



Newsletter - Februar 2017

Hallo liebe Mitglieder,

seit dem letzten Newsletter ist wieder einiges passiert, über das wir euch mit diesem Newsletter informieren möchten. Aber seht selbst...

Vielen Dank an dieser Stelle an alle, die mit Fotos und Texten zum Newsletter beigetragen haben!

Bitte beachtet auch die Ausschreibung für das Lauftrainingslager vom 07. bis 09. April 2017 im Ferienpark Schloss Dankern. Anmeldeschluss ist am 28.02.!

Eure Newsletter-Redaktion
Ulli, Svenja, Steffie und Dirk

Training im Februar

Datum	Uhrzeit	Ort	Training	Inhalt	Ansprechpartner
Dienstag, 31.01.	18:00	Stadtpark	Lauftreff	1-2 5km-Runden um den Stadtpark	Manfred
Mittwoch, 01.02.	18:00	ESA-Halle	Badminton	Freies Spiel	Dirk
Freitag, 03.02.	18:00	ESA-Halle	Hallentraining	Funktionstraining	Kai, Svenja
Dienstag, 07.02.	18:00	Stadtpark	Lauftreff	1-2 5km-Runden um den Stadtpark	Manfred
Mittwoch, 08.02.	18:00	ESA-Halle	Badminton	Freies Spiel	Dirk
Mittwoch, 08.02.	20:30	Schwimmbad Bramfeld	Schwimmtraining	Kraulschwimmen für Anfänger bis leistungsorientiert	Dirk
Freitag, 10.02.	18:00	ESA-Halle	Hallentraining	Funktionstraining	Kai, Svenja
Dienstag, 14.02.	18:00	Stadtpark	Lauftreff	1-2 5km-Runden um den Stadtpark	Manfred
Mittwoch, 15.02.	18:00	ESA-Halle	Badminton	Freies Spiel	Dirk
Mittwoch, 15.02.	20:30	Schwimmbad Bramfeld	Schwimmtraining	Kraulschwimmen für Anfänger bis leistungsorientiert	Dirk
Freitag, 17.02.	18:00	ESA-Halle	Hallentraining	Funktionstraining	Kai, Svenja
Dienstag, 21.02.	18:00	Stadtpark	Lauftreff	1-2 5km-Runden um den Stadtpark	Manfred
Mittwoch, 22.02.	18:00	ESA-Halle	Badminton	Freies Spiel	Dirk
Mittwoch, 22.02.	20:30	Schwimmbad Bramfeld	Schwimmtraining	Kraulschwimmen für Anfänger bis leistungsorientiert	Dirk
Freitag, 24.02.	18:00	ESA-Halle	Hallentraining	Funktionstraining und Klettern	Kai, Svenja
Dienstag, 28.02.	18:00	Stadtpark	Lauftreff	1-2 5km-Runden um den Stadtpark	Manfred
Mittwoch, 01.03.	18:00	ESA-Halle	Badminton	Freies Spiel	Dirk
Mittwoch, 01.03.	20:30	Schwimmbad Bramfeld	Schwimmtraining	Kraulschwimmen für Anfänger bis leistungsorientiert	Dirk
Freitag, 03.03.	18:00	ESA-Halle	Hallentraining	Funktionstraining	Kai, Svenja

Alle Trainingstermine in der Übersicht gibt es hier: www.philips-lg.de/training

Veranstaltungen im Februar

Datum	Ort	Veranstaltung	Ausschreibung
Samstag, 04.02.	Tangstedter Forst	Lauffeuer Waldlauf, 5. Lauf der BSV-Wald-/ Crosslaufserie 2016/2017	Ausschreibung
Samstag 18.02.	Jahnkampfbahn	Werfertag Energie SV, 4. Veranstaltung der BSV-Werferserie 2016/2017	Ausschreibung
Samstag 25.02.	Bergedorfer Gehölz	Bergedorf-Cross Siemens, 6. Lauf der BSV-Wald-/ Crosslaufserie 2016/2017	Ausschreibung



PLG-Lauftrainingslager im Ferienpark Schloss Dankern, 07. bis 09. April 2017

Das Lauftrainingswochenende im Ferienpark Schloss Dankern (www.schloss-dankern.de) richtet sich an alle **fortgeschrittenen bis ambitionierten Läufer**. Herwig wird an dem Wochenende ein abwechslungsreiches Trainingsprogramm anbieten, das sich insbesondere auch für die **Vorbereitung zum Hamburg Marathon** eignen wird. Läufer über kürzere Strecken werden aber auch auf ihre Kosten kommen!

Hier alle Informationen in Kürze:

Wann? 07.04. - 09.04.17

Wo? [Ferienpark Schloss Dankern](#), [Rentmeisterstraße 1](#), 49733 Haren/Ems

Kosten für das gesamte Wochenende? **40 EUR** pro Person für die Unterkunft. Anreise und Verpflegung müssen selbst organisiert werden!

Details: 3 [Jütland Landhäuser](#) für jeweils 6 Personen, ca. 75m², je 3 Schlafzimmer, 1 Bad, Backofen, Geschirr, etc. für 6 Personen vorhanden. Freizeitpark, Hallenbad, Gas/Wasser/Strom im Mietpreis enthalten. Bettwäsche und Handtücher müssen mitgebracht werden, können aber auch gegen Gebühr gemietet werden.

Teilnehmerlimit: 18 Personen

Anmeldung? Per Überweisung von 40 EUR auf das Konto

Philips Leichtathletik Gemeinschaft e.V.

IBAN: DE55 2003 0000 0617 7049 29

UniCredit Bank - HypoVereinsbank

Stichwort: "Anmeldung Lauftrainingslager"

ACHTUNG: Anmeldeschluss ist am 28.02. Es sind nur noch wenige Plätze frei!

Wir freuen uns auf Eure Anmeldungen!

Für Rückfragen meldet euch gerne bei Svenja (svenja.matzke@philipslg.de, Tel. 0176 - 498 67 009).

Powered by



Mit freundlicher Unterstützung der [Continentele BKK](#)

Silvesterlauf um die Volksdorfer Teichwiesen

Um das Jahr läuferisch ausklingen zu lassen, kamen am Silvester Mittag 1352 Lauf- und/oder Kostümierwillige zu den Teichwiesen in Volksdorf. Von der Philips LG waren Svenja Matzke, Herwig Matzke, Manfred Bublitz und Lutz Rittmeister am Start.



An der Strecke sorgte eine Samba Band für Stimmung und auch für Anfeuerung von PLG Seite war durch Elke und Rolf Orłowski gesorgt. In diesem Jahr wurde aber leider unser Orlo mit seinem „Mobiln Glühwein Stand“ an der Strecke vermisst.



Insgesamt eine nette Veranstaltung mit reichlich Kostüme (von fast nackt bis Ganzkörperfellen) und mehreren hundert gut gelaunten Zuschauer entlang der Strecke. Eine Ergebnisliste gibt es nicht, da es ein Spaßlauf zum Einstimmen auf den Silvester Abend ist.

Dafür kann man nach dem Lauf bei Punsch und Berlinern in der anliegenden Schule im Small Talk mit Gleichgesinnten das Laufjahr Revue passieren lassen. Vielleicht kommen ja zum Ende dieses Jahres noch ein paar Philips Läufer mehr an die Teichwiesen.

Lutz Rittmeister

Crosslauf Volkspark am 07.01.



Links: Kurze Verschnaufpause am PLG- Treffpunkt. Rechts: Das Zeitnehmerteam Michael Lumpp und Hartmut Sickart trotzten warm eingepackt dem eisigen Wind. Vielen Dank an die beiden für ihren unermüdlichen Einsatz!

Das Geburtstagskind Orlo wurde mit einem Ständchen von den Teilnehmern geehrt. Von dieser Stelle auch von uns die beste Wünsche für das neue Lebensjahr, Orlo!

Crosslauf Sülldorf am 21.01.



Fotos: Ulrike



Fotos: Rouven Lippe

Beim Crosslauf in Sülldorf wurden in diesem Jahr die Hamburger BSV Meisterschaften ausgetragen. Und die PLG war wieder vorne mit dabei:

- 2. Platz (vorläufig) Damenmannschaften Kurzstrecke: Ulrike, Svenja, Ursel (Wenn Caroline (im rechten oberen Bild mit grügelber Mütze neben Svenja) noch in die Wertung kommt, wäre die Damenschaft sogar Meister..! :-))
- 1. Platz Herrenmannschaften Kurzstrecke: Halidou, Can, Herwig
- 2. Platz Herrenmannschaften Mittelstrecke: Halidou, Herwig, Emmanuel
- 3. Platz Herren Mittelstrecke: Halidou

Herzlichen Glückwunsch an die erfolgreichen PLG-Läuferinnen und Läufer!

PLG-Triathleten räumen bei den BSV Triathlonmeisterschaften 2016 ab!



Am 14.01. fand im Rahmen der BSV Spartenversammlung Triathlon die Siegerehrung für die BSV Triathlon-Saison 2016 statt. Dabei räumten die PLG-Triathletinnen und Triathleten kräftig ab:

1. Offene Deutsche Betriebssportmeisterschaft OD TriBühne Triathlon Noderstedt 2016:

- 3. Platz Frauen gesamt : Svenja Matzke
- 2. Platz Herren gesamt: Hendrik Ohagen

Sprintdistanz Ostseetriathlon Eckernförde 2016:

- 2. Frauen gesamt: Svenja Matzke
- 3. Platz Herren gesamt : Torben Schrader

Teamsprint Elbe-Triathlon 2016:

- 1. Platz: Philips LG (Svenja Matzke, Herwig Matzke, Caroline Lippe, Rouven Lippe)

Langdistanz Ostseeman Glücksburg 2016:

- 1. Platz Staffel Damen: Philips LG (Katharina Hahn, Svenja Matzke, Melanie Cremer)
- 1. Platz Staffel Mixed: Philips LG (Anja Heil, Ronald Hahn, Herwig Matzke)

Herzlichen Glückwunsch allen erfolgreichen PLG-Triathletinnen und Triathleten!

Pulverschnee-Wochenende im Harz vom 28. - 30.01.



Was im letzten Jahr leider fehlte, war in diesem Jahr in Hülle und Fülle vorhanden - Schnee! Wir hatten perfekte Wintersportbedingungen mit bestens präparierten Pisten und Loipen, Flutlichtfahrten und kurzen Wartezeiten am Lift. Auch die Nicht-Ski-Fahrer konnten das Winterwetter bei Ausflügen zum Brocken, Wurmberg und Wernigerode genießen. Neben den winterlichen Bedingungen hatten wir in diesem Jahr so viele Kinder wie nie zu vor mit von der Partie. Manfred nannte sie liebevoll die 3. Generation - und so wurde ihm durch diese doch prompt am Sonntag das Frühstück am Platz serviert.

Auch der obligatorische Faschingsabend durfte nicht fehlen, und so tanzte am Samstagabend zum Beispiel ein Promi aus dem Dschungel Camp neben dem Zebra und die Raubkatze mit dem Paradiesvogel. Die DJs Rainer und Steffie erfüllten fast jeden Musikwunsch und so wurde bis spät in die Nacht zu Après-Ski-Hits und Co getanzt. Natürlich durfte auch der Holzmichel nicht fehlen ;-)

Es war wieder toll mit euch und wir freuen uns bereits aufs nächste Jahr. **Also schon mal das Wochenende vom 26.01.-28.01.2018 ganz fett im Kalender markieren!**

Übrigens: Nach dem Harz ist vor dem Koppelsberg! Also reserviert euch schon mal das Wochenende vom 30.06.-02.07.2017. Die Einladung dazu folgt im März/April.

Euer Freizeitausschuss