



Vereinspost I/2012

Vereinspost

Ausgabe I/2012

Termine und Sonstiges von Januar bis März 2012

Liebe Läuferinnen und Läufer,
liebe Vereinsmitglieder,
liebe Leser,

Zum neuen Jahr wünscht der Vorstand allen Mitgliedern-innen alles Gute und viel Gesundheit

Leider erscheint die erste Ausgabe im Neuen Jahr etwas verspätet, da der Verfasser diese Aufgabe kurzfristig übernommen hat.

Wie Ihr seht, werde ich versuchen am Aussehen etwas zu arbeiten, ohne dabei zu viel des Gewohnten zu verlieren.

Ich bitte daher vorab um Nachsicht.

Bernd

I. Jahresabschlussfeier des Jahres 2011

Am 29. Januar fand die Jahresabschlussfeier wie gewohnt in den Räumlichkeiten der AWO in Wesseling statt.



Nachdem, in bewährter Menge und Qualität von Gisela organisierten Mittagessen, wurden die Vereinsmeister bei den Damen und Herren vom Vorstand ausgezeichnet.



Bei den Damen setzte sich, wie in den Vorjahren auch, Gisela Stier als Vereinsmeisterin durch. Bei den Herren fand im vergangenen Jahr ein Generationswechsel statt, da sich mit Fabian Michaelis ein sehr junges Mitglied den 1. Platz sichern konnte.

Langjährige Tradition hat auch die Teilnahme des ASV Wesseling am Silvesterlauf des LC Euskirchen an der Steinbachtalsperre.

Am 31.12.2011 nahm wieder eine große Gruppe von ASVlern an den unterschiedlichen Läufen teil.



In diesem Jahr schaffte es wieder einmal ein ASV-Läufer auf das Siegertreppchen. Fabian Michaelis lief in einer Zeit von netto 10:20,41 im 3 Km Lauf auf den ersten Platz der Gesamtwertung.

Bereits am 08. Dezember fand die Nikolausfeier am Entenfang statt.





II. Staffelläufe

Wir möchten auch in diesem Jahr wieder an Staffelläufen teilnehmen:

DKV-Staffellauf über 15km bei den Jahn-Wiesen am 04.Mai2 2012

und evtl. dem Staffellauf im Rahmen des Monschau Marathon am So. 12.August 2012 (pro Staffel 4 Läufer).

Angedacht wurde auch die Teilnahme am diesjährigen Cuxhaven Marathon am 15.April. Hier werden 10 km, HM und auch eine Marathonstaffel (je 4 Läufer) angeboten.

Zu diesen Läufen bitte rechtzeitig bei Gisela oder Volker anmelden.

III.Rhein Erft Akademie Cup 2012

Der REA Cup besteht in diesem Jahr erstmals aus insgesamt 7 Läufen. Neu hinzugekommen ist der Horremer Abendlauf.

Folgende Termine :

11.03.-8.VR-Bank Rhein Erft Donatuslauf 10 km, www.donatuslauf.de

09.04.-11.Kerpener OBI Stadtlauf 10 km; www.stadtlauf-kerpen.de

13.05.-24.Int.Volkslauf Rund um den Otto.Maigler-See

Halbmarathon; www.volkslauf-huerth.de

26.05.-14.Int. Brühler Stadtlauf 10 km; www.btv-leichtathletik.de

16.06.-29.Städteverb. Lauf Wesseling-Bonn- Wesseling 30 km;

www.asv-wesseling.com

24.08.-5.Horremer Abendlauf 10 km ; www.horremer-abendlauf.de

15.09.-11.Bedburger City Lauf 10 km; www.bedburger-citylauf.de

IV.Vereinsläufe

Sonntag	08.01.2012	ab: 08:00 Uhr Start und Ziel	Winterlaufserie Alfter Sportplatz www.alfterer-sc.de
Sonntag	22.01.2012	ab: 08:00 Uhr Start und Ziel	Winterlaufserie Alfter Sportplatz www.alfterer-sc.de
Sonntag	11.03.2012	ab: 10:00 Uhr	1. Veranstaltung Rhein-Erft-Akademie Cup / 8. Rund um den Donatussee
Samstag	17.03.2012	ab: 12:00 Uhr Start und Ziel	33. Int. Volkslauf Köln- Rodenkirchen www.tvr-rodenkirchen.de



Vereinspost I/2012

V. Vereinsmeisterschaft

Für die Läufe der Vereinsmeisterschaft 2012 wurden folgende Termine bzw. Läufe festgelegt:

20.03. – 3.000 mtr. Ulrike Meyfahrt Stadion - 19.00 Uhr
17.04. – 5.000 mtr. Ulrike Meyfahrt Stadion - 19.00 Uhr
13.05. - HM Rund um den Otto Maigler See
26.05.- 10 km Stadtlauf Brühl

VI. Sportabzeichen

Im Jahre 2011 haben 10 Mitglieder des ASV ihr Sportabzeichen abgelegt.
Die Ehrung erfolgt im Foyer der Kronenbuschhalle am 25. März.

Eine Einladung erfolgt separat über die Stadt bzw. den Stadtsportbund.

VII. Ein/Austritte

Eintritte: Axel Holtmann zum 01.01.2012
(geworben von Gisela Schleimer)

Austritte: keine

VIII. Schulschwimmbad am Mühlenweg.

Da die Stadt Wesseling für die Nutzung des Schulschwimmbades pro Abend und Stunde eine Nutzungsgebühr von 44,- € verlangt, wurde seitens des Vereins beschlossen, dieses Angebot nicht mehr zur Verfügung zu stellen.

IX. Gymnastik

Durch die Belegung der Kronenbuschhalle findet die Gymnastik wie folgt statt:

Fr. 10.02. – Halle Berzdorf 17.- 18.00 Uhr
Fr. 17.02. – fällt aus !!
Fr. 24.02. – Kronenbuschhalle – 18.- 19.00 Uhr

X. Sonstiges

Auch in diesem Jahr werden sich einige ASVler beim Strong (wo)man run von Fisherman's Friend am Nürburgring – 05. Mai - über eine Strecke von 2 x 10 Km, gespickt mit 15 Hindernissen, quälen.

Unsere Mutigen sind:

Anita Ledebuhr,
Birgit Paulsen,
Wilfried – The beast – Marx und
Fabian Michaelis.

Gemäss des offiziellen Slogan's : No pain – no glory ! erwarten wir, dass alle 4 im Ziel ankommen.

Hier nur ein Vorgeschmack auf ein Hindernis :



Wellness á la StrongmanRun erwarten Euch schon beim ersten Hindernis! Beginnen werdet Ihr mit einem ganz besonderen Wechselbad über drei aufeinanderfolgende Wasserbecken, zwischen 0,5 und 1 Meter Tiefe. Nach der Erfrischung kommt Ihr direkt wieder ins Schwitzen, nämlich bei einem 6 Meter hohen Hügel. Und damit der Anstieg auch nicht zu leicht ist, wird der Hügel durchgehend bewässert. Für diese rutschige Angelegenheit sind Seile angebracht, an denen Ihr Euch hochziehen könnt.

Hard Facts:

- +++ 18 Strohballe a ca. 350 kg +++
- +++ ca. 45.000 Liter Wasser +++
- +++ 220 qm Folie +++
- +++ 10 Taue (insgesamt 100 m Tau) +++
- +++ Breite: 8 m +++
- +++ Länge: ca. 30 m +++
- +++ Höhe: ca. 6 m +++
- +++ Distanz: ca. 2,5 km +++
- +++ Material: Stroh, Matsch, Wasser, Erde, Tau, Folie +++

Um unsere Mutigen entsprechend zu motivieren, planen wir eine entsprechende Unterstützung vor Ort.

Wer Interesse hat das Spektakel aus sicherer Entfernung zu betrachten, sollte sich melden.