

## Neujahrsempfang mit Sportlerehrung am 26.01.2020

Nun war es wieder soweit. Der Vorstand und der Ausschuss für Geselligkeit (AfG) hatten zum Neujahrsempfang geladen. Rund 100 Vereinsmitglieder mit Gästen folgten der Einladung. Am Sonntag ab 12 Uhr wurden sie im großen Saal des Bürgerhauses Vellmar-West mit einem Glas Sekt oder mit einem alkoholfreien Getränk empfangen. Hannelore und Petra hatten die Begrüßungsgetränke gut vorbereitet und verteilt. Die Begrüßung erfolgte durch den 2. Vorsitzenden Gerhard Klingelhöfer. Für den Einsatz bei der Vorbereitung bedankte sich Gerhard recht herzlich bei Doris Zindel und den „helfenden Hände“. Ein weiterer Dank richtete sich auch an alle Spender, die für das leibliche Wohl gesorgt hatten. Nachdem das gemeinsam gestaltete Büfett - die Gulasch- und Kartoffelsuppe freigegeben -, die Getränke an der Theke gekauft wurden, konnten die Ehrungen durch den Sportwart Bernd Neumann und dem Sportausschuss vorgenommen werden. Auch das Vereinsmitglied und Bürgermeister der Stadt Vellmar Manfred Ludewig ließ es sich nicht nehmen, ein paar Worte an die Anwesenden zu richten und bei der Ehrung zu helfen. Es wurden erfolgreiche Sportlerinnen und Sportler der LGV für die Leistungen im vergangenen Jahr dafür geehrt, wenn sie durch erfolgreiche Teilnahme an Meisterschaften, Halbmarathon- und Marathon- oder Marathon-Ultra-Läufen -, Teilnahme an Laufserien in Nordhessen, Bergläufe zum Herkules, Abnahme des Sportabzeichens und die DLV Laufabzeichen teilgenommen hatten. Alle zu ehrenden anwesenden Personen erhielten neben den Urkunden und Medaillen einen LGV Fan-Schal. Bei der Verlosung aller Geehrten wurden verschiedene Gutscheine, Caps und Sachpreise verlost. Zwischendurch wurde das Kaffee- und Kuchenbuffet aufgebaut und gestürmt. Mit alkoholischen und nichtalkoholischen Getränken wurden miteinander dann noch einige Zeit kommuniziert. Die Veranstaltung endete gegen 17 Uhr. Im Anschluss wurde vom AfG und den Helfern noch abgeräumt, aufgeräumt und „klar Schiff“ gemacht. DANKE!!! Ein gelungener Neujahrsempfang 2020!



Der Sportausschuss mit den „helfenden Händen“ sind startklar



Manfred Ludewig ehrte den LGV Nachwuchs Noah, Mia, Sophia und Ella



Zum Herkules-Berglauf wurde u.a. auch Doris Zindel (r. von der AfG) geehrt



Fleißige Helfer hatte Schatzmeisterin Stefanie hinter der Theke

## Mitgliederversammlung am Freitag den 06.03.2020

Alle Jahre wieder - Mitgliederversammlung im Bürgerhaus Vellmar West - 19:00 Uhr. Einige Informationen stehen auf der Tagesordnung. Auf dem Programm stehen ein kleiner Rückblick 2019, der Vereinskalendar 2020 mit vielen Aktivitäten, unsere Vereinsfahrt und vieles mehr. Natürlich wollen wir auch das Jahr 2020 vorstellen, das Heimatfest steht an, ebenso laufen die Planungen für den 3.Ahnepark-Lauf und einige Änderungen zum Bahntraining wird es geben. Getränke und etwas zum Knabbern stehen bereit. Wir würden uns freuen, wenn ihr kommt!*Euer Vorstand*



Nordstraße 7a, 34246 Vellmar - Tel.: 0561/ 825636  
E-Mail: [vorstand@lqvellmar.de](mailto:vorstand@lqvellmar.de), Vereinshomepage: <http://www.lqvellmar.de>

**Einladung  
an alle Vereinsmitglieder zur  
38. ordentlichen Mitgliederversammlung am  
Freitag, 06. März 2020 um 19:00 Uhr im  
Bürgerhaus Vellmar-West.**

### Tagesordnung:

- TOP 1 Begrüßung  
Feststellung der ordnungsgemäßen Einberufung und der Beschlussfähigkeit
- TOP 2 Rückblick 2019
- TOP 3 Berichte:  
1. Vorsitzender,  
2. Vorsitzender/ Sportwart,  
Lauffreff Leiterin,  
Schatzmeisterin
- TOP 4 Bericht der Kassenprüfer und Entlastung des Vorstandes
- TOP 5 Haushaltsvoranschlag 2020
- TOP 6 Vereinskalendar 2020/ Bahntraining 2020
- TOP 7 Herausforderungen/ Ziele 2020/2021
- TOP 8 Anträge

#### Zum Punkt 9 „Anträge“

Anträge an die Mitgliederversammlung bitte schriftlich bis zum 28.02.2020 beim Vorstand einreichen.

Vellmar, 02.02.2020

Der Vorstand

## Start in die neue Laufabzeichen-Saison 2020

Einige Unentwegte konnte die Wettervorhersage am vergangenen Sonntag nicht abschrecken. Pünktlich um 9 Uhr starteten drei Gruppen, um ihre Ausdauer unter Beweis zu stellen. Walkend und laufend wurden verschiedene Disziplinen erfüllt. Die Ergebnisse werden nach Abschluss der LAZ-Abnahmen im 1. Quartal veröffentlicht. Die weiteren Termine sind auf den Terminkalender und auf der LGV Homepage (Terminplan) ersichtlich.



## Terminkalender

08.02.2020	15:00 Uhr	LAZ 15, 30 oder 60 Min.
09.02.2020	09:00 Uhr	4.Lauf der Winterlaufserie Ahnatal (Sammelmeldung)
12.02.2020	18:00 Uhr	LAZ 15, 30 oder 60 Min.
15.02.2020	15:00 Uhr	LAZ 15, 30 oder 60 Min.
16.02.2020	09:00 Uhr	LAZ 90 oder 120 Min.
22.02.2020	15:00 Uhr	Fasching im Laufftreff
23.02.2020	09:00 Uhr	Herkules Berglauf
06.03.2020	19:00 Uhr	Mitgliederversammlung Bürgerhaus Vellmar-West
08.03.2020	09:00 Uhr	5.Lauf der Winterlaufserie Ahnatal (Sammelmeldung)
15.03.2020	09:00 Uhr	Volkslauf Hofgeismar (Sammelmeldung)

## **Der Lauf-Treff Firnskuppe...**

trifft sich regelmäßig zweimal in der Woche zum gemeinsamen Laufen auf dem Parkplatz am Westfriedhof in Vellmar-West. Es werden 12 verschiedene Leistungsstufen, darunter auch 4 Walkinggruppen, angeboten. Viel Wert wird auf die Betreuung und Beratung der Laufanfänger gelegt. Außerdem stehen geschulte Gruppenleiterinnen und Gruppenleiter bei Fragen zur Verfügung. Erneut wurde unserer Laufgemeinschaft Vellmar e.V. mit ihrem Lauf-Treff Firnskuppe das Zertifikat „sehr gut“ vom DLV für weitere drei Jahre verliehen.

**Wir laufen bei jedem Wetter und zu jeder Jahreszeit:  
mittwochs von 18.00 Uhr bis 19.00 Uhr  
samstags von 15.00 Uhr bis 16.00 Uhr.**

**Kommen Sie doch einmal zu einem Probelauf.**

Interessenten werden gebeten, sich bitte vorher telefonisch anzumelden!

Auskünfte erhalten Sie bei der Lauf-Treff-Leiterin Stefanie Knauff  
mobil:01575 4247128 und beim 1.Vorsitzenden Michael Schütze  
0561/82 56 36 und im Internet unter [www.lgvellmar.de](http://www.lgvellmar.de)

Telef.:

## **LGV- Fitness-Training**

Ergänzend zu unserem Laufsport findet für die Vereinsmitglieder der LG Vellmar regelmäßig donnerstags (**außer in den Schulferien**) von 19.00 bis 20.00 Uhr in der Sporthalle der Grundschule Obervellmar das LGV-Fitness-Training statt. Die einstündige Gymnastik enthält einen Aerobic-Teil zum Aufwärmen und ein Training für den ganzen Körper, wobei die Muskeln gestärkt, gestrafft und geformt werden. Durch abwechslungsreiche Übungen, auch mit Handgeräten (Tube, Hanteln), werden alle Körperpartien (Bauch, Beine, Po, Arme, Brust, Rücken) angesprochen. Auch Yoga und Pilates werden in das Übungsprogramm mit einbezogen. Dehn- und Entspannungsübungen runden die Stunde ab. Die Teilnahme an der Gymnastik ist nicht an den Lauftreff bzw. an das Lauftraining des Vereins gebunden. Interessierte sind zu einer Probestunde willkommen.

Informationen erhalten Sie bei Christa Orth – Telefon 0561/ 887755.