



## WIR SIND AM 31. MAI GASTGEBER

**A**m 31. Mai haben wir „Gazellen“ Gäste. Nachdem andere Vereine an 51 Wochenende im Jahr uns die Möglichkeit geben an Wettkämpfen teilzunehmen, revanchieren wir uns mit der „Königsbacher Meile“, die dieses Jahr zum fünften Mal über die Laufbühne geht und versuchsweise auf 10 Kilometer verlängert wird.

**F**ür die Schüler/innen und Jugendliche bei der Königsbacher Meile haben wir bereits über 100 Preise. Für den Hauptlauf haben wir auch schon rund 50 Preise. Es wäre sehr erfreulich, wenn ihr „Gazellen“ auch noch - jeweils einen Preis - zur Verfügung stellen könntet.

**E**benso wünschenswert sind wieder einige Kuchenspenden, für die ich mich im Voraus, im Namen der Teilnehmer/innen, bedanken möchte.

**L**etzendlich sind noch einige Positionen (insbesondere Streckenposten) bei der Königsbacher Meile unbesetzt. Bitte melden!

**A**b Mai findet wieder unser Tempotraining auf der Bahn statt. Treffpunkt: Jeden Dienstag um 18.00 Uhr (an Stammtischtagen um 17.30 Uhr) auf dem „Plötzer“ in Königsbach. Dazu gehört dann: 20 Minuten einlaufen, Koordination, Tempotraining, 20 Minuten auslaufen.

**06. MAI** Stammtisch, ab 20.00 Uhr  
im **ROMANTICA** in Königsbach

### LAUF DES MONATS

**10 km, Ettlingen -** 19.30 Uhr  
**NEUER Termin: 23. Mai**

Rahmenprogramm:  
Schüler/innen-Läufe, 1.000 m und 3.590 m

► Ab 21.00 Uhr spielt die Band „Knutschfleck“ im Stadtgarten (bei Start und Ziel). Das Startgeld (ohne Nachmeldegebühr) wird - gegen Quittung - vom Verein erstattet.

### MEISTERSCHAFTEN

**24.05. Badische Senioren-Berglauf, Bühlertal** 15.30 Uhr  
9,5 km, 776 Höhenmeter

Meldeschluss: 09. Mai bei Sven Wächter

**31.05./01.06. BW-Senioren, Waiblingen**  
W/M 30 - W 75 / M 80

SA: 400 m / 1.500 m / 3.000 m F / 5.000 m M  
SO: 100 m / 200 m / 800 m

Meldeschluss: 16. Mai bei Sven Wächter

**DM Senioren-Berglauf, Müllheim**  
10,5 km / 905 Höhenmeter

Meldeschluss: 21. Mai bei Sven Wächter

**14./15.06. Baden-Württembergische, ohne AK Heilbronn**

Meldeschluss: 16. Mai bei Sven Wächter

### STADION - MEETINGS

**04.05. Ettlingen (Schüler)** **11.05. Limburgerhof**  
**12.05. Heidelberg** **22.05. Rastatt/S**  
**22.05. Bönningheim** **04.06. Calw-Stammheim\***

\* keine elektronische Messung - S nur Senioren

### WAS LÄUFT SONST NOCH?

03.05. 8,88889 km, Karlsruhe 15.00 Uhr  
04.05. 10 km / 21,1 km, Rot 09.00 Uhr  
04.05. 21,1 km, Offenburg 13.20 Uhr  
12.05. 10 km / 21,1 km, Rülzheim 09.00 Uhr  
17.05. 10 km, Gondelsheim 22.30 Uhr  
18.05. 10 km\* / 21,1 km\*, Önsbach 09.00 Uhr  
24.05. 9,5 km / 776 HM, Bühlertal 15.30 Uhr  
25.05. 10 km / 21,1 km, Leinfelden 09.00 Uhr

**31.05. 5. Königsbacher Meile ab 17.00 Uhr**

01.06. 5 km / 10 km, Wössingen 09.15 / 10.00  
01.06. 10 km / 21,1 km, Leimersheim 09.30 Uhr

\* - vermessen (bestenlistentauglich) -