Newsletter - Juli 2017

Hallo liebe Mitglieder,

wegen der Fülle der Veranstaltungen im Juni 2017 haben wir uns entschieden zwei Juli Ausgaben des Newsletters zu machen. Den ersten Teil habt ihr jetzt auf dem Bildschirm. Für den zweiten Teil könnte ihr auch auf folgende Themen freuen: Hella Halbmarathon, Europäische Betriebssportspiele in Gent, Deichlauf in Wedel und Freizeitwochenende in Koppelsberg.

Im nachfolgenden ersten Teil des Juli Newsletter blicken wir auf eine Fülle von interessanten Wettkämpfen zurück. Als besonderes Highlight gibt es diesmal vom **Mannschaftscup** auch ein **Video**.
Vielen Dank hierfür an Dirk für das Erstellen und Bearbeiten.

Natürlich erhaltet ihr auch wieder einen Überblick, was es im Juli so an Training- und Wettkampfangeboten gibt.

Viel Spaß bei der Lektüre wünscht Euch

Eure PLG-Newsletter-Redaktion

Training im Juli

Datum	Uhrzeit	Ort	Training	Inhalt	Ansprechpartner
Dienstag, 04.07.	18:30	Hammer Park	Fitnesstraining, Sportabzeichentraining, leistungsorientiertes Lauftraining	Funktionstraining, Lauf-ABC, Steigerungen, Intervalle, etc.	Kai, Svenja Herwig
Mittwoch, 05.07.	20:30	Schwimmbad Bramfeld	Schwimmtraining	Kraulschwimmen für Anfänger bis leistungsorientiert	Dirk
Freitag, 07.07.	18:00	Barakiel-Halle*	Badminton	Freies Spiel	Dirk, Annegret
Dienstag, 11.07.	18:30	Hammer Park	Fitnesstraining, Sportabzeichentraining, leistungsorientiertes Lauftraining	Funktionstraining, Lauf-ABC, Steigerungen, Intervalle, etc.	Kai, Svenja Herwig
Freitag, 14.07.	18:00	Barakiel-Halle*	Badminton	Freies Spiel	Dirk, Annegret
Dienstag, 18.07.	18:30	Hammer Park	Fitnesstraining, Sportabzeichentraining, leistungsorientiertes Lauftraining	Funktionstraining, Lauf-ABC, Steigerungen, Intervalle, etc.	Kai, Svenja Herwig
Freitag, 21.07.	18:00	Barakiel-Halle*	Badminton	Freies Spiel	Dirk, Annegret
Dienstag, 25.07.	18:30	Hammer Park	Fitnesstraining, Sportabzeichentraining, leistungsorientiertes Lauftraining	Funktionstraining, Lauf-ABC, Steigerungen, Intervalle, etc.	Kai, Svenja Herwig
Freitag, 28.07.	18:00	Barakiel-Halle*	Badminton	Freies Spiel	Dirk, Annegret

*** 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 Juli

Datum	Ort	Veranstaltung	Ausschreibung
Mittwoch, 05.07.	Jahnkampfbahn	BSV-Meisterschaften - 1. Tag	Ausschreibung
Mittwoch, 12.07.	Jahnkampfbahn	BSV-Meisterschaften - 2. Tag	Ausschreibung
Mittwoch, 26.07.	Hammer Park	Hammer Park Lauf	Ausschreibung

31.05.2017 Bramfelder See Lauf

Bei besten Laufwetter waren wieder eine Vielzahl von Philips Aktiven beim Bramfelder See Lauf, der zweiten Station des diesjährigen Sommer Cups, vertreten. Der Lauf stand im Zeichen des Andenkens an den kurz zuvor verstorbenen Rainer Winter (langjähriger Spartenleiter der ERGO vormals Hamburg Mannheimer). Vor dem Start versammelten sich sowohl Lang- als auch Kurzstreckler zum Gedenken an Rainer. Bernd „Orlo“ Orlowski hielt eine sehr passende und persönliche Ansprache für den verstorbenen Rainer Winter. Anschließend gedachten alle Läufer in einer Schweigeminute Rainer. Mit ihm hat die Betriebssportfamilie nicht nur einen Klasse Sportler, sondern vor allem einen tollen Menschen verloren. Die Ergo Läufer absolvierten in Gedenken an Rainer den Lauf gemeinsam.

Und nun zum sportlichen Teil. Auf der Kurzstrecke waren Herwig Matzke und Jan Glasenapp ganz vorne mit dabei. Herwig belegte den zweiten Platz und Jan den dritten Platz. Bei den Damen auf der Kurzstrecke belegte Ulrike Mansfeld-Stiegert den undankbaren vierten Platz. Ulrike konnte sich aber in der Mannschaftswertung gemeinsam mit Christina Koch und Maren Weniger über den Mannschaftssieg freuen. Auch bei den Männern waren wir in der Mannschaftswertung Erster. Das Team um unsere beiden Topläufer Herwig und Jan wurden dabei von unserem Altmeister Manfred Meier komplettiert.

Auf der 10 km Strecke unterbaten mit Halidou Koudougou, Sergej Brum, und Alexander Ariskin gleich drei PLG Aktive die 40 Minuten Grenze. Aufgrund des insgesamt sehr gut besetzten Feldes reichte diese Leistung leider nur für Platz vier in der Mannschaftswertung. Den einzigen Altersklassensieg auf der 10 km Strecke für die PLG errang Manfred Bublitz in der AK 70 mit einer Zeit von 50:51 Minuten konnte er seinen alten Rivalen Luis Rubiales Jimenez um glatte 4 Sekunden distanzieren.

Auch beim Kinderlauf war die PLG vertreten. Max, der Sohn von Alex Ariskin, startete über die 500m und wurde als jüngster Teilnehmer Dritter.

Alle Ergebnisse gibt es hier. Und nachfolgend einige Fotos zum Lauf.

Gedenkminute für Rainer Winter

Vordem Start zum 10 km Lauf, unser Sub 40-Team schon vorne dabei

Die Kurzstreckler warten auf den Start

Christina

Halidou

Sergej und Alex

Auch Gäste bei der PLG immer willkommen

Herwig und Jan

Die Sieger der Kurzstrecke

Jack

Alex, Sergej und Kai

Die ERGO Läufer zu Ehren von Rainer Winter gemeinsam unterwegs.

07.06.2017 Mannschafts Cup

Bei recht ungünstigen Wetterbedingungen fand der BSV-Mannschafts-Cup am 07.06.2017 auf der Jahnkampfbahn statt. Unter anderen musste der Hochsprung winterungsbedingt abgesagt werden. Die Philips LG war mit einer Herren und einer männlichen Senioren-Mannschaft (über 50 Jahre) vertreten. Und dies sehr erfolgreich, beide Mannschaften gewannen in ihrer Klasse den ersten Platz. Neben dem sportlichen Erfolg waren auch die Stimmung und der Teamgeist in beiden Mannschaften sehr gut. Es war ein schönes Gemeinschaftserlebnis. Alle, die in diesem Jahr dabei waren, werden sicher gerne im nächsten Jahr wieder dabei sein wollen. Der besondere Dank geht für die Vorbereitung und Organisation vor Ort geht an unseren Sportwart Reiner.

Leider hatten wir in diesem Jahr keine Damenmannschaft, so dass die Polizei bei den Damen zum 12. Mal hintereinander den Titel holte. Hier täte doch etwas Abwechslung sicher mal gut.

Die abschließende 4 x 100m Staffel könnt ihr im **Video** ansehen. Dazu hier klicken.

Alle Ergebnisse vom Mannschafts-Cup gibt es hier.

Und Fotos vom Mannschafts-Cup auf den Folgeseiten.

PHILIPS
7
3

PHILIPS
818

Großer Dank an alle PLGler,
die sich als Kampfrichter und Wettkampfhelfer zur Verfügung gestellt haben.

Die Stimmung war gut,…

….und bei der Siegerehrung noch besser

Die Senioren Mannschaft (Alfred fehlt)

Die Männer-Mannschaft vollständig

Es darf gejubelt werden

04.06.2017 21. ARRIBA-Stadtlauf in Norderstedt

„Uns Halidou“ war auch weiter bei den Straßenläufen in und um Hamburg aktiv. Beim Norderstedter Stadtlauf war er als Doppelstarter dabei. Über 5 km startete er für die Schule seiner Töchter und beim 10 km Lauf für die PLG. Über 5 km wurde Halidou Achter in der Gesamtwertung und über die nachfolgenden 10 km langte es noch zum 17. Platz. Die PLG-Damen wurden über 10 km durch Uschi Müller vertreten. Uschi erreichte den zweiten Platz in ihrer Altersklasse.

Uschi im Ziel

Halidou über 5 km

und nach dem 10km

Die Norderstedter Ergebnisse gibt es hier.

Nachtrag aus dem Monat Mai

Beim Wandselauf am 07. Mai belegte Halidou Koudougou im Hauptlauf über 14,7 km den zweiten Platz. Hierüber erschien auch im Wochenblatt ein größerer Artikel. Hier ein Auszug daraus.

Matthias Heineke (AMTV, Mitte) lief in U40 schneller als Nicolas König (links) und Robin Juppe, beide in der U20

Das Starterteam Hartmut Ebel (links) und Heinz Mattelson

Sie waren die schnellsten Langstreckler: Felix Borgers (1., Mitte), Halidou Koudougou (2., links), Pascal Kohpeiß

Lindstedt an.

Der Kampf um Sieg und Platz war nicht nur bei Kindern und Jugendlichen spannend. Im Hauptlauf der Erwachsenen über 14,7 Kilometer setzte sich Felix Borgers (33) vom Hamburger Laufladen in 55:13,0 Minuten klar durch.

Platz 2 „abonniert"

Lange Zeit lag der in Hamburg lebende Halidou Koudouigou aus Bukina Faso in Front, aber dann musste er sich in 55:21,0 Minuten geschlagen geben. Auch 2016 hatte der 38 Jahre alte Afrikaner, der für den Betriebssportverein Philips läuft und gerade zum Sportler des Jahres gewählt wurde, den zweiten Platz belegt. Drittschnellster aller Altersklassen wurde der Pascal Kohpeiß (23) vom Hamburger Laufladen in 55:33,5 Minuten. Über 6,1 Kilometer war der Rahlstedter Triathlet Matthias Heineke nicht zu schlagen.

Peter Slama, Vorsitzender des Gesamtvereins Altrahlstedter MTV, freute sich über die gelungene Veranstaltung. Aber er ärgerte sich ein darüber, dass die Rahlsterdter Lokalpolitiker durch Abwesenheit glänzten. Jetzt hat Slama eine Idee: „Beim Neujahrsempfang, wenn alle dabei sind, werde ich die Prominenz zum 33. Wandselauf einladen."

i Alle Ergebnisse und Fotos unter www.wandselauf.de

11.06.2017 Vierlanden Triathlon

Im Rahmen des 22. Vierlanden Triathlons wurden auch die BSV Meisterschaften über die Mitteldistanz ausgetragen. Bei der Mitteldistanz absolvieren die Teilnehmer 2 km Schwimmen, 90 km Radfahren und 20 km Laufen. Die Philips Farben wurden durch das Trio Svenja Matzke, Ronny Hahn und Stefan Koffner vertreten. Svenja belegte in der Gesamtwertung der Frauen den dritten Platz und in ihrer Altersklasse den zweiten Platz. In der starkbesetzten Altersklasse M50 erreichte Ronny den 3. Platz und Stefan den Platz 8.

Die Triathlon Ergebnisse findet ihr hier.

18.06.2017 6. Bergedorfer Citylauf

Auch beim Bergedorfer Citylauf war Halidou Koudougou erfolgreich. Über die 10 km wurde er in 37:08 Minuten Dritter in der Gesamtwertung.

Halidou bei der Siegerehrung im Philips Trikot.

Die Ergebnisse aus Bergedorf findet ihr hier.