

Termine 2009

FSV Köthen lockt Läufer an

Köthen (sza). Der Freizeit-sportverein Köthen hat in diesem Jahr einige Veranstaltungen geplant, die auch für die hiesigen Leichtathleten interessant sein dürften. Am Sonntag, dem 26. April finden in Köthen-Anhalt die Offenen Landesmeisterschaften Sachsen-Anhalts statt. Start ist um 11 Uhr im Stadion „An der Rüsternbreite“. Männer bis zur Altersklasse M 75+ und Frauen bis zur Altersklasse W 65 + laufen 10 000 Meter.

Am Samstag, dem 9. Mai folgt dann der vierte Köthener City-Lauf. Der Start erfolgt um 11 Uhr auf dem Köthener Marktplatz. Männer, Junioren, Senioren sowie Frauen, Junioren und Seniorinnen können zehn Kilometer laufen oder drei Kilometer gehen.

Für die Jugendlichen stehen fünf Kilometer laufen oder drei Kilometer gehen auf dem Programm. Die Altersklassen M 10 bis M 13 sowie W 10 bis W 13 laufen zwei Kilometer. Die Jüngeren der Altersklassen M 08, M 09, W 08 und W 09 laufen eine Ein-Kilometer-Strecke. Die Jüngsten können sich auf einer 400-Meter-Runde ausprobieren.

Anmeldungen und Informationen bei Georg Grohmann, Balenstedter Bogen 4 in 06366 Köthen, Telefon und Fax: (0 34 96) 55 10 11 beziehungsweise per Email: georg.grohmann@gmx.de.

Jeden zweiten Donnerstag im Monat veranstaltet der FSV Köthen einen Halbstundenlauf im Stadion „An der Rüsternbreite“. Um 18.30 Uhr erfolgt der Startschuss für alle Altersklassen.

Die Treffpunkte:

8. Januar, 9. April, 9. Juli, 8. Oktober, 12. Februar, 14. Mai, 13. August, 12. November, 12. März, 11. Juni, 10. September, 10. Dezember.

www.fsv-koethen-anhalt.de



Dem Aufruf der Grün-Weißen zum traditionellen Neujahrslauf folgten 19 Sportfreunde. Sie hatten bei winterlichem Wetter sehr viel Spaß auf der Strecke, die vom Plan zum Denkmal „Am Butterdamm“ und zurück führte. Foto: Verein

Leichtathletik: SV Grün-Weiß 82 Zerbst / Neujahrslauf mit Start und Ziel „Am Plan“

Tradition fortgesetzt: 19 Läufer begrüßen das neue Jahr 2009

Volksstimme, den 08.01.2009

Dem Aufruf der Laufgruppe Grün-Weiß 82 Zerbst zum traditionellen Neujahrslauf, am ersten Sonntag des neuen Jahres, folgten in diesem Jahr 19 Sportlerinnen und Sportler. Pünktlich um 10 Uhr erfolgte der Start von der Sporthalle der Grundschule am Plan.

Von Wolfgang Berkling

Zerbst. Das winterliche Wetter, das den Aktiven reichlich Schnee bescherte, war besonders reizvoll. Für die zu bewältigende Strecke vom Plan bis zum Denkmal „Am Butterdamm“ waren die Wegeverhältnisse nicht die besten. Alle Beteiligten, die Läufer des Vereins und die Nordic Walker, meisterten jedoch unbeschadet

die schneebedeckten Straßen und Wege. Geschützt durch die richtige Bekleidung und in bester Laune kehrten alle Läufer zum Ausgangspunkt zurück.

Am Ziel wurde sich aufgewärmt, der Lauf fachmännisch ausgewertet und bei einer Tasse Glühwein die mittelfristigen sportlichen Aufgaben und Ziele besprochen. Ein gelungener sportlicher Vormittag war die einhellige Meinung der Aktiven, der sicher allen Beteiligten in guter Erinnerung bleiben wird.

Alle regionalen Lauftermine der Regionen Bitterfeld, Köthen und Zerbst sind auf der Website ausgewiesen.

www.lg.gruen-weiss-zerbst.de

Ein Gedicht von Hans GÜth

Das neue Jahr hat gerade erst begonnen, 2009 wurde laut begrüßt, auch mit Sekt und Wein. Manch einer hat sich dabei vorgenommen, mit seiner Gesundheit etwas achtsamer zu sein.

Der eine möchte aufhören zu rauchen, der andere fühlt sich schlichtweg zu rund und dick, der nächste möchte noch aktiver leben, wünscht zu bleiben ewig jung und frisch.

Letzteres kann niemand garantieren – vor´m Alterwerden ist man nicht gefeit. Mit etwas Sport kann man jedoch probieren, sich schwappe zu halten für lange Zeit.

Bewegung an frischer Luft ist anzuraten, es lindert Stress und erfüllt ´nen guten Zweck. Man kann genießen gutes Essen und auch Braten ohne Angst vor´m Dicksein und vor´m Fett.

Ich lade dich ein, mit uns zu laufen. Schau nicht nur zu, mach einfach mit. Du wirst am Anfang sicher etwas schnaufen, doch schließlich fühlst auch du dich frisch und fit.

Dabei wirst du sehr bald entdecken: das Laufen tut dem Kreislauf gut. Laufen kann Lebensgeister wecken und macht für manches Unterneh-men Mut.

Leistung wird nicht von dir erwartet, jeder ist seines Glückes eigener Schmied.

Manch einer, der beim Volkslauf startet, freut einfach sich mit anderen mit. So kannst du deinen Freundeskreis erweitern, wenn du in einem Verein dich trimmst. Vielleicht bist du sehr bald begeistert, wenn du Anteil am Gruppenleben nimmst.