



Newsletter - Mai 2017

Hallo liebe Mitglieder,

wie Dirk auf der Mitgliederversammlung mitteilte, wollte er, aufgrund seiner zeitlichen Belastung, den Newsletter gerne in andere Hände geben. Ich habe mich bereit erklärt diese Aufgabe zu übernehmen, weil ich finde, dass der Newsletter eine gute Informationsquelle für alle Mitglieder ist.

Wenn ihr Anregungen, Wünsche oder auch Kritik habt, teilt es mir gerne unter

Lutz.Rittmeister@philipslg.de,

telefonisch unter 0157 88559051

oder persönlich beim Training oder Wettkampf mit

Und nun viel Spaß beim Lesen wünscht Euch

Lutz
in Namen der PLG-Newsletter-Redaktion

Training im Mai

Datum	Uhrzeit	Ort	Training	Inhalt	Ansprechpartner
Dienstag, 02.05.	18:30	Hammer Park	Fitnessstraining, Sportabzeichentraining, leistungsorientiertes Lauftraining	Funktionstraining, Lauf-ABC, Steigerungen, Intervalle, etc.	Kai, Svenja Herwig
Mittwoch, 03.05.	20:30	Schwimmbad Bramfeld	Schwimmtraining	Kraulschwimmen für Anfänger bis leistungsorientiert	Dirk
Freitag, 05.05.	18:00	Barakiel-Halle*	Badminton	Freies Spiel	Dirk, Annegret
Dienstag, 09.05.	18:30	Hammer Park	Fitnessstraining, Sportabzeichentraining, leistungsorientiertes Lauftraining	Funktionstraining, Lauf-ABC, Steigerungen, Intervalle, etc.	Kai, Svenja Herwig
Mittwoch, 10.05.	20:30	Schwimmbad Bramfeld	Schwimmtraining	Kraulschwimmen für Anfänger bis leistungsorientiert	Dirk
Freitag, 12.05.	18:00	Barakiel-Halle*	Badminton	Freies Spiel	Dirk, Annegret
Dienstag, 16.05.	18:30	Hammer Park	Fitnessstraining, Sportabzeichentraining, leistungsorientiertes Lauftraining	Funktionstraining, Lauf-ABC, Steigerungen, Intervalle, etc.	Kai, Svenja Herwig
Mittwoch, 17.05.	20:30	Schwimmbad Bramfeld	Schwimmtraining	Kraulschwimmen für Anfänger bis leistungsorientiert	Dirk
Freitag, 19.05.	18:00	Barakiel-Halle*	Badminton	Freies Spiel	Dirk, Annegret
Dienstag, 23.05.	18:30	Hammer Park	Fitnessstraining, Sportabzeichentraining, leistungsorientiertes Lauftraining	Funktionstraining, Lauf-ABC, Steigerungen, Intervalle, etc.	Kai, Svenja Herwig
Mittwoch, 24.05.	20:30	Schwimmbad Bramfeld	Schwimmtraining	Kraulschwimmen für Anfänger bis leistungsorientiert	Dirk
Freitag, 26.05.	18:00	Barakiel-Halle*	Badminton	Freies Spiel	Dirk, Annegret
Dienstag, 30.05.	18:30	Hammer Park	Fitnessstraining, Sportabzeichentraining, leistungsorientiertes Lauftraining	Funktionstraining, Lauf-ABC, Steigerungen, Intervalle, etc.	Kai, Svenja Herwig
Mittwoch, 31.05.	20:30	Schwimmbad Bramfeld	Schwimmtraining	Kraulschwimmen für Anfänger bis leistungsorientiert	Dirk

* Barkiel-Halle: Das ist der neue Name der ESA-Halle in der Elisabeth-Flügge-Str. 8

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

Veranstaltungen im Mai

Datum	Veranstaltung	Ort	Ausschreibung
Mittwoch, 10.05.	City Nord-Lauf - Hamburgiade	City Nord	Ausschreibung
Freitag, 12.05.	Abendsportfest - Hamburgiade	Jahnkampfbahn	Ausschreibung
Sonntag, 14.05.	Langstreckentag - Hamburgiade	Jahnkampfbahn	Ausschreibung
Mittwoch, 17.05.	32. Philips-Abendsportfest	Hammer Park	Ausschreibung
Mittwoch, 31.05.	Bramfelder See - Lauf	Bramfelder See	

01.04.2017 52.Philips-Waldlauf

Bei sommerlichen Temperaturen war der Philips Waldlauf zum Abschluss der Winterlaufserie eine gelungene Veranstaltung, Das Organisationsteam unter der Leitung von Kudl und Reiner hatte hervorragende Arbeit geleistet, so dass der Ablauf der Veranstaltung reibungslos vonstattenging. Aufgrund der hohen Temperaturen fanden die Getränke unseres Sponsors Wittenseer Quelle reißenden Absatz. Zusätzlich wurde bei der Langstrecke noch kurzfristig eine Verpflegungsstelle eingerichtet. Auch sportlich zeigten sich unsere Aktiven gut aufgelegt. Bei den Herren konnten wir sowohl die Mannschaftswertung in der Kurzstrecke als auch in der Mittelstrecke gewinnen. Halidou gewann die Mittelstrecke. Darüber hinaus gab es auch noch einige Altersklassensiege.

Alle Ergebnisse gibt es [hier](#). Unten ein paar Bilder von der Veranstaltung.



Sponsor Wittenseer Quelle



Start zum Kinderlauf



Start der Jüngsten



Start der Kurzstrecke



Halidou siegt über die Mittelstrecke



Orlo ehrt den 200.000 Finisher der Winterlaufserie



Langstrecke



Sieger Kurzstrecke



Bacardi Cup Siegerehrung

Bahneröffnung am 12.04.20017

In der Jahnkampfbahn im Stadtpark wurde die diesjährige Bahnsaison eröffnet. Leider zeigte sich das Wetter alles andere als sommerlich. Nasskalte 9 Grad, anhaltender Nieselregen und böiger Wind sorgten für schwierige Bedingungen. Trotzdem wurden zum Teil starke Leistungen abgeliefert. Julius Schröder vom NDR lief mit 8:58,1 Min. über 3000m die bisher zweitschnellste Zeit aller Zeiten eines Betriebssportlers über diese Strecke. Von der PLG überzeugte wieder einmal Halidou mit seinem Sieg über 10.000m. Gleichzeitig fand das Finale der winterlichen Werferserie mit anschließender Siegerehrung statt. Auch hier war die PLG erfolgreich und zwar gewannen wir die Mannschaftswertung für die Saison 2016/2017.

Die Ergebnisse des Sportfestes findet ihr [hier](#).

Die Gesamtwertung der Werferserie ist zurzeit noch nicht online verfügbar.



Sandra beim Speerwurf



Sebastian in Aktion



Beate



Annegret beim Wurf



und Annegret gut beschirmt.



Kai und Jens-Uwe über die 1500 m



Kai scheint mit seiner Leistung zufrieden



Julius (NDR) mit seiner Siegerzeit



Halidou über 10.000m



Halidou vor dem Start



Beate freut sich über den Pokal



Sebastian nimmt es entspannt



Die siegreiche Mannschaft mit Sebastian, Nadine, Sandra, Annegret und Beate. Christian fehlt.



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

Das erstmals durchgeführte Lauftrainingslager wurde von allen Teilnehmern, trotz der teils herausfordernden Trainingseinheiten, sehr positiv beurteilt. Es standen auch Gemeinschaftsaktivitäten, wie Grillen, Bowling und Tischkicken auf dem Programm. Dabei kam der Spaß nicht zu kurz. Im nächsten Jahr ist eine Wiederholung geplant. Auch wenn einige Teilnehmer am Mittwoch noch Muskelkater verspürten, wollen doch alle wieder dabei sein. Hier einige Fotos.







BSV Wald- und Crosslaufserie 2016/17

Mit dem Philips Waldlauf wurde die Wald- und Crosslaufserie 2016/2017 beendet. In der Serienwertung waren die Sportler der PLG wieder erfolgreich. Folgende Athleten können sich über den Sieg in ihrer Altersklasse freuen.

Kurzstrecke W 50	Ulrike Mansfeld-Stiegert
Kurzstrecke W 70	Uschi Müller
Kurzstrecke M 35	Halidou Koudougou
Kurzstrecke M 85	Hans-Joachim Matthies
Mittelstrecke M 35	Halidou Koudougou
Mittelstrecke M 55	Emmanuel Lovon
Mittelstrecke M 75	Manfred Bublitz

Darüber hinaus konnte die **Herren Mannschaft** die **Kurz-** und die **Mittelstrecke** gewinnen. Die **Damen Mannschaft** erreichte in der **Kurzstrecke** den zweiten Platz.

Das Redaktionsteam sagt herzlichen Glückwunsch



Ulrike freut sich über ihre Medaille der Serienwertung.

Hamburg Marathon 23.04.2017

Im Rahmen des 32. Hamburg Marathon wurden auch die Betriebssportmeisterschaften im Marathon ausgetragen. Leider nahmen nur drei Aktive der Philips LG am Marathon teil. Unter wirklich schwierigen Bedingungen gelang es leider weder Halidou Koudougou noch Herwig Matzke das gewünschte Ziel „unter drei Stunden“ zu erreichen. Schade! Wobei Halidou auf den letzten Kilometern von Krämpfen geplagt war. Er hat sich aber durchgekämpft und das Ziel erreicht. Der dritte im Bunde, Konrad Weinrich, hatte nach längerer Laufpause einzig das Ziel „Ankommen“. Dies hat Konrad geschafft, damit gehört Konrad zu den wenigen Läufern, die alle 32 Marathons in Hamburg gefiniert haben. Hierzu herzlichen Glückwunsch!

Die Zeiten im Einzelnen:

Herwig Matzke 3:03:27 Stunden



Halidou Koudougou 3:19:53 Stunden



Konrad Weinrich 3:57:04 Stunden



Den drei Finishern herzlichen Glückwunsch zu eurer Leistung. Denn egal wie die Zeit ist, jeder Marathonläufer, der das Ziel erreicht, ist ein HELD!
Erholt euch gut und dann startet ihr auf der Bahn durch.

Hier noch einige Fotos vom Marathon:





Weihnachtsfeier 2017

Der Festausschuss gibt bekannt, dass die diesjährige Weihnachtsfeier am 09.12.2017 stattfindet. Tragt euch diesen Termin schon mal in den Kalender ein. Eine offizielle Einladung folgt natürlich später noch. Veranstaltungsort wird wieder das Leonardo Hotel, Langenhorner Chaussee 183, 22415 Hamburg, sein.

32. Philips Abendsportfest

Am 17. Mai 2017 findet unser Abendsportfest statt. Bitte sorgt durch eure Meldungen dafür, dass wir nicht nur ein guter Veranstalter sind, sondern uns auch sportlich breit aufgestellt zeigen. Eure Meldungen bitte wie üblich über Frank Stäcker oder Michael Lump.