Newsletter - Juni 2019

Jubiläumsfeier am Samstag, den 07.12.2019

>>> Save the Date <<<

Hallo liebe Mitglieder,

20 Jahre PLG heißt es in diesem Jahr, denn die PLG wurde am 13. April 1999 von 13 ehemaligen PSG-Leichtathleten gegründet. Das wollen wir feiern! Merkt euch dafür schon mal Samstag, den 07.12.2019 vor. Weitere Infos folgen...

Im Mai gab es wieder viele BSV-Veranstaltungen, wie den Bramfelder-See-Lauf und die Hamburgiade, von denen wir mit Fotos und Ergebnissen berichten.

Bitte beachtet auch unseren Aufruf für die Ausbildung zum Breitensporttrainer C-Lizenz auf Seite 3, denn wir wollen gerne unser Trainerteam verstärken, um die Traineraufgaben auf mehr Schultern zu verteilen und abwechslungsreicher zu machen.

Viel Spaß bei der Lektüre wünscht

Eure PLG-Newsletter-Redaktion

Training im Juni 2019

Datum		Uhrzeit	Ort	Training	Inhalt	Ansprechpartner
Dienstag,	04.06. 11.06. 18.06. 25.06.	18:30	Hammer Park	Fitnesstraining, Sportabzeichentraining, leistungsorientiertes Lauftraining	Funktionstraining, Lauf-ABC, Steigerungen, Intervalle, etc.	Kai, Herwig
Mittwoch,	05.06. 12.06. 19.06.	18:00	Barakiel-Halle*	Badminton	Freies Spiel	Dirk, Annegret
Mittwoch,	05.06. 12.06.	20:30	Schwimmbad Bramfeld	Schwimmtraining **ACHTUNG:** Vom 17.06. bis 11.08. kein Training wegen Sommerpause in den Schwimmbädern	Kraulschwimmen für Anfänger bis leistungsorientiert	Dirk

* Barkiel-Halle in der Elisabeth-Flügge-Str. 8

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

Veranstaltungen im Juni / Juli 2019

Datum		Veranstaltung	Ort	Ausschreibung
Mittwoch	05.06.	BSV Mannschafts-Cup und Meisterschaften Mehrkampf	Jahnkampfbahn	Ausschreibung
Samstag	15.06.	Lüneburger Heide-Staffellauf über 100 km mit Deutscher Betriebssportmeisterschaft!	Lüneburg	Ausschreibung
Freitag	21.06.	2. Stadtparklauf	Jahnkampfbahn / Stadtpark	Ausschreibung
	28.-30.06.	Freizeitwochenende Koppelsberg	Koppelsberg bei Plön	
Mittwoch	10.07.	BSV-Abendsportfest I	Jahnkampfbahn	folgt
Mittwoch	24.07.	Hammer-Park-Lauf	Hammer park	folgt

Alle BSV-Veranstaltungen 2019 im Überblick gibt es bei athleticon.bsvhh.de -> Terminplan 2019.

DOSB Übungsleiter*in Breitensport C-Lizenz

Wir möchten gerne das PLG-Trainerteam mit mehreren Breitensport-Trainern verstärken! Hast du Lust, eine Ausbildung zum/zur DOSB Übungsleiter*in Breitensport (1.Lizenzstufe) zu machen?

Die Ausbildung beim Hamburger Sportbund dauert ein Jahr, umfasst mindestens 120 Lerneinheiten und beginnt voraussichtlich im Februar 2020.

Die Kosten für die Ausbildung werden komplett von der PLG übernommen. Einzige Voraussetzung für die Übernahme der Kosten durch die PLG ist, dass du nach Ende der Ausbildung für mindestens zwei Jahre der PLG als Trainer*in zur Verfügung stehst. Die Trainertätigkeit soll dabei auf möglichst viele Schultern verteilt werden.

Voraussetzung für den Trainer-Lehrgang:
Interesse am Sport und Motivation, eine Gruppe Sportler anzuleiten
PLG-Mitgliedschaft
Mindestalter: 16 Jahre

Mehr Infos zur Ausbildung beim HSB gibt es hier:
DOSB Übungsleiter*in Breitensport (1.Lizenzstufe)

Interesse geweckt? Dann schnell beim PLG-Vorstand melden!
dirk.manke@philips-lg.de

28.04.2019 - Marathon Hamburg

Wir berichteten bereits im letzten Newsletter vom Hamburg Marathon. Was uns dabei durch die Lappen gegangen ist:

Die erste Mannschaft der PLG belegte überraschend den zweiten Platz in der BSV Teamwertung.
Herzlichen Glückwunsch an Sergej Brum, Alexander Ariskin und Halidou Koudougou!
Hier die hervorragenden Zeiten der ersten drei Mannschaften:

Platz	Name	BSG	Jahrg.	Zeit	Zeit,gesamt
1	Diederichs, Gunnar (GER)	Airbus SG 1.	1979	02:42:23	
1	Poyatos, Jose Carlos (ESP)	Airbus SG 1.	1973	02:45:04	
1	Decker, Christian (GER)	Airbus SG 1.	1971	02:58:16	**08:25:13**
2	Brum, Sergej (RUS)	Philips LG 1.	1979	02:51:18	
2	Ariskin, Alexander (GER)	Philips LG 1.	1975	02:51:33	
2	Koudougou, Halidou (GER)	Philips LG 1.	1979	03:09:15	**08:52:06**
3	Babusci, Luigi (ITA)	Siemens	1980	02:32:57	
3	Hahn, Sebastian (GER)	Siemens	1989	03:04:31	
3	Peschel-Sielmann, Manfred (GER)	Siemens	1960	03:22:31	**08:59:59**

Alle Ergebnisse der BSV Marathonmeisterschaften 2019 gibt es hier.

Sergej Brum

Alexander Ariskin

Halidou Koudougou

08.05.2019 - Bramfelder-See-Lauf

Den Auftakt zum diesjährigen Sommercup gab der Barmfelder-See-Lauf. Hier ein paar Impressionen von der Strecke.

Während Annegret die männliche Konkurrenz vor sich her treibt, läuft Bettina ihr davon...

Gerhard Haubrich

Hans-Joachim Matthies

Lothar Rohde

Gösta Dreise

Herwig Matzke

Von der PLG auf der Kurzstrecke dabei: Annegret Jeschke, Herwig Matzke, Rudi Schrader, Hans-Joachim Matthies, Rolf Orlowski. Die PLG belegte mit der Herrenmannschaft den 2. Platz über die Kurzstrecke.

Auf der Langstrecke dabei: Bettina Fuchs, Gerhard Haubrich, Lothar Rohde, Gösta Dreise
Mehr Fotos gibt es hier. Alle Ergebnisse vom Lauf sind hier.

17.05.2019 Bahnsportfest Hamburgiade

Marco vor dem Wettkampf mit seiner 4x 100m Sieger-Staffel DESY & Friends und danach mit Goldmedaille!

Beate durfte sich über einen zweiten Platz Kugel und einen dritten Platz Diskus freuen. Sergej Brum (rechtes Foto, rechts) wurde dritter über 800m in pfeilschnellen 2:22,5 min.

Beate Reis:
2. Platz Kugelstoßen
3. Platz Diskus

Marco Kosbü:
1. Platz 4x 100m-Staffel (DESY & Friends) in 53,9 Sek.
2. Platz Fünfkampf (100m, Weitsprung, Hochsprung, Kugel, 400m)

Sergej Brum:
3. Platz 800m in 2:22,5min.

Mehr Bilder von der Veranstaltung gibt es bei Facebook und alle Ergebnisse sind hier.

19.05.2019 Tag der Langstrecke

Nach dem Bahnsportfest folgte zwei Tage später der Tag der Langstrecke. Hier starteten die drei PLG-Herren Halidou, Lutz und Marco zusammen mit Katharina Voß (Asklepios Klinik) beim Team-Stundenlauf als Mixed-Team "Katharina & Friends" und belegten mit einer Gesamtstrecke von 16.066m den 2. Platz.

Halidou mit Liebeserklärung auf der Bahn unterwegs... ...unter den strengen Augen des Schiedsgerichts.

Wettkampfeinweisung durch den Schiedsrichter.

Mehr Fotos gibt es bei Facebook und alle Ergebnisse des Tags der Langstrecke sind hier.

22.05.2019 City-Nord-Lauf

Bettina, Luca-Felix Rinio und Manfred

Manfred und Herwig stets gut gelaunt vor dem Lauf

Bettina war über Kurz- und Langstrecke dabei.

Herwig und Mario im Ziel der Kurzstrecke

Alle Ergebnisse des City-Nord-Laufes gibt es hier.

25.05.2019 Schwimmen Hamburgiade

In 50m Delphin holte Marco den dritten Platz in der Gesamtwertung und in seiner AK den ersten Platz!

Marco gewann mit seiner Startgemeinschaft über 50m Freistil den ersten Platz. Seine Tochter Amelie (links) und Nichte Leonie Kosbü waren im Schwimmwettkampf ebenfalls beide ganz oben auf dem Siegertreppchen. Herzlichen Glückwunsch!

Mehr Fotos vom Schwimmwettkampf bei der Hamburgiade 2019 gibt es bei Facebook und alle Ergebnisse sind hier.

Medaillenspiegel Hamburgiade 2019

Mit 2,25x Gold, 3,25x Silber und 4x Bronze ist Philips insgesamt 21. von 135 Firmenteams geworden. In Anbetracht der "übersichtlichen" Beteiligung der PLG ein hervorragendes Ergebnis der PLG-Teilnehmer. Herzlichen Glückwunsch!

Hier geht es zum Medaillenspiegel der Hamburgiade 2019.