sind eingeladen
Do.	18.00 - 19.45	Schüler A u. Jugend
Fr.	17.00 - 18.00	Schüler 4 - 6 Jahre
	18.15 - 19.15	Schüler 7 - 8 und 10 - 13 Jhr.

Integrierte Sportgruppe mit Behinderten freitags von 18 - 19.00 Uhr Sporthalle Gymnasium
Als Trainer stehen zur Verfügung: F. Lieberknecht und Frau- L. Back - V. Hass und Frau - M. Heußler - A. Schlafmann - H. Geiger - D. Roth - N.v. Dungen - A. Sachs

Termine 2005

Sportfeste und Meisterschaften:

Jugend A und B

23. April	Pf.M. Langstr.	Herxheim
23. April	Bahneröffnung	Walldorf
30. April	Sportfest	Bad Kreuznach
07. Mai	Bez.M. Südpfalz	Schifferstadt
08. Mai	Bez.M. Vorderpfalz	Ludwigshafen
15./16. Mai	Zehnkampf	Limburgerhof
21. Mai	Pf.M. Teil I	Eisenberg
28. Mai	Pf.M. Teil II	Zweibrücken
04. Juni	Rhld.-Pf. Jug. B	Wittlich
11./12. Juni	Rhld.-Pf. Jug. A	Saulheim
24. Juni	Pf.M. Langstaffel	Herxheim
25. Juni	DJMM	Hauenstein
25. Juni	Jun.Gala	Mannheim/FAN

15.-17. Juli Europa-M. U 23 Erfurt/FAN-Reise!

29.-31. Juli D-B/Jug. M. Braunschweig

Alle Schülerklassen erhalten von ihren Trainern die Termine der Wettkämpfe und Meisterschaften.

Wettkampf-Kleidung/Ausstattung

Da wir zur Zeit keine Trikot-Sponsoren haben, sind neue Trikots erforderlich. Seit Gründung des Vereins 1973 haben wir die Farben unserer Gemeinde gewählt. Diese sind gelb-blau. Die Farben des neuen Trikots für Jugend B/A - Aktive und Senioren sind ein zartes Gelb, dazu eine blaue Hose oder Tight.

Unsere Schüler M 15 und jünger tragen weiter das T-shirt mit Wappen und ebenfalls eine blaue Hose/Tight. Zur Zeit werden von den Trainern die Bestellungen angenommen. Muster liegen vor.

Trikots und T-shirts kosten 5,-- Euro, die Hosen je nach Größe 10,-- Euro und etwas mehr.

Termine:

Die Sitzungen des Gesamtvorstandes finden alle zwei Monate ab 20 Uhr im „Schäferhundeverein“ Nebenzimmer statt.

LCH-Monatsstammtisch im Lokal „Eichelgarten“ in der Kirchgasse, immer am ersten Dienstag im Monat um 20.15 Uhr.

Dazu sind alle Aktiven und Senioren eingeladen. Terminlisten und Ausschreibungen liegen auf, weiterhin werden die Meldungen zu den Meisterschaften gemacht. Danach ist gemütlicher Plausch.

Elternstammtisch für A/B-Schüler wird den Schülern noch bekanntgegeben.

Ein **Sommerfest** soll 2005 wieder stattfinden. Ort und Termin wird noch bekanntgegeben.

Info: Die FAN-Reise zu den LA-Weltmeisterschaften in Helsinki kommt aus unterschiedlichen Gründen nicht zu Stande. Dafür gibt es ein LA-Großereignis vor der Haustür! Die Europameisterschaften der Junioren U23 finden in Erfurt statt. Bis jetzt haben 43 Nationen mit 1.200 Aktiven und 300 Trainern gemeldet. Von Donnerstag, dem 14. Juli bis Sonntag, dem 17. Juli finden die Wettkämpfe statt. Der Eintritt pro Tag kostet nur 4,-- Euro(vier!).

Unter www.erfurt2005.org können Sie Zeitpläne und anderes einsehen. Weiterhin haben wir einige günstige Hotels zur Auswahl. Gefahren wird beliebig mit eigenem PKW oder in Fahrgemeinschaften.

Infos bei A. Sachs!

LCH-Wanderplan Mai - Dezember 2005

Gewandert wird jeweils am 1. Mittwoch des Monats

- | | | |
|----------|---|-------------------|
| 5. Mai | mit Auto, Treffpunkt 9.00 Uhr P Parkfriedhof Südeingang
Rucksackverpflegung
Deidesheim(P Sensental), Michaelskapelle, Heidelöcher,
Eckkopf (Rast mit Selbstverpflegung), Turnerdenkmal | Strecke ca. 12 km |
| 1. Juni | mit Fahrrad, Treffpunkt: 9 Uhr Brücke an der alten Klär-
anlage Iggelheim, Speyer, Otterstadt (Einkehr Altrheinklausen),
Speyer, Dudenhofen | Strecke ca. 50 km |
| 6. Juli | mit Auto, Treffpunkt 9.00 Uhr P Parkfriedhof Südeingang
Rucksackverpflegung
Edenkoben (Villa Ludwigshöhe), Hüttenbrunnen, Kohlplatz,
Ludwigsturm, Rietburg | Strecke ca. 14 km |
| 3. Aug. | mit Zug, Treffpunkt Bahnhof 9.10 Uhr
Rucksackverpflegung
Wilgartswiesen „Falkenburgtour“ | Strecke ca. 16 km |
| 7. Sept. | mit Auto, Treffpunkt 9.00Uhr P Parkfriedhof Südeingang
Annweiler (P Kaffee am Weier), Madenburg (Einkehr),
Annweiler | Strecke ca. 15 km |
| 5. Okt. | mit Zug, Treffpunkt 9.10 Uhr Bahnhof
Deidesheim, Villa Rustika, Bad Dürkheim, Ungstein
(Einkehr bei Wolf) | Strecke ca. 10 km |
| 2. Nov. | mit Zug, Treffpunkt 9.10 Uhr Bahnhof
Lambrecht, Lichtensteiner Hütte (Einkehr), Neidenfels,
Lambrecht | Strecke ca. 12 km |
| 7. Dez. | mit Zug, Treffpunkt 9.10 Uhr Bahnhof
Frankenstein, Isenach (Einkehr), Althüttental, Frankenstein | Strecke ca. 14 km |

Frühjahrs-Volkslauf am Samstag, dem 23. April

Wir erwarten zu dieser Veranstaltung ca. 600 Sportler. Da Läufer gerne nach ihrer Leistung Kuchen, Torten und Kaffee zu sich nehmen, wollen wir ihnen dies auch anbieten. Wir würden uns freuen, wenn auch Sie für diese Veranstaltung einen Kuchen oder eine Torte spenden und bitten Sie, dieses am Wettkampftag bis 13 Uhr in der VfB-Halle abzugeben. Herzlichen Dank im Voraus!

Albert Sachs

1. Vorsitzender