MT Jedermannsport 2022

Melsunger Turngemeinde 1861 e.V.
Abteilung Jedermannsport

Abteilungsleitung:

Joachim Ossig, Walter Thein und Michael Schaier

Ansprechpartner	**Gruppe**
René Wildner	Lauftreffleiter
Michael Schaier	Triathlon / Lauftreff
Walter Thein	Volksläufe / Finanzen
Frank Dietrich	Bad Liebenstein-Stafette
Andreas Laudert	Hallensport
Reinhard Micke	Wandern
Johannes Thein	Webmaster
Herbert Bauch	Senioren Radfahren
Achim Ossig	Volksläufe / Abteilungsleiter

Inhalt

Bericht Hallensport: Andreas Laudert
Bericht Lauftreff: René Wildner
Bericht Wandern: Reinhard Micke
Bericht Pokallauf: Achim Ossig
Bericht Stafettenlauf Frank Dietrich
Bericht Senioren Radfahren: Jürgen Dietzel
Bericht Volkslauf: Achim Ossig
Bericht Adventslauf: Achim Ossig
Bericht Sommerfest: Achim Ossig
Bericht Aktivitäten der Abteilung: Achim Ossig
Bericht Abteilungskasse: Walter Thein
Fotos: L. Schattner, Helmut Wenderoth und MT Melsungen

Melsunger Turngemeinde 1861 e.V. Abteilung Jedermannsport

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

Homepage MT Melsungen www.melsunger-turngemeinde.com

Abt. Jedermannsport/Lauftreff www.lauftreff-melsungen.de

Hallensport

Im abgelaufenen Trainingsjahr 2022 traf sich die Abteilung Hallensportgruppe in diesem Jahr zu 47 Terminen. Von den durchgeführten Veranstaltungen wurden 22 in der Schulturnsporthalle abgehalten und 25 Termine im Waldstadion. Die Trainingszeiten in der Turnhalle waren 19:00 bis ca. 21:30 Uhr und im Waldstadion von 19:00 bis ca. 21:30 Uhr. Im Durchschnitt haben im Jahr 2022, 11 Teilnehmer die Trainingsveranstaltung besucht. Die Teilnehmerzahl schwankte hierbei zwischen 3 – 19 Teilnehmern. Insgesamt nahmen 40 verschiedene Personen am Training teil. Das Alter der Trainingsteilnehmer lag zwischen 12 bis 72 Jahren.

Freitags im Waldstadion

Das Jahr 2022 war für uns das erste Jahr seit 2 Jahren, wo durchgehend Training in der Halle, als auch auf dem Sportplatz angeboten werden konnte. In der Halle war es zu Beginn notwendig wegen der laufenden Pandemie den Impfstatus abzuverfolgen und ggf. negative Testnachweise vorzulegen. Das machte zu Beginn des Jahres einen erhöhten Dokumentationsaufwand für den Leiter der Gruppe, aber alle Teilnehmer waren kooperativ.
Mit den nachlassenden Restriktionen durch die Corona-Pandemie und den Wechsel in den Außenbereich des Sportplatzes, wechselte sich das Teilnehmerfeld sehr auffällig. Einige Vereinsmitglieder konnte aufgrund von Sportverletzungen nicht regelmäßig teilnehmen und daher sank die Teilnehmerzahl auf unter 6 Mitglieder ab. Durch den beginnenden Ukraine Krieg kamen im Laufe des Frühjahrs einige sehr junge Teilnehmer aus der Ukraine zu den Veranstaltungen hinzu, welche wir in den Trainingsbetrieb integrierten. So waren wir im Laufe des Sommers und frühen Herbstes eine sehr gemischte Gruppe, mit einem breiten Altersspektrum.
Das breite Altersspektrum konnte aufgrund der kleinen Halle in der Gesamtschule nicht aufrechterhalten werden, so dass im Herbst gezwungener Maßen die Teilnehmerzahl gesunken ist. Nach wie vor versucht der harte Kern der Hallensportgruppe sich über eine WhatsApp Gruppe zu sportlichen Aktivitäten zu animieren.

Es bleibt abzuwarten, wie sich die Teilnehmerzahl im Jahr 2023 entwickelt. In letzten Wochen des Jahres 2022 war ein starkes Absinken der Teilnehmerzahl festzustellen. Ob das Generationenübergreifende Konzept der Hallensportgruppe auch im Jahr 2023 so aufrechterhalten werden kann, muss auf den Prüfstand gestellt werden.
Der Dobipokal wurde für das Jahr 2022 an Jürgen Dietzel vergeben. Die gemeinsame Weihnachtsfeier 2022 konnte aufgrund einer Doppelbelegung des Vereinsheim nicht durchgeführt werden.

Übungsleiter – Andreas Laudert

Lauftreff

Nach zwei Coronajahren fand der Lauftreff 2022 wieder ohne Beschränkungen statt.

Im März und April beteiligte sich der Lauftreff an der **Aktion „Laufen für die Ukraine“**. Dabei wurden 544 km erlaufen, was einer Spende von 544 € entsprach. Durch zusätzliche Spenden konnten am Ende insgesamt 744 € überwiesen werden.
Im Mai und Juni wurde der traditionelle **Pokallauf** durchgeführt. Bei diesem kleinen Lauftreff-Wettkampf konnte eine 5 km und eine 8 km Strecke bei jeweils 3 Lauftreffterminen mit Zeitnahme gelaufen werden. Jeder Teilnehmer, der beide Strecken mindestens einmal mit Zeitnahme lief, wurde beim **Sommerfest im Juli** geehrt und erhielt eine kleine Überraschungsgeschenktüte. Außerdem wurden die jeweils 3 schnellsten Frauen und Männer sowie die Teilnehmer/-innen mit den meisten Pokallaufkilometern geehrt.
Der **Himmelsberglauf** fand 2022 wieder im Frühjahr (15.4.) und im November (6.11.) statt.

<u>Teilnehmerstatistik und Streckeninfos:</u>

- insgesamt 96 Lauftrefftermine

Lauftreff Donnerstag am Waldstadion

Winterhalbjahr, Diensttags-Lauftreff, Parkplatz Sandstraße

- von Neujahr bis Ende März und von Oktober bis Silvester, Start/Ziel am Parkplatz Sandstraße
- Die Standardlaufrunde mit 9,5 km Länge führt von Melsungen an der Fulda entlang nach Obermelsungen, über die Fuldabrücke in Obermelsungen zurück nach Melsungen, dann weiter über den Schwarzenberger Weg bis zum Bahnübergang bei Schwarzenberg und wieder zurück zum Parkplatz Sandstraße. Es gibt auch die Möglichkeit kürzere Streckenvarianten zu laufen.
- 25 Termine, durchschnittlich 11 Läufer/-innen (wie 2021), min. 6 und max. 15 Teilnehmer

Winterhalbjahr, Donnerstags-Lauftreff, im Waldstadion

- Donnerstags-Lauftrefftermin im Winterhalbjahr auf der Laufbahn des Waldstadions
- Start mit ca. 10 min Warmlaufen, danach ca. 20 min Dehn- und Lockerungsübungen, manchmal ergänzt durch leichte Kraftübungen, sowie Lauf-ABC; anschließend etwa eine halbe Stunde leichtes Tempotraining oder individuelles Rundenlaufen
- 24 Termine, durchschnittlich 5 Läufer/-innen (wie 2021), min. 1 und max. 8 Teilnehmer

Sommerhalbjahr, Diensttags-Lauftreff, Albrechthütte am Siebenstern

- von Anfang April bis Ende September, an der Albrechthütte am Siebenstern
- Standardlaufrunde ist 8,1 km lang, Streckenvarianten von 4,3 bis 11 km möglich
- 24 Termine, durchschnittlich 12 Läufer/-innen (+1 zu 2021), min. 6 und max. 21 Teilnehme

Sommerhalbjahr, Donnerstags-Lauftreff, Parkplatz Waldstadion

- Donnerstags-Lauftreff im Sommerhalbjahr, Treffpunkt Parkplatz Waldstadion
- verschiedene Laufstrecken von ca. 5 bis 11 km Länge durch das Stadtwaldparkgebiet rund um die Koppe und die Weltkugel
- 23 Termine, durchschnittlich 7 Läufer/-innen (wie 2021), min. 2 und max. 16 Teilnehmer

René Wildner, 22.12.2022
Leiter Lauftreff

Wandern (Auszug aus dem Wanderbericht)

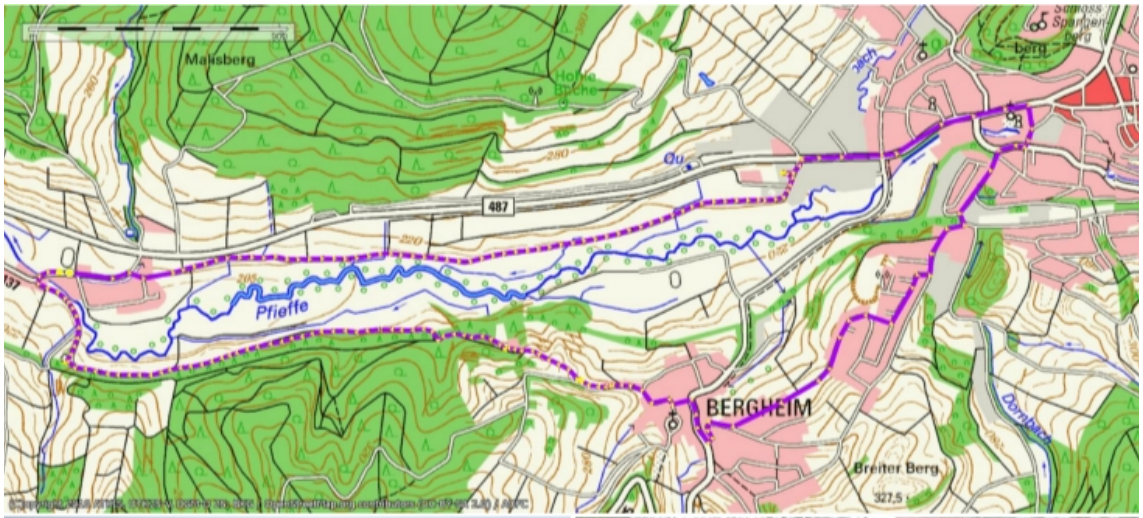
Liebe Wanderfreunde,

welchen Stellenwert hat das Wandern für die Gesundheit von Seniorinnen und Senioren? Mit zunehmendem Alter nimmt bekanntermaßen die Leistungsfähigkeit unserer Organe ab. Das betrifft vor allem unsere Sinnesorgane. Wenn die Muskulatur eines Ruheständlers weniger leisten muss, bildet sie sich allmählich zurück; seine Gelenke verändern sich arthrotisch, sein Gedächtnis lässt nach und sein Blutkreislauf gerät manchmal außer Kontrolle, insbesondere der Blutdruck. Körperliche Aktivitäten, wie Wandern, zögern die degenerativen Veränderungen unseres Körpers hinaus.
Die regulären Wanderungen mit ihren gesundheitlichen Effekten sollten auch nicht durch regelmäßige Café- oder Gasthausbesuche wieder unwirksam gemacht werden. Wir wollen ja unser Körpergewicht halten oder sogar etwas abnehmen. Nach Abschluss einer Tageswanderung (jahreszeitlichen Wanderung) sollte aber eine Einkehr erlaubt sein.
Dass Wandern für unsere „körperliche Gesundheit“ vorteilhaft ist, wissen wir; dass es aber auch gilt, unser Gehirn fit zu halten, wird manchmal vergessen. Ich denke dabei an die Altersdemenz. Wissenschaftliche Untersuchungen haben ergeben, dass ältere Menschen, die sich auch geistig beschäftigen, eine erblich vorprogrammierte Demenz zurückdrängen oder sogar verhindern können. Wenn das so sein sollte, müsste die Verbindung zwischen Wandern und Heimatkunde für unsere körperliche und geistige Gesundheit förderlich sein. Kurzvorträge zu den erwanderten Sehenswürdigkeiten trainieren unser Gehör, unsere Konzentrationsfähigkeit und unser Gedächtnis. Der neue Gesprächsstoff wird dann manchmal Bestandteil der Gruppenkommunikation. Nicht zu vergessen ist das Sinnieren alter Menschen über den Sinn ihres Lebens und über Gott und die Welt. Auch ihr Weltbild kann sich noch weiter verfeinern. Das Erkunden der Natur mit ihren jahreszeitlichen Veränderungen lenkt gedanklich ab. Das gemeinsame Problem des Alterns wird leichter ertragen. Die Sehenswürdigkeiten am Wegesrand mit ihren Infotafeln sollten zur Kenntnis genommen werden, dort, wo sie fehlen, können Kurzvorträge die Lücken schließen. Das betrifft vor allem die Aufarbeitung des Dritten Reiches.

Gäste sind herzlich willkommen
Lokale Wanderfreunde, die sich für unsere Wanderungen interessieren und prüfen wollen, ob unsere Aktivitäten ihren Vorstellungen entsprechen, sind gern gesehene Gäste. Um sie zu motivieren und ihnen die Entscheidung etwas zu erleichtern, stelle ich ihnen, in einem Rückblick auf die vergangene Wandersaison 2022, die erwanderten Strecken und Ziele vor. Da wir eine gemischte Seniorengruppe sind, also Frauen und Männer, jüngere und ältere Senioren, ist gegenseitige Rücksichtnahme vorprogrammiert. Die Strecken sind etwa 8 bis 10 km lang und werden so leicht wie möglich ausgewählt. Da wir in einer Mittelgebirgslandschaft leben, geht es manchmal auch bergauf und bergab. Die meisten Rundwanderungen sollten mindestens eine Sehenswürdigkeit unserer Heimat tangieren, verbunden mit einem informativen Kurzreferat. Bei Bedarf werden Erholungspausen oder eine kleine Brotzeit eingelegt. Die Wanderungen dauern 3 bis 4 Stunden. Der Entfernungsradius vom DGH Obermelsungen gemessen liegt in der Regel im Rahmen von 30 km. Die Durchschnittsgeschwindigkeit des Wanderns beträgt auf ebener Strecke etwa 3,5 km pro Stunde.

Eine Tour aus dem Wanderjahr 2022

2. Tour, 18.01.2022, Start: Mörshausen, Sportplatz, Strecke: 9 km
Thema: Spangenberger Hospital und Hospitalskapelle
Wanderführer: Reinhard Micke



Die wegen Regen ausgefallene 1. Tour wird heute nachgeholt. Die Sicht von Bergheim zum Spangenberger Schloss ist heute getrübt.

Durch das Parkgelände der Hospitalskapelle bzw. des Hospitals fließt die Pfieffe. Infolge der häufigen Regenfälle in den vergangenen Tagen ist das Wehr voll ausgelastet.

Im Hintergrund rechts befindet sich die Elisabeth-Kapelle. Der Anbau links ist Teil des Katharinen-Hospitals, das 1338 der Ritter Hermann von Treffurt gründete.

Hauskapelle. Sie wurde im spätgotischen Baustil errichtet. Die Spangenberger katholische Kirche ist die gleichnamige Elisabeth-Kirche.

Statistik der Wandersaison 2022 (Coronajahr)

1. 30 Seniorenwanderungen mit insgesamt 315 km
2. 4 Ganztageswanderungen (jahreszeitliche Wanderungen):
   18 km + 15 km + 13 km + 13 km = 59 km
3. Wanderung mit Bad Liebensteinern 8 km

Die aktivsten Wanderer im Coronajahr 2022:

Frauen km		Männer km	
1. Hartmann, Waltraud	238	1. Reinhard, Micke	242
2. Rüdiger, Ulrike	226	2. Ploch, Willi	207
3. Micke, Elfriede	220	3. Schmoll, Günther	144
4. Kögel, Angelika	190	4. Laabs, Henning	111
5. Ansorg, Marianne	170	5. Wenderoth, Helmut	98
6. Ploch, Rosi	153	6. Köttig, Adolf	51
7. Schmoll, Inge	146	7. Ploch, Karl	22
8. Bergholz, Ortrud	141	8. Scheidemann, Horst	18
9. Laabs, Christa	131	9. Heymann, Volker	9
10. Wander, Anna	80		

Jahreswanderer mit den meisten in 2022 gewanderten Kilometern.
Waltraud Hartmann 238 km und Willi Ploch 207 km

Mit unserer vereinseigenen Wandernadel, die die Treue zu unserer Gruppe nachweist, werden 2022 folgende Personen ausgezeichnet:

Ulrike Rüdiger mit 684 km erhält die Silberne Wandernadel.

Waltraud Hartmann mit 1630 km, Elfriede Micke mit 1623 km und Günther Schmoll mit 1541 km erhalten die Silberne Wandernadel mit Eichenkranz.

Laufen, Lachen, Lernen und sich gesund ernähren. Es gibt viele Sportarten im MT-Angebot, die für Senioren geeignet sind. Ich wünsche uns allen wieder die erforderliche Gesundheit und Kondition für die zukünftigen Wanderungen.

Wer hat Lust als Wanderwart, meine Nachfolge anzutreten?

An dieser Stelle möchte ich auch der Firma B. Braun Melsungen danken, dass sie die Kosten dieses Seniorenheftchens seit Jahren trägt. Aufgabe dieses Heftchen soll es sein, mit der jeweiligen Rückschau begehbare Wanderstrecken zu präsentieren. Es soll eine Art Archiv werden für Anregungen zur Planung zukünftiger Wanderstrecken. Es gibt in unserer Gegend noch viel zu entdecken, sodass das Archiv weiter wachsen kann.

„Frisch auf!“
Euer Wanderwart
Reinhard Micke

Anmerkung: **Dies ist nur ein gekürzter Auszug aus dem Wanderprogramm von 2022. Das ganze Wanderheft ist auf unserer Homepage unter Wandern – Berichte als PDF Datei eingestellt.**

Triathlon

Die erste Saison nach der Covid bedingten Wettkampfpause startet für die Athleten der Triathlon Sparte fast schon traditionell beim Barockstadt Fulda Triathlon über die unterschiedlichen Wettkampfdistanzen (Sprint und Olympisch). In diesem Jahr wurden die Farben der MT neu durch Paulina Jäger vertreten. Es folgten weitere Starts der Melsunger Triathleten beim Twistesee und Edersee Triathlon

Das Highlight setzte in diesem Jahr Dennis Keidel mit seinem Start bei dem Langdistanz Rennen in Roth, welches weit über die Grenzen von Deutschland hinaus bekannt ist für seine Euphorie und Gastfreundschaft für den Triathlon Sport. Gemeinsam mit Legenden, wie Jan Frodeno und Patrick Lange, hatte sich Dennis für die Vorbereitung der 3,8 km Schwimmen, 180 km Radfahren und den 42,195 km Laufen das Ziel gesetzt, diesen Mythos zu erleben.

Gemeinsame Radausfahrten und der ein oder andere Lauf rundeten den Spaß am gemeinsamen Triathlon Sport in diesem Jahr ab. Für detaillierte Rennberichte zu den einzelnen Veranstaltungen können wir die Berichte unter www.lauftreff-melsungen.de empfehlen. Für die Trainingsangebote nutzen wir im Moment die Möglichkeiten der MT im Rahmen des Lauftreffs als Basis, die Ausfahrten der Radsport Jedermann Abt. und der Schwimmabteilung. Für uns ist der Spaß und der Weg das Ziel, damit wir dann Spitzenleistungen für jeden ermöglichen können. In diesem Jahr wurden für den Trainingsbetrieb neue Radtrikots und Teambekleidung angeschafft, damit wir die Farben der MT bei unseren Trainingseinheiten gut präsentieren können.

Wir sind dankbar für das Jahr 2022, da wir ohne größere Verletzungen und Unfälle durch das Sportjahr gekommen sind und freuen uns auf die kommenden Trainingskilometer, Wettkämpfe und den oder die neuen Triathlon-Interessierten auf dem Weg MT Triathlon Sport 2023 zu erleben.

Michael Schaier

Pokallauf

Pokallauf der MT Melsungen Jedermannsport und Lauftreff vom 31.5.22 bis zum 17.6.22 .

Diese Veranstaltung wird für die Mitglieder der Jedermannsport Abteilung und des Lauftreffs durchgeführt. Es müssen zwei Strecken gelaufen werden.
Die lange 8,1 km Strecke ist am Siebenstern, mit dem Start und Ziel an der Albrecht-Hütte. Die Strecke ist recht anspruchsvoll, denn man muss ca. 150 Höhenmeter bewältigen.
Die kurze Strecke ist seit 2020 etwas geändert. Sie ist ca. 5,1 km lang. Der Start und das Ziel ist der Parkplatz am Waldstadion. Bei der kurzen Strecke sind ca. 100 Höhenmeter zu bewältigen.

Zur Statistik:
Insgesamt sind 13 Frauen und 19 Männer am Start gewesen.
In die Gesamtwertung sind 13 Frauen und 15 Männer gekommen.
Es gab einen neuen Streckenrekord auf der langen Strecke, aufgestellt durch Lorenz Funck in 29:17 min. Die traditionelle Siegerehrung haben wir im Rahmen des 2. MT Sommertreffens im Waldstadion durchgeführt. Urkunden, Pokale und einen Gutschein für jeden Teilnehmer waren der Lohn für die erfolgreiche Teilnahme.

	Platz 1-3 Frauen							
	Funck, Katja	8,1	0:38:32	31. Mai	5,1	00:24:39	02. Jun	**1:03:11**
	Sadowski, Friederike	8,1	0:41:45	07. Jun	5,1	00:26:05	09. Jun	**1:07:50**
	Brethauer, Marion	8,1	0:42:49	31. Mai	5,1	00:27:22	02. Jun	**1:10:11**

	Platz 1-3 Männer							
	Funck, Lorenz	8,1	0:29:17	21. Jun	5,1	00:18:16	17. Jun	**0:47:33**
	Hartmann, Maximilian	8,1	0:35:18	31. Mai	5,1	00:21:09	17. Jun	**0:56:27**
	Sadowski, Richard	8,1	0:34:30	07. Jun	5,1	00:22:16	02. Jun	**0:56:46**

Bericht: Achim Ossig

Stafettenlauf

Der Stafettenlauf von Bad Liebenstein nach Melsungen wurde abgesagt.

Senioren Radfahren

In unserer Radsportgruppe steht das Radfahren natürlich im Vordergrund.
Ganz wesentliche Punkte gehören aber dazu und sind *„das Salz in der Suppe“*:

- Bewegung an der frischen Luft
- mit Gleichgesinnten altersgerecht fahren – sich sportlich bewegen
- d.h. gemeinsam in die Pedale treten (noch ohne E-Bikes!)
- Menschen, die Natur und die Schönheiten unserer nordhessischen Gegend erleben
- Kaffee und Kuchen und andere Spezialitäten genießen
- und was Euch noch dazu einfällt; könnt Ihr hier ergänzen:

Da wird gesprochen, gelästert, geschimpft, kritisiert, gelobt, gerügt, gelacht, geholfen, über Alles und die ganze Welt!

Im Januar und bis etwa Mitte Februar war wegen Kälte und Schnee für uns „normale Radfahrer“ noch kein Radfahren angesagt. Die erste Gruppenfahrt – mit 7 Radlern fand am 16.3.22 statt.
Ein Novum gab es aber in diesem Jahr. Die Bundesregierung führte für die Monate Juni, Juli und August 2022 ein 9 € - Ticket für den öffentlichen Bus- und Bahnverkehr ein. Eine super Sache – auch für uns Radfahren! Dies haben wir natürlich auch genutzt und somit unseren Radius erweitert, bzw. um auch einfach mal andere Strecken zu fahren.
In den Tournachrichten 2022 sind nur noch die wesentlichen Fahrten beschrieben; oder die, bei denen besonders zu erwähnenden Vorkommnissen oder Ereignisse geschehen sind.

Das Rad-Team Melsungen 2022

Jürgen Dietzel

51. Bartenwetzer Volkslauf am 25. Juni 2022

"Nach 2 Jahren Pause ist es wieder soweit. Einladung der MT Abteilung Jedermannsport zum 51. Bartenwetzer Volkslauf am 25.06.2022 im Melsunger Waldstadion. Der Bartenwetzer Volkslauf ist der 13. Wertungslauf in der Laufserie des Nordhessencups." So stand die Ankündigung in der Zeitung.

Mit 320 Teilnehmern waren es ca. 100 Teilnehmer weniger als in 2019. Aber wir sind froh, dass wir wieder einen Volkslauf veranstalten konnten.
Für unsere Abteilung ist der Volkslauf immer eine große Herausforderung, um alles auf den Punkt genau zu planen. Mit ca. 60 Helfern sind viele unserer Mitglieder im Einsatz. Beim Verkauf, bei der Anmeldung, bei der Auswertung, im Start/Zielbereich und auf der Strecke. Danke an alle, die immer wieder mitmachen.

Achim Ossig

52. Melsunger Adventslauf am 10. Dezember 2022

Viel Begeisterung beim 52. Melsunger Adventslauf.
130 Läufer gingen am Sonntag beim 52. Adventslauf in Melsungen an den Start.
Die Teilnehmer starteten auf 4 verschiedenen Strecken. Eine von ihnen war die 1200 Meter Strecke für die Jahrgänge 2013 bis 2016, für die etwas Älteren gab es die Strecke über 1600 Meter. Für Jugendliche über 14 Jahre und die Erwachsenen standen mit 5000 und 10.000 Metern zwei Streckenlängen zur Auswahl.

Außer vielen heimischen Läufern waren auch Sportler aus Kaiserslautern und Köln dabei. Ein Weihnachtsmann war zum Geschenke verteilen vor Ort. Die verschiedenen Strecken verliefen durch den verschneiten Wald. Bereits am Samstag hatten die Helfer der Abteilung Jedermannsport der MT Melsungen die Strecke vorbereitet. Sie hatten Laub und Äste weggeräumt und die Laufstrecke mit Kreide markiert.
Wie beliebt der Adventslauf ist zeigte sich daran, dass er bereits zum 52. Mal stattfand.

35 Läuferinnen und Läufer von der MT Melsungen und weitere Melsunger waren am Start.

Bei den Frauen bewältigte Claudia Rudolff (MT) die 10 km Distanz in 53:59 Minuten und erinnerte damit an ihren Sieg in 2015. Seinen ersten großen Erfolg feierte Laurens Albers (MT) in 18:33 Minuten über die Mittelstrecke von fünf Kilometer und überraschte damit seinen Trainer Lorenz Funck (18:36), der dieses Rennen 2018 und 2019 gewann. Als Dritter komplettierte Maximilian Hartmann (20:33)
den Triumph der MT. Kein langes Federlesen mit der Konkurrenz machte Maybritt Böttcher (MT) über fünf Kilometer der Frauen und setzte sich in 21:05 Minuten bereits am ersten Anstieg von der Konkurrenz ab und gewann das Frauenrennen deutlich.

Auf den Strecken 10 km und 5 km war immer ein Top-Rad vor dem ersten Läufer. Detlef Riehl und Jürgen Schormann (aus der Radsport Abteilung der MT Melsungen) übernahmen diese Aufgabe. Detlef zollte den Läufern an der Spitze der 5 km Runde seinen Respekt: "Die laufen in der Spitze um die 20 km/h."

Ein Besen-Rad gab es diesmal nicht. Aber dafür einen Schlussläufer. Nico Knoche war bei den beiden Schülerstrecken und bei der 10 km Strecke im Einsatz.

Ein Dank an aller Helferinnen und Helfer für ihren Einsatz, nur so kann eine Veranstaltung gelingen.

Achim Ossig

Silvesterläufe 2022

Beim Traditionellen Silvesterlauf in Kaufungen waren 11 Sportlerinnen und Sportler der MT Melsungen am Start gewesen.

Gleichzeitig trafen sich auch Lauftreffteilnehmer zu einem kleinen Silvesterlauf im Melsunger Stadtwald. Nach dem Lauf gab es noch ein Glas Sekt zum Abschied für das Jahr 2022 im MT Vereinsheim. 12 Läuferinnen und Läufer nutzten diese Gelegenheit.

Sportabzeichen

Ihr habt noch kein Sportabzeichen? – dann kommt zu uns.
Leistungsanforderungen, die auch Ihr mit etwas Training schaffen könnt.
Macht mit – es ist gesund und macht viel Spaß in der Gruppe bei der MT.

Training und Abnahme:	nach Terminplan
Leichtathletik:	im Sommer im Melsunger Waldstadion
Schwimmen:	ganzjährig im Hallen- oder Freibad
Radfahren:	20 km zwischen Melsungen und Wagenfurth – siehe Terminplan

Abnahmeberechtigt in der Abteilung Jedermannsport ist Walter Thein.
Termine auch nach Vereinbarung (außer Schwimmen).

Vorausschau der Laufveranstaltungen 2023

Hannover Marathon

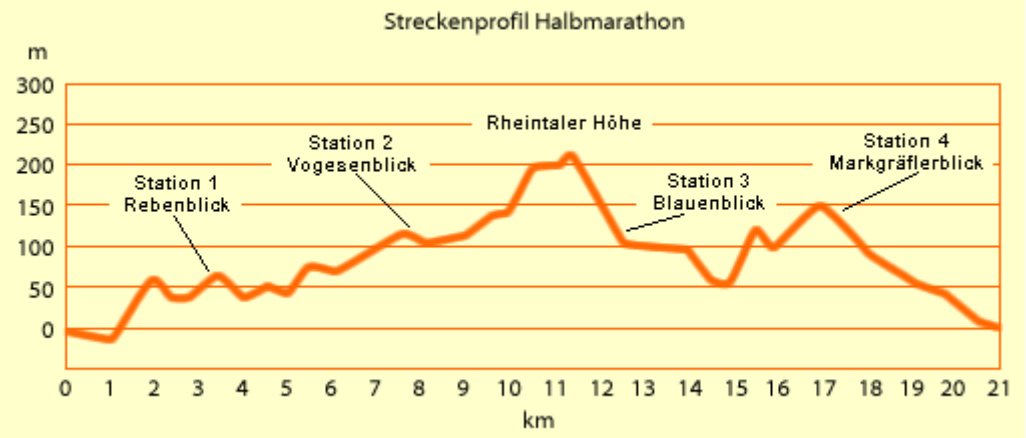
31. ADAC Marathon Hannover | Willkommen!

ADAC Niedersachsen/ Sachsen-Anhalt e.V.

Der Startschuss für Niedersachsens größte Breiten- und Spitzensportveranstaltung fällt am 26. März 2023.

Genusslauf in Müllheim (Baden-Württemberg)

Hallo liebe Genussläuferinnen und Genussläufer,
endlich dürfen wir Euch wieder einladen ins malerische Markgräflerland - zum einundzwanzigsten Genusslauf!
Die Anmeldung ist ab sofort eröffnet, auf Euch wartet ein unvergleichliches Wochenende ...
Wir freuen uns auf Euch!
Die Strecke ist 21 km lang, davon 80% Wald- bzw. Feldwege und 20% Asphalt und führt entlang der schönsten Aussichtspunkte. Vorsicht Stadtläufer: Es sind 370 Höhenmeter zu überwinden!



Kassel Marathon

Die Abteilung Jedermannsport hat in den letzten 2 Jahren einige Anschaffungen gemacht.

Einen PKW-Anhänger

Den Anhänger benötigen wir für die Vorbereitung bei den Volksläufen.
Unseren Abteilungsmitglieder steht der Anhänger zur Nutzung zur Verfügung.

Veranstaltungszelte

Zelt 1 ist 3 m x 6 m

Zelt 2 ist 4 m x 6 m

Die Zelte werden wir bei den Sommerveranstaltungen vor allen beim Bartenwetzer Volkslauf einsetzen. Wenn das alles klappt, werden wir auf die Nutzung der Stadtsporthalle verzichten. Unseren Abteilungsmitglieder stehen die Zelte nach Absprache zur Nutzung zur Verfügung.