

LGV unterstützt Weihnachtsbaumaktion

An der am 10. Januar vom Kuratorium der Stadt Vellmar organisierten Weihnachtsbaum-Sammelaktion beteiligte sich auch der 1. Vorsitzende Michael Schütze. Er schloss sich mit der Gruppe der Pfadfinder Vellmar zusammen und steuerte eines der städtischen Transportfahrzeuge. Michael berichtet, dass in den Seitenstraßen die Straßenverhältnisse durchwachsen waren, trotzdem konnten die zugeteilten Bezirke fast vollständig abgearbeitet werden. Die gespendeten Gelder für die eingesammelten Weihnachtsbäume kommen in diesem Jahr Schulkindern zugute.



Auszeichnung für LGV-Lauf- und Walkingtreff

Nicht zum ersten Mal wurde der LGV-Lauf- und Walkingtreff vom Deutsche Leichtathletik Verband ausgezeichnet. Es ist der Dachverband aller Leichtathletikvereine Deutschlands. Der DLV verlieh das DLV-Treff-Zertifikat SEHR GUT bis zum 31.12.2028. Diese Zertifizierung bestätigt die hohe Qualität und Anpassungsfähigkeit an die Bedürfnisse der Teilnehmer des Lauf- und Walkingtreffs.



101 Marathons in einem Jahr

Bernd Neumann, der unermüdliche Marathonsammler der LGV läuft nun schon 39 Jahre Marathons. Was 1988 mit dem Berlin Marathon begann, sollte eine unendliche Geschichte mit vielen Reisen rund um die Welt werden. Nein, geplant war diese Reise nicht, aber Konfuzius sagte: „Der Weg ist das Ziel“. Habe ich ein Ziel, muss dieses Ziel eine Zahl sein? Nein, es ist doch viel schöner, wenn man jedes Jahr ein Zwischenziel erreicht hat. 39 Jahre, jedes Jahr mindestens ein Marathon ist schon eine lange Reise und wenn die dann noch auf 5 Erdteilen, in 32 Ländern (65mal im Ausland gelaufen) und 230 unterschiedliche Startorte führt, was will man mehr.

Wie schaffst du das? Was sagt dein Körper? Diese oder ähnliche Fragen hört Bernd des Öfteren von seinen Mitmenschen.

Eigentlich sollte es nur mal ein Marathon werden, aber dann kommt Ehrgeiz und so manche Zeitschwelle muss fallen bis das Alter die Zeiten begrenzt. Nicht nur das Alter auch die Krankheiten können ausbremsen. Bernd hat nun schon den Krebs besiegt, einen Herzinfarkt überlebt und bewegt sich seit fast 35 Jahren mit starkem Asthma über die Marathonstrecken der Welt. Mit sechs Stents geht aktuell nur noch walken, aber die Strecke von 42,2 km bleibt immer die gleiche Länge. Im Alter von 40 Jahren ist er den Marathon in 3:13 Stunden gelaufen, heute braucht er um die 8 Stunden mit viel Geduld, Kontinuität sowie Gelassenheit, um glücklich zu sein, es mal wieder geschafft zu haben.

Er hat durch seine jahrelange Sammlung viele Landschaften und unterschiedliche Völker kennengelernt. Er hat viele Lauffreundschaften geschlossen und trifft viele als Freunde in Deutschland oder in der Welt und kann von fast allen Läufen auch eine Geschichte erzählen.

Bis 2009 bin ich nur für schnelle Zeiten gelaufen, dann nimmt einem das Alter die Zeiten und so kam er zum Sammeln. In 2009 wurden es erstmal 20 Marathons mit einigen europäischen Auslandsstarts. In den folgenden Jahren wurden es auch mal 30. Im Corona-Jahr 2020 wurden es trotz Einschränkungen 39 Marathons. Sein Wunsch war es einmal im Leben 42 x 42 zu laufen. Durch seinen Herzinfarkt wird er nun gezwungen diese Strecken zu walken was ja viel zeitaufwändiger ist, aber es ist sein neues Ziel. In 2024 hat er dann den Wunsch die 42 x 42 zu schaffen realisiert. Was soll jetzt noch kommen? Dann kam die Überlegung, ob er das nochmal wie letztes Jahr mit 77 Zählern schafft oder könnten es sogar noch mehr werden.

Im Januar bis Juli war ich schon bei 50. Da er ja schon des Öfteren zehn Marathons im Monat geschafft hat, kam die Überlegung noch fünf Monate bis Ende 2025 und bei zehn pro Monat könnte er etwas Einmaliges schaffen - die Zahl 100. Und so begann die Planung. Dann im Oktober ein Sturz und 14 Tage Pause. Oh je, reicht die Zeit noch. Ja sie hat gereicht und Ende November waren es schon 92. Jetzt nur noch jede Woche 2 Läufe.

Am Heiligabend war es dann soweit und der 100. Marathon in 2025 war geschafft. Als Bonus ist er dann noch an Silvester die Nr. 101 gelaufen. Nun hat das Jahr 2026 begonnen und die Sammlung geht weiter. Bis Ende 2025 waren es 585. Das nächste Ziel sind die Nr. 600 im März. Wichtig ist weiterhin Freude am Sammeln zu erhalten ohne Druck und Stress und wieder im Ausland noch einige Läufe. Solange der Körper noch mitmacht und es auch immer noch Spaß macht geht die Sammlung weiter.

Ohne Spaß ist die Zahl wertlos. Weitere Infos unter:
www.marathonsammlerberndneumann.com



Bernd bei einem seiner sechs Starts beim Köln-Marathon.

Terminkalender

Sonntag, 01.02.2026 - Neujahrsempfang mit Ehrungen

Sonntag, 08.02.2026 - Winterlauf-Serie Ahnatal, 4. Lauf

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 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.

Persönliche Sportgeräte wie Matten, Gewichte und die vom Verein zur Verfügung gestellten Tubes, sowie ein Handtuch und ggf. ein Getränk sind mitzubringen.

Weitere Informationen und Auskunft bei Christa Orth tel. unter 0561/ 887755 oder per E-Mail: poco34246@t-online.de

Lauf-Treff Firnschuppe...

trifft sich regelmäßig zweimal in der Woche auf dem Parkplatz am Friedhof in Vellmar-West zum gemeinsamen Laufen und Walken. 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 zur Verfügung.

Wir laufen bei jedem Wetter und zu jeder Jahreszeit!

mittwochs um 18:00 Uhr

samstags um 15:00 Uhr (ab 04.10.2025)

sonntags zum Partnerlauf um 09:30 Uhr (nach Verabredung)

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 01777 598383.

Komm zu den Mud Buddies

Du möchtest gern an einem OCR-Event - Obstacle Course Race wie Tough Mudder oder Xletix teilnehmen?

Hast Du Lust, an **Läufen** teilzunehmen, bei denen Einzelteilnehmer oder Teams verschiedenartige Hindernisse zu überwinden haben. Beim OCR werden die Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit, Schnelligkeit, Geschicklichkeit, Balance und Koordination gefordert.

Du weißt nicht, wo und was man dafür trainieren muss?

Dann komm einfach zum Training der LGV-Sparte Mud Buddies vorbei!
Die Mud Buddies ist eine Gruppe von Frauen und Männer (Kumpels), die mit viel Spaß mal andere Lafeinheiten trainieren.

Wir machen dich fit bzw. bereiten dich vor!

Das Training besteht aus diversen Einheiten wie Tabata, Zirkeltraining, Fitness Boxing, HITT, Animal Moves, Reflex-, Balance-, Konzentrationstraining, Eigengewichtstraining. Auch an verschiedenen Hindernissen wird trainiert. Die Einheiten finden wöchentlich abwechselnd statt.

Du wirst neue Erfahrungen machen und bei diesem Ganzkörpertraining deinen Körper neu kennenlernen. Versprochen! Das alles immer verbunden mit dem größten Spaßfaktor.

Kommt zu uns, trainiere mit!

Egal ob Anfänger, Fortgeschritten oder Profi ... jede(r) ist willkommen!

Trainiert wird in der Regel jeden **Sonntag von 11 bis 12 Uhr**. Treffpunkt ist der Parkplatz an der Grundschule Obervellmar (Ortsausgang Vellmar in Richtung Ahnatal-Heckershausen).

Wir freuen uns auf dich!

Einen Überblick erhältst Du auch im Facebook unter: LG VELLMAR MUD BUDDIES

Neulinge bitte vorher anrufen unter **0177 6626058** (Fred Sippel).

Es kann aufgrund von Laufveranstaltungen das Training dann ausfallen.

Generell wird bei jedem Wetter trainiert!