



## Straßenlauf

**Finaler Helferaufruf!** Nur noch wenige Tage bis wir die nationale Halbmarathon-Elite und daneben natürlich auch hoffentlich viele Lauffreunde aus der Region zu unserem Jubiläumslauf begrüßen dürfen.

### Deutsche Straßenlaufmeisterschaften

#### Halbmarathon

17. April 2011

Griesheim

Es haben sich schon viele Mitglieder, Eltern und Freunde bereit erklärt, mit anzupacken – vielen Dank!!! Trotzdem hat unser Cheforganisator Thomas noch ein paar Sorgenfalten: insbesondere werden derzeit noch **6 Streckenposten gesucht**. Bitte meldet Euch bei ihm ([mail@zoeller-griesheim.de](mailto:mail@zoeller-griesheim.de)), wenn Ihr helfen könnt.

## Aus dem Vorstand

**Ostern.** Der Vorstand wünscht allen eine gute, friedliche Osterzeit, egal ob im Urlaub oder zuhause.

**Bahnwettkämpfe.** In der 1. Maiwoche beginnen die Bahnmeisterschaften. Am Dienstag, dem 3. Mai steht in Darmstadt die Bahneröffnung an – da sieht es aber so aus, dass im Moment keine Titelvergabe für Altersklassen vorgesehen sind. Heinz hat nach dem Grund hierfür gefragt, bis jetzt aber noch keine Antwort erhalten. Am Mittwoch, dem 4. Mai beginnt Pfungstadt mit dem Abendsportfest und am 5. Mai, sowie am 6. Juni und 7. Juli veranstalten wir unsren Stundenlauf, der auch als Staffel in Angriff genommen werden kann.

Straßenlauf .....	1
Aus dem Vorstand .....	1
Sommertraining .....	1
Runde Geburtstage und so .....	1
Lauftermine .....	2

## Sommertraining

Die Sommersaison 2011 beginnt für die Mehrkampf- und Laufjugend am 2. Mai – hier die Trainingszeiten:

### Mehrkampf-Wettkampfgruppe (Jens Lehnert)

- montags, 17.30 – 19.30 Uhr
- mittwochs, 17.30 – 19.30 Uhr

### Mehrkampf-Anfängergruppe (ehem. Magi-Gruppe)

- montags, 17.30 – 19.30 Uhr bei Jens Lehnert mit Elternbetreuung
- donnerstags, 16.00 – 17.30 Uhr bei Sebastian Hanson und Heinz Heitzenröder

### Laufjugend

- dienstags, 16.45 – 17.45 Uhr mit Sebastian und Mitja
- donnerstags, 16.00 – 17.30 Uhr mit Sebastian, Mitja und Heinz

### Waldlauf für Mehrkampf- und Laufjugend sowie interessierten Eltern

- samstags, 10.30 – 11.30 Uhr mit Wolfgang Schelmbauer

## Runde Geburtstage und so

Diesmal ein ganz besonderes Geburtstagskind, und wir sind auch alle zur Feier eingeladen:



**Straßenlauf Griesheim**, 17. April – 40 Jahre

Herzlichen Glückwunsch natürlich auch an alle, die noch etwas anderes zu feiern haben!

Bilder von [zoeller-foto](#)  
alle Angaben ohne Gewähr, Heiko Witteborg

## Mehrkampftermine

Datum	Ort	Beschreibung
03.05.	Darmstadt	Bahneröffnung im Bürgerpark Nord für Laufjugend & Mehrkampfkids »»
07.+08.05.	Egelsbach	Kreis-Einzelmeisterschaften der Mehrkampf-Schüler A-D »»
21.+22.05.	Reinheim	Regional-Einzelmeisterschaften der Mehrkampf-Schüler A-D »»

## Lauftermine

M	Datum	Ort	Beschreibung
	09.04.	Mainz-Laubenheim	Polderlauf: 5/15 km (14 Uhr) »»
	09.04.	Münster	Entega-Gersprenzlauf: 10/21,1 km (VS, ab 15:20 Uhr) »» 
	10.04.	Hanau	Märchenlauf: 5,6/10 km (VS, ab 11:15 Uhr) »»
	10.04.	Oberursel	Feldberglauf: 10 km, 585 hm (10 Uhr) »»
<b>M</b>	17.04.	Griesheim	40. Merck-Straßenlauf mit <b>Deutschen Straßenlaufmeisterschaften im Halbmarathon</b> : 10/21,1 km (VS, ab 08:55 Uhr) »» 
	25.04.	Rodgau-Jügesheim	Osterlauf: 10/25 km ((VS), ab 10 Uhr) »»
	29.04.	Rüsselsheim	Mainuferlauf: 5/10 km (VS, ab 17:45 Uhr) »»
	30.04.	Darmstadt	Frankensteinlauf: 7/15 km (16 Uhr) »»
	01.05.	Langen	Valentin-Görich-Stadtlauf: 10 km (10 Uhr) »»
<b>M</b>	03.05.	Darmstadt	Bahneröffnung mit <b>südhessischen Regional- und Kreis-Meisterschaften Langstrecke</b> : 800-10.000 m (Bahn, ab 17:30 Uhr) »»
	04.05.	Pfungstadt	Abendsportfest: 100-5000 m (Bahn, ab 18 Uhr) »»
	05.05.	Griesheim	Stundenlauf mit Musik, Teil 1 (Bahn, 18 Uhr) »»

M = Meisterschaften – Meldungen für Meisterschaften bitte spätestens 2 Tage vor Meldeschluss an: [meldungen@tus-griesheim.de](mailto:meldungen@tus-griesheim.de) oder per Telefon an Thomas Zöller (06155-830244) oder Klaus Hofmann (06157-990823)

VS = vermessene Strecke, bestzeitentauglich