



Wintertraining – Erwachsene	1
Wintertraining – Laufjugend	1
Bestellaktion	1
Wir trauern	1
Lauftermine	1
Sportler-Ehrung der Stadt Griesheim	2

Wintertraining – Erwachsene

Auch in diesem Winter werden wieder Hallenübungsstunden zur Koordination und Kräftigung angeboten. Beginn ist nach den Ferien (28. Oktober) immer freitags in der Halle der Friedrich-Ebert-Schule, von 18.30 bis 20 Uhr.

Die Trainingszeiten der Läufer bleiben während der Wintersaison wie gehabt, dienstags 18 Uhr und donnerstags 17.30 Uhr, Treffpunkt am TuS Stadion. Zusätzliche Wochenendtrainingsstunden werden kurzfristig kundgetan.

Wintertraining – Laufjugend

Nach den Herbstferien gelten für die Laufjugend wieder folgende Trainingszeiten:

Dienstag: 16.45 - 17.45 Uhr mit Sebastian
 Donnerstag: 16.15 - 17.15 Uhr mit Sebastian & Heinz

Alle ab 8 Jahren, die Spaß am Laufen haben, ob Anfänger oder Köhner, sind in unserer Gruppe stets willkommen.


Bestellaktion

Im Oktober läuft eine Bestellaktion von Wettkampftrikots für Erwachsene und für den Nachwuchs. Im Nachwuchsbereich kommen noch Jacken dazu; eventuell auch für Erwachsene in einer hellen Farbe für die dunkle Jahreszeit. Weitere Informationen zu den Bestellaktionen dann im Rundschreiben.

Wir trauern

Wir trauern um unseren Laufkameraden **Erik Weißgerber**, der im September im Alter von 85 Jahren verstarb. Er folgt nun seiner Frau **Liselotte**, die im Mai verstarb. Erik war jahrelang aktives Mitglied und auch im Vorstand tätig und beide eine große Stütze bei unseren Veranstaltungen. Wir werden Ihnen ein ehrendes Andenken bewahren.

Lauftermine

M	Datum	Ort	Beschreibung
	08.10.	Groß-Umstadt	Wald- und Hügellauf: 13,5 km (? Uhr) »» LLC
	09.10.	Bad Homburg	Kurparklauf: 5/10 km (ab 9:45 Uhr) »»
	15.10.	Rüsselsheim	Lindenseelauf, Teil 1: 5/10 km (ab 14:20 Uhr) »»
	15.10.	Bad Dürkheim	Berglauf: 7 km, 530 hm (14:45 Uhr) »»
	16.10.	Offenbach	Mainuferlauf: 5/10/21,1 km (VS, ab 9 Uhr) »»
	22.10.	Walldorf	Waldlauf: 10 km (ab 14:45 Uhr) »»
	23.10.	Darmstadt	Cucuma Duathlon: 1-9-1,5-9-2 km (10 Uhr) »» 
M	30.10.	Frankfurt	Marathon mit den Hessischen Marathonmeisterschaften (VS, 10 Uhr) »»
	05.11.	Rodgau-Jügesheim	Winterlaufserie, Teil 1: 10 km (VS, 15 Uhr) »»
	06.11.	Neu-Isenburg	Hugenotten-Duathlon: 4,5-20-4 km (10 Uhr) »» 

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

VS = vermessene Strecke, bestzeitentauglich

Sportler-Ehrung der Stadt Griesheim

Same procedure as every year... Die Sportlerehrung für Erwachsene und Jugend ab 18 Jahren findet im November (voraussichtlich am Sonntag, den 20. November) um 10 Uhr im Haus Waldeck statt. Für die Ehrung konnten wieder viele Leichtathleten aufgrund ihrer Erfolge auf Kreis-, Regional- oder Hessen-Ebene gemeldet werden. Die Einladungen der Stadt Griesheim werden wie immer im November über den Verein verteilt.

Bereits für die Ehrung gemeldet sind:

Name	Beschreibung
Bischof, Petra	HM 400m (Halle) - W40 HM3 800m (Halle) - W40 RM 3 x 800m-Staffel - W40/45 KM Crosslauf - W40
Diefenbach, Ute	HM2 400m (Halle) - W50 HM2 Kugelstoßen (Halle) - W50 HM3 10.000m-Lauf - W50 RM 10-km-Lauf - W50 KM 10-km-Lauf - W50
Geisenhof, Gerd	KM Crosslauf - M45
Hanson, Sebastian	RM 3000m-Lauf - MJA RM 800m-Lauf - MJA KM Crosslauf - MJA KM 3000m-Lauf - MJA
Heitzenröder, Heinz	HM 800m-Lauf (Halle) - M65 HM2 800m-Lauf - M65 RM 800m-Lauf - M65 KM Crosslauf - M65 KM Crosslauf - Mannschaft M60 u.ä.
Heß, Wolfgang	HM 10.000m-Lauf - M60 HM3 400m-Lauf (Halle) - M60 RM 10-km-Lauf - M60 KM 10-km-Lauf - M60
Hofmann, Klaus	HM3 800m-Lauf (Halle) - M60 HM3 Duathlon - M60 RM Crosslauf - Mannschaft M50 u.ä. KM Crosslauf - Mannschaft M60 u.ä.
Iffland, Heinz-Otto	RM 10-km-Lauf - M50 KM 10-km-Lauf - M50
Linné, Franziska	DM2 Winter-Triathlon - AK4 W KM Crosslauf - W35
Mühlhans, Edmund	HM 10.000m-Lauf - M75 RM 10-km-Lauf - M75 KM 10-km-Lauf - M75

Müller-Wenzel, Beate	RM 10-km-Lauf - W40 RM 3 x 800m-Staffel - W40/45 KM 10-km-Lauf - W40 Griesheimer Stadtmeisterschaft im 10-km-Lauf - Frauen
Obst, Michael	HM Halbmarathon - M40 HM2 10.000m-Lauf - M40
Ölmez, Halil	KM 10-km-Lauf - M45
Schrädt, Astrid	HM 400m-Lauf (Halle) - W45
Schuster, Paul	RM 10-km-Lauf - Männer KM 10-km-Lauf - Männer
Seifert, Ulli	HM3 Duathlon - W45 RM 3 x 800m-Staffel - W40/45
Seipel, Axel	RM Crosslauf - M60 RM Crosslauf - Mannschaft M50 u.ä. KM Crosslauf - M60 KM Crosslauf - Mannschaft M60 u.ä.
Ziegler, Dr. Rudolf	RM Crosslauf - Mannschaft M50 u.ä.
Zwingel, Bernhard	HM2 800m-Lauf (Halle) - M55 RM 800m-Lauf - M55

Jemand vergessen?? Dann bitte rasch mit kurzer Email an kh@klaushofmann.de melden.

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