

44. Mitgliederversammlung am 20.03.2026

Über vierzig Vereinsmitglieder folgten der Einladung zur jährlichen Mitgliederversammlung in das Bürgerhaus Vellmar-West, 468 sind es insgesamt. Vereinsvorsitzender Michael Schütze gab einen ausführlichen Rückblick auf die sportlichen und gemeinschaftlich vielfältigen Aktivitäten des Vereins sowie einen Ausblick auf bevorstehende Termine in 2026. Die Ausrichtung des Ahnepark-Laufs und die Organisation der NHC-Abschlussveranstaltung sind zwei der Highlights.

Gerhard Klingelhöfer als 2. Vorsitzender informierte mit Schwerpunkt auf den Themen Meisterschaften und Startpässe, das gut angenommene Bahntraining auf der Tartanbahn der Gesamtschule sowie das künftige monatliche Angebot längerer Läufe am Sonntag. Sportwart Dieter Slama berichtete über die Resonanz bei vereinseigenen Läufen wie Van-Aaken und HM am Lindenrondell sowie die vom Verein geförderten Teilnahmen über Sammelmeldungen an der WLS Ahnatal und dem RWC. Mit seinem Team machte er sich auch Gedanken über die Gewinnung jüngerer Mitglieder und die Ausrichtung eines Familientages. Lauftreffeiterin Stefanie Knauff und ihre Vertreterin Martina Rösch informierten detailliert über die Teilnahme an den beiden wöchentlichen Lauftreffs. Sie organisierten im Februar eine Laufgruppenleiterschulung mit dem HLV und dankten allen Gruppenleitern für ihr unermüdliches Engagement. Über die externe Kommunikation in Zusammenarbeit mit dem Verlag Linus Wittich und der HNA berichtete Margita Fischer als Pressewartin des Vereins. Volkmar Kohkemper als Schatzmeister stand Rede und Antwort zu Finanzen und Liquidität und Schriftführer Carsten Hammer protokollierte umfassend während der rund zweistündigen Mitgliederversammlung.

Das langjährige Vereinsmitglied Bernd Neumann wurde in diesem Rahmen für 40 Jahre in seiner Funktion als Gruppenleiter geehrt und anlässlich seines Geburtstages beglückwünscht.





Bernd Neumann (li.) wurde von Michael Schütze gleich doppelt beglückwünscht: zum Geburtstag und 40-jähriges Gruppenleiterjubiläum

39. Nordhessencup: Laufserie in Eschwege gestartet

Die Nordhessischen Meisterschaften im Straßenlauf über 10 km waren in die Auftaktveranstaltung im Nordhessencup am 21.03.2026 eingebettet. Folgende sechs LGV-Teilnehmerinnen und Teilnehmer stellten sich der Herausforderung.



Nordhessische Hessische 10km Meisterschaften Eschwege, am 21.03.2026			
Frauen Altersklassenwertung (10km)			
Name, Vorname	AK	Platz	Zeit
Kurzhals, Birgit	W55	2	48:52
Jäschke, Sandra	W50	1	57:44
Fahrenbach, Petra	W55	4	01:01:05
Frauen Gesamtwertung (10km)			
Name, Vorname	AK	Platz	Zeit
Kurzhals, Birgit	W55	5	48:52
Jäschke, Sandra	W50	14	57:44
Fahrenbach, Petra	W55	15	01:01:05
Frauen Gesamtwertung Mannschaft (10km)			
Rang	Verein		Zeit
3	LG Vellmar		02:47:41
Birgit Kurzhals (W55) 48:52- Sandra Jäschke (W50) 57:44 – Fahrenbach, Petra(W55) 01:01:05			
Frauen W50/55 Mannschaftswertung (10km)			
Rang	Verein	Team	Zeit
1	LG Vellmar		02:47:41
Birgit Kurzhals (W55) 48:52- Sandra Jäschke (W50) 57:44 – Fahrenbach, Petra(W55) 01:01:05			
Männer Altersklassenwertung (10km)			
Name, Vorname	AK	AKP	Zeit
Rösch, Eick	M60	2	42:27
Dieterich, Gunther	M65	2	48:33
Klingelhöfer, Gerhard	M65	3	52:06
Männer Gesamtwertung (10km)			
Name, Vorname	AK	Platz	Zeit
Rösch, Eick	M60	14	42:27
Dieterich, Gunther	M65	23	48:33
Klingelhöfer, Gerhard	M65	29	52:06
Männer Gesamtwertung Mannschaft (10km)			
Rang	Verein	Team	Zeit
4	LG Vellmar		02:23:06
Eick Rösch (M60) 42:19 -Gunther Dieterich (M65) 48:33- Gerhard Klingelhöfer (65) 52:06			
Männer M60/65 Mannschaftswertung (10km)			
Rang	Verein	Team	Zeit
2	LG Vellmar		02:23:06
Eick Rösch (M60) 42:19 -Gunther Dieterich (M65) 48:33- Gerhard Klingelhöfer (65) 52:06			

Eschweger Lauf „Rund um die Leuchtberge“ 21./22.03.2026

Der Organisatorenlauf am Samstag und der Hauptlauf am Sonntag waren der 1. Lauf der Nordhessencup-Serie (NHC). Ausrichter war der Ski-Club Meißner Eschwege e.V. Die NHC-Teilnehmer der LGV hatten einen guten Start in die Serie!

1.NHC Lauf Eschwege 22.03.2026			
Name	AK	AKP	Zeit
5 km			
Geißel, Johanna	W35	1	27:15
Neumann, Heinz	M70	2	26:57
10 km			
Schumacher, Stefan	M65	1.	55:20
Göbel, Werner	M65	2.	57:10

2. RWC-Lauf in Lippoldsberg am 22.03.2026

Zeitgleich mit dem Hauptlauf im NHC richtete der TSV Lippoldsberg den 2. Lauf der Reinhardswald Cup-Serie aus, den Schwülmetal-Lauf.



26. Schwülmetal-Volkslauf Lippoldsberg 22.03.2026				
Name	Vorname	AK	Zeit	AKP
4500 m Lauf				
Jacobs	Torsten	M50	24:07	3
Fischer	Margita	W60	26:18	2
Arndt-Rinke	Birgit	W70	31:46	1
9000 m Lauf				
Jung	Christoph	M55	44:05	2
Jäschke	Sandra	W50	53:08	2
Vitt	Doris	W55	59:50	2
Walking 4500 m				
Ehring	Manfred	Männer Walking	33:03	1
Vitt	Stefan	Männer Walking	38:25	3
Neumann	Bernd	Männer Walking	47:49	7
Slama	Dieter	Männer Walking	47:49	8
Knauff	Stefanie	Frauen Walking	38:12	3
Schmitt	Carolin	Frauen Walking	39:33	6

360.000 Teilnehmerin beim Lauftreff

Seit über vier Jahrzehnten steht unser Lauftreff für Ausdauer, Bewegung und Gemeinschaft. Am Samstag, den 14.02.2026 konnten wir einen ganz besonderen Meilenstein feiern: die 360.000ste Teilnehmerin! Es ist Petra Fahrenbach, die zusammen mit Silke Ponndorf-Rothe als 359.999ste und Peter Rode als 360.001ster Lauftreff-Teilnehmer geehrt wurde.

Was 1982 mit einer kleinen Gruppe Laufbegeisterter begann, hat sich im Laufe der Jahre zu einer mitgliederstarken Laufgemeinschaft entwickelt. Generationen von Läuferinnen und Läufern haben hier ihre ersten Laufstrecken absolviert, persönliche Bestzeiten erreicht oder einfach die Freude an der Bewegung in der Gemeinschaft entdeckt. Jedes Jahr sind ca. 8.200 Walkerinnen und Walker, Läuferinnen und Läufer am Start. Ein entscheidender Bestandteil dieses Erfolgs sind unsere engagierten Gruppenleiterinnen und Gruppenleiter, die den Lauftreff seit jeher mit viel Herzblut, Fachwissen und Motivation begleiten. Wir freuen uns auf viele weitere gemeinsame Kilometer!



Birgits Sylt Lauf am 15.03.2026

Bei strahlendem Sonnenschein und frischer lief Birgit Kurzhals zum wiederholten Mal auf der Nordseeinsel Sylt eine Strecke von 34,5 Kilometern von List bis Hörnum. Sie finishte mit einer Zeit von 3:22:48 Stunden. Ihre Platzierung gesamt M/W- 241. Platz. Beim Zieleinlauf Frauen gesamt belegte sie den 56. Platz und in der Altersklasse W55 einen hervorragenden Platz 7. Herzlichen Glückwunsch.



Klara und Miriam erfolgreich beim Halbmarathon

Zwei der besten W40-Athletinnen der LGV stellten sich im März der Halbmarathon-Distanz. Klara beim 20. Sparkassen Ostseelauf Timmendorfer Strand und Miriam bei den Deutschen Meisterschaften mit über 11.000 Teilnehmern in Frankfurt.

Klara kämpfte an der Ostsee gegen 285 Frauen und erreichte dort den 3. Platz in der AK 40 und war gesamt 9. mit einer Nettozeit von 1:33:24 Stunden. Miriam wurde in Frankfurt in der AK W40 18. von 401 Frauen in dieser Altersklasse mit einer Nettozeit von 1:33:33. In Frankfurt waren 1.476 Frauen auf der Strecke, Miriam wurde 230. bei den Frauen.

Abzeichenabnahme

Zum Beginn des Frühlings möchten wir euch zur Abnahme der Lauf-/Walking-/Nordic Walkingabzeichen an folgenden Terminen einladen.

Mittwoch, 08. April, 18:00 Uhr: 15/30/60 Min. Laufen oder 30/60 Min. Walking oder Nordic-Walking innerhalb des Lauftreffs

Samstag, 11. April, 9:30 Uhr: 15/30/60 Min. Laufen oder 30/60 Min. Walking oder Nordic-Walking innerhalb des Lauftreffs

Sonntag, 12. April, 09:30 Uhr 90 Min. Laufen oder 120 Min. Walking bzw. Nordic-Walking

Letztgenanntes Angebot startet in Verbindung mit dem Langstreckentraining am Parkplatz der Zentralen Sportanlage der Ahnatal Schule.

Bedingungen: DLV-Laufen oder Walking bzw. Nordic-Walking ohne Pause
Wiederholungsläufer: Bitte den LAZ/WAZ - Ausweis mitbringen.

Neulinge und diejenigen, die ihre Karte vergessen haben: bitte mit Namen und Angabe der Disziplin bei der LAZ-Verantwortlichen oder dem Gruppenleiter melden. Nichtmitglieder mit Namen, Disziplin und Angabe des Geburtsdatums. Verantwortlich für WAZ/ LAZ ist Christa Orth, poco34246@t-online.de.

Sportkreis unterstützt ÜL-Ausbildung

Auch in diesem Jahr wird die LG Vellmar finanziell vom Sportkreis Kassel bei der Ausbildung ihrer Übungsleiter-C unterstützt. Eine Förderzusage in Höhe von 150,00 Euro übergab der Vorsitzende des Sportkreises Kassel, Roland Tölle an den 1. Vorsitzenden der LG Vellmar, Michael Schütze. Die LG übernimmt die komplette Lizenzgebühr für die mehrwöchige Ausbildung. Wer als LG-Mitglied aktiv beim Training unterstützen möchte, kann mit dieser Förderung rechnen.



Roland Tölle, Vorsitzender des Sportkreises Kassel (li.) und Michael Schütze, 1. Vorsitzender

Bernd's 600. Marathon - jeder Schritt für einen guten Zweck

Anfang März absolvierte Vereinsmitglied Bernd Neumann seinen 600. Marathon bzw. Ultramarathon im Flora-Westfalica Park in Rheda-Wiedenbrück. Ein beeindruckendes Laufjubiläum, das nicht nur sportlich Maßstäbe setzt, sondern auch ein starkes Zeichen für soziales Engagement ist. Seit Mai 2020 organisiert er Trainingsmarathons für Laufbegeisterte aus ganz Deutschland. Auf über 2.500 Starts kann er dabei verweisen. Das Besondere: Gelaufen wird auf Mehrfachrunden durch ausgesucht schöne Landschaften - Strecken, die Bernd mit viel Herzblut auswählt. Die Teilnehmer verbindet nicht nur die Leidenschaft fürs Laufen, sondern auch der gemeinsame Gedanke, mit jedem Kilometer etwas Gutes zu tun, denn über die Startgebühr werden ökologische und soziale Projekte gefördert.

Zum 600. erfolgreichen Marathon spendeten er und seine Lauffreunde an die „Kleinen Riesen“, das ambulante Kinder-Palliativ-Team Nordhessen. 555 Euro ging an die gemeinnützige Einrichtung, die unheilbar schwerstkranke Kinder und Jugendliche medizinisch, pflegerisch und psychosozial in ihrer letzten Lebensphase begleitet.



Bernd und Lauffreunde

Terminkalender

Samstag, 04.04.2026 - Osterhase und Ehrungen beim Laufftreff

Samstag, 04.04.2026 - NHC Rotenburg/Fulda

Samstag, 11.04.2026 - NHC Kaufungen

Sonntag, 12.04.2026 - langer Lauf der LGV

Samstag, 18.04. - 20.04.2026 Vereinsfahrt nach Leipzig

Sonntag, 19.04.2026 - NHC Hofgeismar

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 Laufftreff 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 Firnskuppe...

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 09:30 Uhr (ab 04.04.2026)

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 Laufeinheiten 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!