



**SAVE THE DATE - Jubiläumsfeier 07.12.2019**

## **Newsletter - November 2019**

Hallo liebe Mitglieder,

nach dem es im Oktober im Betriebssport etwas ruhiger zugeht, geht es im November mit dem Start der Winterlaufserie und der Werfertage wieder in die Vollen. Die genauen Termine erfahrt ihr wie immer auf Seite 2 des Newsletters. Auch im Trainingsbetrieb gibt es Änderungen, da es wieder in die Halle geht.

Bezüglich **unserer 20 Jahre PLG-Jubiläumsfeier** erhaltet ihr alle Informationen mit einer besonderen Mail. **Dies Feier findet am Sonnabend, den 07.12.2019, statt.**

Viel Spaß bei der Lektüre wünscht

Eure PLG-Newsletter-Redaktion

## Training im November 2019

Datum	Uhrzeit	Ort	Training	Inhalt	Ansprechpartner
Dienstag, 05.11. 12.11. 19.11. 26.11.	18:30	LA-Halle	Leistungsorientiertes Lauftraining	Lauf-ABC, Steigerungen, Intervalle	Herwig
Mittwoch, 06.11. 13.11. 20.11. 27.11.	18:00	Barakiel-Halle*	<a href="#">Badminton</a>	Freies Spiel	Dirk, Annegret
Mittwoch, 06.11. 13.11. 20.11. 27.11.	20:30	Schwimmbad Bramfeld	<a href="#">Schwimmtraining</a>	Kraulschwimmen für Anfänger bis leistungsorientiert	Dirk
Freitag, 01.11. 08.11. 15.11. 22.11. 29.11.	18:00	Barakiel-Halle*	Hallentraining	Funktionstraining	Kai

\* Barakiel-Halle in der Elisabeth-Flügge-Str. 8

Alle Trainingstermine in der Übersicht gibt es hier: [www.philips-lg.de/training](http://www.philips-lg.de/training)

## Veranstaltungen im November / Dezember 2019

Datum	Veranstaltung	Ort	Ausschreibung
Samstag 02.11.	HEK Cross Lauf	Horner Rennbahn	<a href="#">Ausschreibung</a>
Samstag 16.11.	1. Werfertag Philips LG	Jahnkampfbahn	<a href="#">Ausschreibung</a>
Sonntag 17.11.	25 km Quickborn Lauf	Quickborn	<a href="#">Ausschreibung</a>
Samstag 23.11.	Lauffeuer Waldlauf	Tangstedter Forst	<a href="#">Ausschreibung</a>
Samstag 07.12.	ERGO Winterlauf	Stadtpark	<a href="#">Ausschreibung</a>
Samstag 07.12.	PLG Jubiläumsfeier		
Samstag 14.12.	2. Werfertag Airbus	Jahnkampfbahn	<a href="#">Ausschreibung</a>
Freitag 20.12.	Punschabend	Barakiel Halle	
Dienstag 31.12.	Silvester Lauf	Volksdorf, Teichwiesen	<a href="#">Ausschreibung</a>

Alle BSV-Veranstaltungen im Überblick gibt es bei [athleticon.bsvhh.de](http://athleticon.bsvhh.de).

## 29.09.2019 – Volkslauf durch das Alstertal

Beim Volkslauf durch das Alstertal zeigte Halidou Koudougou über die 10 km Strecke seine im Augenblick aufsteigende Form. Es herrschten keine einfachen Bedingungen, durch Dauerregen war die Strecke sehr matschig und es waren auch einige Anstiege zu bewältigen. Halidou ließ sich hierdurch aber nicht beeindrucken und erreichte mit der guten Zeit von 39:07 Minuten den dritten Platz in der Gesamtwertung. Von der Philips LG waren außerdem über die Halbmarathon Distanz Rouven Lippe und Lutz Rittmeister am Start.

Alle Ergebnisse aus dem Alstertal gibt es [hier](#).



Halidou auf dem Siegerpodest

## 13.10.2019 – Bramfelder Halbmarathon

Auch beim Halbmarathon am Bramfelder See war Halidou Koudougou erfolgreich. Bei bestem Laufwetter wurde Halidou über die Halbmarathondistanz in 1:26:10 Stunde in der Gesamtwertung Dritter. Weitere Philips Läufer waren nicht am Start.

Die Ergebnisse des Laufs gibt es [hier](#).

## 20.10.2019 – Speicherstadt Lauf

Auf der gewohnten Strecke in der Speicherstadt wurden, wie in den Vorjahren, nicht nur die Hamburger Betriebssportmeisterschaften, sondern auch die Deutschen Betriebssportmeisterschaften über die 10 km Strecke ausgetragen. Wobei festzustellen ist, dass kaum auswärtige Teilnehmer antraten, somit war die Deutsche Meisterschaft eine fast rein Hamburger Angelegenheit. Durch die Auflösung der BSG Zoll, dem bisherigen Veranstalter, musste im Vorfeld umgeplant werden. Aber wie vom BSV Hamburg gewohnt, klappte die Durchführung wieder reibungslos. Der Dank gilt zunächst mal allen PLGLern, die sich als Helfer zur Verfügung stellten. Aber trotz der großen Zahl von Helfern konnten wir auch ein großes Teilnehmer stellen. An den Meisterschaften über 10 km waren insgesamt 13 Aktive von der PLG beteiligt, dazu kam noch Oliver Bastardo, der bei seinem Einstand in der PLG auch die 10 km Strecke absolvierte. Über Meistertitel ihrer Altersklasse konnten sich Uschi Müller und Halidou Koudougou freuen. Weitere Medaillengewinner waren Wulf Assmonds, Manfred Bublitz und Lutz Rittmeister (jeweils Zweite) sowie Bettina Fuchs als Dritte ihrer Altersklasse. Aber nicht nur die Medaillengewinner zeigten gute Leistungen. Hervorzuheben sind auch die sehr guten 39:48 Minuten von Nico Würpel, der damit das erste Mal unter 40 Minuten blieb. Nico trug auch wesentlich zum guten Mannschaftsresultat bei. Die erste Herrenmannschaft wurde neben Halidou und Nico durch Jan Glasenapp vervollständigt. Die Drei schafften mit 1:59:03 Stunde den vierten Platz in der BSV-Wertung.

Vor dem Meisterschaftslauf wurde noch ein Kurzstrecken Lauf über 3,7 km ausgetragen. Hier konnte in der BSV Wertung Marco Kosbü siegen und Luca-Felix Rinio den dritten Platz erreichen.

Alle Ergebnisse aus der Speicherstadt findet ihr [hier](#).

Nachfolgend einige Bilder, die uns überwiegend von Torsten Utta zur Verfügung gestellt worden.



Start zum Meisterschaftslauf vor der Kulisse der Hamburger Speicherstadt





Unsere beiden Meister: Halidou und Uschi



Jan



Bettina





Lutz



Stellvertretend für alle Helfer: Uwe ehrt Elke.



Nach dem Lauf: Gustavo, Lutz, Bettina, Birgit, Nico und Stefan





Bettina, Halidou und Lutz im Kreise der Medaillengewinner

## Medaillenspiegel im Jahr 2019

Mit dem Speicherstadt Lauf wurde auch die Meisterschaftssaison 2019 abgeschlossen. Mit einem für die Philips LG tollen Ergebnis. Wir konnten uns in diesem Jahr den ersten Platz im Medaillenspiegel zurück erobern. Hier die Ergebnisse der besten zwanzig BSGn.

	Gold	Silber	Bronze	Gesamt
Philips LG	32	29	16	77
ERGOsports	31	19	13	63
Airbus SG	23	18	5	46
Laufladen	22	21	14	57
Signal Iduna	20	13	19	52
Gaden	18	9	3	30
NDR	17	11	8	36
ELBE-Sport	16	9	12	37
Siemens	11	5	9	25
Claudius Peters	11	4	0	15
Lufthansa SV	10	0	3	13
FA HH	8	5	7	20
Haspa	8	7	5	20
Hochbahn	8	3	1	12
Jungheinrich	7	2	2	11
SG Stern	7	2	0	9
TÜV Nord	6	5	3	14
Polizei	5	4	6	15
Hapag-Lloyd	5	2	2	9
HEK	5	2	2	9

## Ergebnis des BKK Conti Sommer Cups

Im Rahmen des BKK Conti Sommer Cups erreichten insgesamt sieben BSGn die maximal mögliche Punktzahl von jeweils 25 Punkten. Im Rahmen der Siegerehrung des Speicherstadt Laufs fand auch die Verlosung der Gutscheine vom Laufwerk in Höhe von insgesamt 1.750,00 Euro statt. Leider hatten wir in diesem Jahr kein Glück und gingen leer aus. Den Endstand dieser Sonderwertung seht ihr hier unten.

### Continentale BKK Sommer Team Cup 2019

#### Endstand nach 5 von 5 Läufen

<b>BSG</b>	<b>Läufe</b>	<b>Teilnehmer</b>	<b>Punkte</b>
ERGOsports Hamburg	5	101	25
Philips LG	5	60	25
SV Signal Iduna	5	53	25
Airbus SG	5	51	25
Knossos.de	5	44	25
Laufwerk	5	39	25
TÜV-Nord	5	29	25