



## Abteilungsbericht 2016

### Jedermannsport

**Abteilungsleiter: Joachim Ossig, Leipziger Str. 16, 34212 Melsungen, Tel. 05661 926450**

Übungsleiter	Gruppe
René Wildner	Lauftreffleiter
Michael Schaier / Walter Thein	Lauftreff
Jutta Linnenkohl / Frank Dietrich	Lauftreff
Frank Dietrich	Lauftreff / Bad Liebenstein-Stafette
Andreas Laudert	Hallensport
Horst Diele	Wandern
Frank Dietrich	Webmaster

### Jahresbericht der Jedermannsport Abteilung

Gymnastik und Spiel in der Halle, Laufen vom Lauftreff bis zum Wettkampf, Eintages- und Mehrtageswanderungen, geführte Radtouren in der Region ... . Wir sind die Jedermannsport Abteilung und bieten ein breites Angebot für jeden, der sich sportlich betätigen will.

#### Hallensport

Im abgelaufenen Trainingsjahr 2016 traf sich die Hallensportgruppe wie jedes Jahr zu 50 Terminen. Von den durchgeführten Veranstaltungen wurden 26 in der Schulturnsporthalle abgehalten und 24 Termine im Waldstadion. Die Trainingszeiten in der Turnhalle waren 20:00 bis ca. 22:30 Uhr und im Waldstadion von 19:00 bis ca. 21:30 Uhr. Im Durchschnitt haben im Jahr 2016 13 Teilnehmer die Trainingsveranstaltungen besucht. Die Teilnehmerzahl schwankte hierbei zwischen 7 – 18 Teilnehmern. Insgesamt nahmen 33 verschiedene Personen am Training teil. Zum Ende des Jahres 2015 konnten in die Trainingsgruppe einige Flüchtlinge integriert werden. In diesem Bereich schwankte die Teilnehmerzahl von 1 bis 5 Teilnehmern, im Durchschnitt kommen zwei Flüchtlinge zum Training. Die Ursprungsländer sind hier Afghanistan, Irak und Syrien. Das Alter der Trainingsteilnehmer geht von 23 bis 76 Jahren.

In der Halle werden neben Gymnastik & Rückenschule zur Erhaltung der Beweglichkeit diverse Ballsportarten angeboten. Typischerweise werden nach einem Fußballaufwärmenspiel, einer gymnastischen Einheit, eine breite Vielfalt von Ballspielen vorgenommen, wie Volleyball, Basketball, Hallenhockey, Indiac, Handball. Als Veranstaltung außer der Reihe fand eine Winterwanderung statt und zu diesem Zeitpunkt war es glücklicherweise auch wirklich Winter. ☺

In den Sommermonaten wird im Training Fußball gespielt, welches durch eine gymnastische Übungseinheit vorbereitet wird. Gelegentlich wird das Training in den Sommermonaten durch einen Grillabend erweitert. Als Zusatzveranstaltung wurde eine Feierabendradtour mit einer Länge von ca. 40 km angeboten und durchgeführt.

Im Vordergrund der Hallensportgruppe steht der gemeinschaftliche Sinn nach sportlicher Betätigung und gemeinschaftlichem Spaß. Die Gruppe geht sehr kameradschaftlich miteinander um. Die Integration von zwei Flüchtlingen in die Gruppe kann positiv hervorgehoben werden. Der *Dobipokal* ging in diesem Jahr an Wilfried Ebert mit 46 Trainingsteilnahmen.

*Andreas Laudert*

#### Senioren-Radsportgruppe

Schon seit einigen Jahren hat sich eine Gruppe gefunden, die sich im Sommerhalbjahr jeden Mittwoch um 13:00 Uhr in Melsungen an der Pfennigsbrücke zum gemeinsamen Radfahren trifft. Die Saison beginnt am Ostersonntag zum Volkslauf nach Rotenburg/F und zurück und wird beendet Ende Oktober / Anfang November – je nach Wetterlage. Sternförmig ab Melsungen erkunden wir unsere schöne nordhessische Landschaft. Die gefahrene Strecke beträgt ca. 60 km, eine Kaffeepause in einer der vielen Cafés oder Bäckereien gehört selbstverständlich dazu. Bei Tagesfahrten wird es auch schon mal um die 100 km. Bei den Fahrten sind in der Regel 6 – 8 Fahrer im Alter von 60 – 80 Jahren dabei. Wir sind eine harmonische Gruppe, wollen nicht mit Fahrern der Radsportabteilung verwechselt werden, sind aber dennoch ein wenig stolz auf unsere Leistung. Wir freuen uns auf die kommende Saison und hoffentlich wieder unfallfreies Fahren und ohne Pannen.

*Herbert Bauch*

#### Wandern

Unser neuer Wanderführer für die Seniorenwanderungen Reinhard Micke hat seine Bewährungsprobe abgelegt. Ich kann ihm bescheinigen, dass er mit Eifer die Wanderungen vorbereitete und durchführte und bin froh, durch ihn entlastet zu sein. Ein kurzer Rückblick auf unsere Wandertouren des vergangenen Jahres. Die Winterwanderung führte uns am 7. Februar von der Schwalmphorte zu den Bonifatius- und Barbarossawegen bei Kleinenglis (18 km, 20 Pers.), die Frühjahrswanderung am 17. April in die Eichsfelder Schweiz ab Asbach (17 km, 20 Pers.), die Sommerwanderung am 17. Juli hinauf auf den Heldrastein ab

Rambach (21 km, 20 Pers.) und die Herbstwanderung am 16. Oktober durch das Schwälmer Land zu den Wippersteinen ab Schrecksbach (15 km, 21 Pers.).

Die Viertagewanderung unternahmen wir wie im Jahr zuvor erneut im Vogelsberg.

Berichte von den Quartalswanderungen und der Viertagewanderung findet Ihr auf der Homepage unserer Abteilung ([www.lauftreff-melsungen.de](http://www.lauftreff-melsungen.de)).

Die 14-tägigen Seniorenwanderungen wurden 25-mal durchgeführt. Treffpunkt war stets der Sportplatz in Obermelsungen. Unser Jahresprogramm 2016 umfasste 414 km, zusammengefasst:

25 halbtägige Seniorenwanderungen	264 km
4 ganztägige Quartalswanderungen	71 km
1 Viertagewanderung	66 km
1 Nachtwanderung	13 km

Die Beteiligung an den Seniorenwanderungen erhöhte sich gegenüber 2015 von durchschnittlich 20,3 auf 23 Personen pro Wanderung. Auch bei den Quartalswanderungen stieg die Beteiligung von durchschnittlich 13 auf 20 Personen.

An den Wanderungen beteiligten sich 50 verschiedene Personen. Die meisten Kilometer wanderte **Adolf Köttig** (414) bei den Männern und **Sigrid Hruschka** (393) bei den Frauen. Ich bedanke mich bei Reinhard Micke für die Führung der Seniorenwanderungen und bei allen, die unserer Wandergruppe die Treue gehalten haben, und wünsche uns allen wieder die erforderliche Fitness für die zukünftigen Wanderungen.

*Horst Diele*

## Lauftreff

### Sommerhalbjahr, Dienstags-Lauftreff, Albrechthütte am Siebenstern

Der Dienstags-Lauftreff fand im Sommerhalbjahr, von Anfang April (- mit Beginn der Sommerzeit -) bis Ende September, an der Albrechthütte am Siebenstern statt. Die Standardlaufrunde ist dort 8,1 km lang, es gibt aber auch die Möglichkeit, Streckenvarianten von 4,3 bis 11 km Länge zu laufen.

Teilnehmerstatistik: Durchschnittlich 12 Läufer/-innen, min. 6 Teilnehmer, max. 22 Teilnehmer.

Abweichend von der langjährigen Tradition beim letzten Termin des Sommerhalbjahr-Lauftreffs ein Abschlussbüfett zu veranstalten, wurde diesmal beim ersten Dienstags-Lauftreff im Winterhalbjahr ein Büfett von Viola und Michael Schaier organisiert. – Dankeschön!

### Sommerhalbjahr, Donnerstags-Lauftreff, Parkplatz Waldstadion

Der Donnerstags-Lauftrefftermin im Sommerhalbjahr startet am Parkplatz Waldstadion. Von dort führen die Laufstrecken von ca. 5 bis 11 km Länge durch das Stadtwaldparkgebiet rund um die Koppe und die Weltkugel.

Teilnehmerstatistik: Durchschnittlich 7 Läufer/-innen, min. 2 Teilnehmer, max. 11 Teilnehmer.

### Winterhalbjahr, Dienstags-Lauftreff, Parkplatz Sandstraße

Der Dienstags-Lauftrefftermin im Winterhalbjahr, von Anfang Oktober bis Ende März, am Parkplatz Sandstraße fand mit durchschnittlich 10 Teilnehmern eine ähnliche Resonanz wie im Vorjahr. Die Teilnehmerzahlen schwankten zwischen 3 und 14.

### Winterhalbjahr, Donnerstags-Lauftreff, im Waldstadion

Wie in den Vorjahren erfolgte der Donnerstags-Lauftrefftermin auf der Laufbahn des Waldstadions bei mittlerweile wieder funktionierender Flutlichtbeleuchtung. Mit durchschnittlich 8, minimal 2 und maximal 14 Teilnehmern gab es eine geringfügig niedrigere Beteiligung als im Vorjahr.

### Winterhalbjahr, Samstags-Lauftreff, Parkplatz am Waldstadion

Der Samstagstermin im Winterhalbjahr ist traditionell eher ein Termin für Langläufer, die Zwei-Stunden-Läufe absolvieren wollen. Frank Dietrich bot in der letzten Wintersaison 2015/2016 wieder lange 2-h-Läufe über ungefähr 20 km in einem Tempo von ca. 6 min/km an. In der aktuellen Wintersaison 2016/2017 war ein umfangreicheres Laufangebot mit 3 Gruppen vorgesehen (2 h Läufe mit ca. 6:00 min/km und 5:30 min/km sowie 1 h Laufgruppe mit >6:00 min/km). Wegen zu geringer Beteiligung ist dieses Angebot bisher selten umgesetzt worden. Meistens ergibt sich eine 2 h Laufgruppe mit 4 bis 6 Läufer/-innen deren Tempo sich abhängig von der Gruppenzusammensetzung zwischen 5:30 und 6:00 min/km ergibt. Für den 1 h Lauf gibt es selten ausreichend Teilnehmer.

Die Teilnehmerzahlen sind bei den Samstags-Lauftreffterminen sehr schwankend und es ist keine größere, stabile Gruppenbildung wie in den Vorjahren erkennbar.

Teilnehmerstatistik, Jan. bis Dez. 2016: durchschnittlich 8 Läufer/-innen, min. 4 Teilnehmer, max. 14 Teilnehmer.

Ein Dankeschön an Maria Beier und Kerstin Dippel für die Versorgung mit Tee bei den Dienstags- und Donnerstags-Lauftreffterminen im Sommerhalbjahr sowie nochmal an Kerstin Dippel für die Teeversorgung samstags im Winterhalbjahr!

### Anfängerlauffreff

Jutta Innenkohl und Maria Beier starteten im Frühjahr 2016 zum vierten Mal einen Anfängerlaufkurs. Dieses Angebot richtet sich an Laufanfänger, die durch ein kontinuierliches Training über mehrere Monate einen Leistungsstand erreichen wollen, der das Laufen einer Strecke von ca. 5 km ohne Gehpausen in einer Zeit von 35.. 40 min erlaubt.

## Veranstaltungen 2016

### Nordhessencup (März bis Juli 2016, Abschlussveranstaltung Sa., 5. November 2016)

Insgesamt 42 Vereinsmitglieder beteiligten sich 2016 an NHC-Läufen. (9. Platz in der Gesamtteilnehmer-Vereinswertung)  
16 Teilnehmer schafften den Sprung in die Endwertung durch Teilnahme an der für die jeweilige Streckenwertung geforderten Mindestanzahl von Läufen. (6. Platz in der Vereinswertung für Teilnehmer in der Endwertung)

### Himmelsberglauf (Karfreitag, 25. März 2016)

Bei nass-kaltem Wetter mit Nieselregen liefen am Freitagmorgen um 7:30 Uhr 5 Läufer den Weg hoch zum Himmelsberg. Am Parkplatz auf dem Himmelsberg vergrößerte sich dann das Teilnehmerfeld und startete um 9:00 Uhr zurück Richtung MT-Heim. Der Lauf endete wie üblich mit einem gemeinsamen Zusammensein mit kleinem Büfett.

Frank Dietrich nutzte das Beisammensein für eine Auswertung mit Siegerehrung des von ihm geführten Langlauftrainings in der Wintersaison 2015/2016.

### Gemeinsame Laufveranstaltung Kassel-Marathon (Sa./So., 17./18. September 2016)

Unsere gemeinsame Jahreslaufveranstaltung war zum wiederholten Male der Kasselmarathon. Die MT Melsungen war vertreten mit: 3 Staffelmansschaften (eine Frauen- und zwei Männermannschaften à 4 Teilnehmer), 3 Mini-Marathon-Läufer, 7 Halbmarathonläufer/-innen und 2 Marathonläufer.

### Himmelsberglauf (Sonntag, 6. November 2016)

Beim Himmelsberglauf im November starteten 6 Läufer früh um 7:30 Uhr auf dem Parkplatz Waldstadion. Um 9:00 Uhr startete dann der Lauf vom Himmelsberg zurück zum MT-Vereinsheim mit einer größeren Teilnehmeranzahl bei feucht-kühlem Wetter durch eine herrlich bunte Herbstlandschaft. Auch dieser Himmelsberglauf endete mit einem gemeinsamen Zusammensein mit kleinem Büfett im MT-Vereinsheim.

Ein Dankeschön an Rosi Weinreich, Monika Thein und Viola Schaier, die bei beiden Himmelsbergläufen das leckere Büfett organisierten.

*René Wildner*

## **Stafettenlauf 2016**

Der 27. Stafettenlauf von Bad Liebenstein nach Melsungen erfreute sich auch in diesem Jahr großer Beliebtheit. Insgesamt 28 Teilnehmer legten gemeinsam als Läufer, Radfahrer oder Wanderer die 116 km lange Strecke zwischen den beiden Partnerstädten zurück, die mit ihren über 2.000 Höhenmetern auf teils naturbelassenen Wegen eine echte Herausforderung darstellt. Die jüngste Teilnehmerin war Sarah Rübsam aus Bad Liebenstein, die stolze 4,8 km zurücklegte. Mit 92,2 km bewies Michael Reich, ebenfalls aus Bad Liebenstein, die größte Ausdauer bei den Männern, während Claudia Rudolff als Vertreterin der Abteilung Jedermannsport mit 62,3 km bei den Frauen die Nase vorn hatte. Der nächste Stafettenlauf wird am 26. August diesen Jahres stattfinden.

*Frank Dietrich*

## **Bericht Pokallauf 2016**

Der vereinsinterne Laufwettbewerb 2016 erfreute sich einer relativ geringen Resonanz, bei der die Teilnehmerzahl des Vorjahres nicht erreicht wurde. 34 Teilnehmerinnen und Teilnehmer gingen an den Start, 24 davon kamen in die Wertung (2015: 43/34). Berücksichtigen muss man in diesem Zusammenhang, dass einige etablierte Läufer aus beruflichen Gründen oder krankheitsbedingt nicht beim Wettbewerb mitlaufen konnten.

Bei unserem Pokalwettbewerb geht es selbstverständlich auch darum, sich mit anderen sportlich zu messen oder seine persönlichen Grenzen auszuloten. Aber letztendlich geht es vor allem darum, gemeinsam Sport zu treiben und Spaß dabei zu haben. Aus sportlicher Sicht hat es bei uns Tradition, die Leistung der schnellsten Läuferin und des schnellsten Läufers mit einem Pokal zu würdigen. Seit 2014 wird darüber hinaus auch die eifrigste Läuferin bzw. der eifrigste Läufer als Kilometerkönig geehrt. Natürlich bekommen alle Teilnehmer in der Wertung eine Urkunde überreicht.

Die Platzierungen 1-3 Frauen: Liesa Gläß, Katja Funck, Claudia Rudolff

Die Platzierungen 1-3 Männer: Lorenz Funck, René Wildner, Michael Schaier

Kilometerkönige: Kerstin Dippel und René Wildner

*Uwe Tomaselli*

Ausführliche Berichte und Fotostrecken findet ihr auf der Homepage der Melsunger Turgemeinde, Abt. Jedermannsport oder auf [www.lauftreff-melsungen.de](http://www.lauftreff-melsungen.de)

## **Abteilungsleiter**

*Joachim Ossig*