

Hier sind wir zu Hause.
Beim TV Kredenbach-Lohe

Herzlich Willkommen zur Siegerehrung 2022





Siegerehrung

LA-CUP
2022



DTK





Statistik im laufenden Jahr 2022

167 Wettkämpfer /innen (204 vor Corona im Jahr 2019)

57 Frauen (84)

110 Männer (120)

522 Starts wurden registriert (im Vorjahr 924)

191 Frauen (376)

331 Männer (548)

LA CUP 2022

17 (33) Wettkämpfer/innen starteten an allen 7 Sportfesten

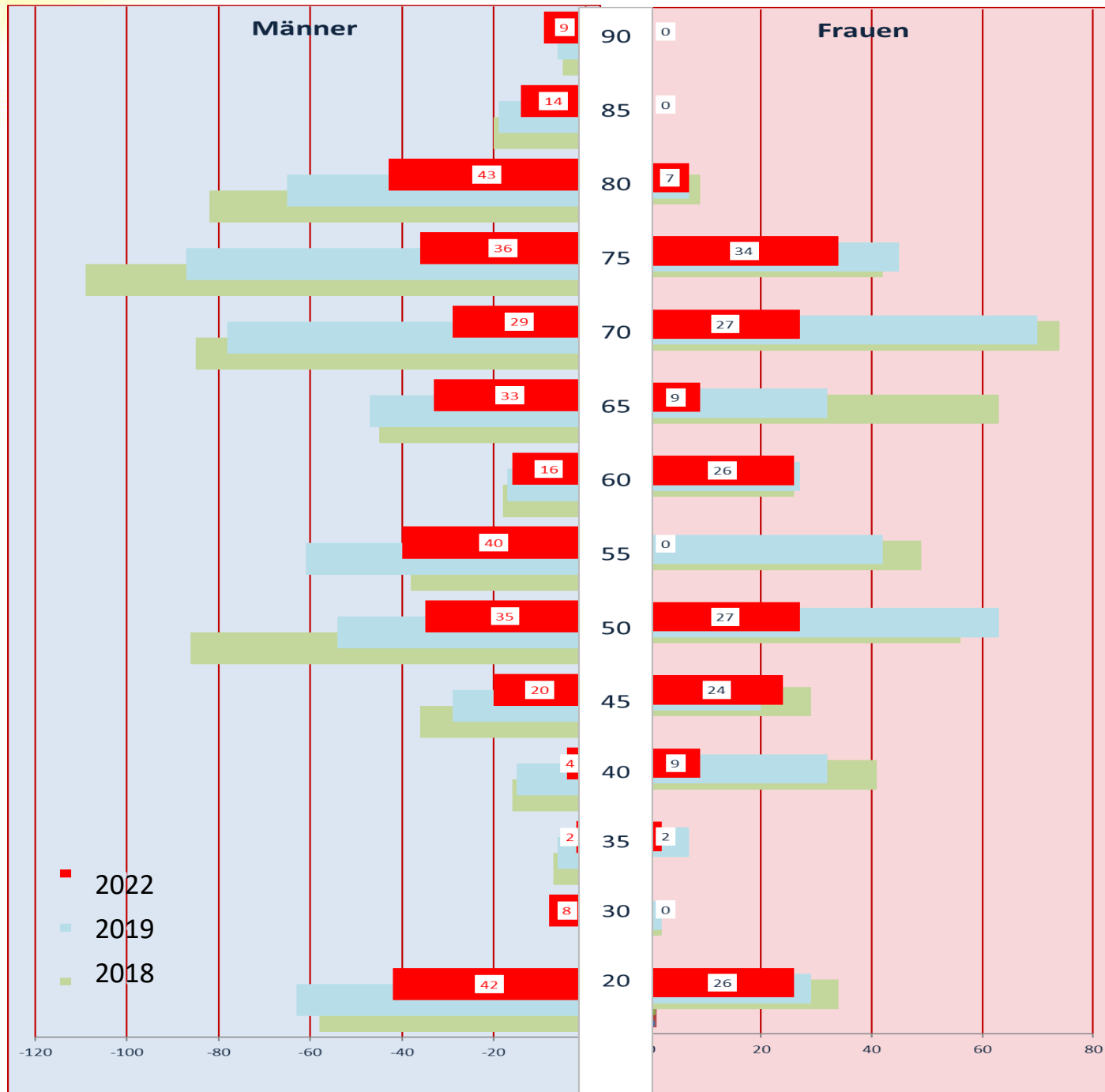
60 (47) Wettkämpfer/innen starteten nur 1 x

107 (110) Wettkämpfer/innen kommen in die CUP-Wertung 2022
und erhalten eine Urkunde



Starts pro Altersklasse

LA-CUP
2022





Bestleistungen

LA-CUP
2022

Weitsprung

Fabian Schreiber(M20)	TV Allenbach	6,11m
Anna Greim(F20)	TV Littfeld	4,89m

Stand-Weitsprung

Ulrich Löcher (M55)	TV Allenbach	2,86m
Liane Seifert (F60)	TuS Erndtebrück	2,31m



Bestleistungen

LA-CUP
2022

50m Lauf

Ricardo Rosenkranz (M20)	TV Kreuztal	6,59sec
Katja Marburger (F45)	TuS Erndtebrück	7,40sec

75m Lauf

Jens Marburger (M45)	TuS Erndtebrück	9,80sec
Alexandra Blum (F35)	DJK Mundersbach	12,67sec

100m Lauf

Ricardo Rosenkranz (M20)	TV Kreuztal	12,00sec
Anna Greim (F20)	TV Littfeld	12,85sec



Bestleistungen

LA-CUP
2022

Vollball

Hartmut Hoffmann (M60)	TuS Hilchenbach	27,96m
Cathi Steeger (F20)	TV Littfeld	20,52m

Kugelstoßen

Dieter Schmidt(M80)	TuS Müsen	11,83m
Cathi Steeger(F20)	TV Littfeld	9,15m



Bestleistungen

LA-CUP
2022

Steinstoßen

Hartmut Hoffmann (M60)	TuS Hilchenbach	10,93m
Julia Becker (F20)	TuS Erndtebrück	7,40m

Medizinball

Erich Neuhaus (M75)	TV Littfeld	16,18m
Kornelia Dilling(F70)	TuS ADH Weidenau	12,00m



Insgesamt haben 31 Vereine teilgenommen

TSG Helberhausen mit 56 Starts (Müsen 118 im Vorjahr)

DJK Mudersbach	56	TuS Kaan Marienborn	21	Tgmd. Friesen Klafeld-Geisweid	4
TUS Erndtebrück	54	TuS Hilchenbach	18	TuS Vormwald	4
VTV Freier Grund	35	TuS Dahlbruch	16	TuS Fellinghausen	2
TV Krombach	32	TV Allenbach	13	TuS Deuz	2
TV Gosenbach	30	TV Eichen	13	TuS Ferndorf	2
TVE Dreis-Tiefenbach	30	TV Hoffnung Littfeld	10	TV Dahlbruch	1
TuS AdH Weidenau	28	TSV Aue-Wingeshausen	8	TV DresseIndorf	1
TuS Müsen	24	TG Grund	7	TVE Netphen	1
TV Kredenbach-Lohe	22	TG Rudersdorf	5	VFL Bad Berleburg	1
TV Kreuztal	21	TV Obersdorf-Rödgen	4	TGE Ergste	1



Pokal für den teilnahmestärksten Verein

LA-CUP
2022

**TSG Helberhausen
mit**

5 Sportlerinnen

Anke Althaus	F40
Anne Neus	F60
Elke Stötzel	F60
Juliane Scheel	F65
Sigrid Menn	F65



15 Sportler

Oliver Schmitt	M20
Julian Schmitt	M20
Arne Fuchs	M20
Philipp Stötzel	M20
Christof Menn	M20
Peter Horn	M45
Boris von Rueden	M45
Ronny Peters	M50
Thomas Schüttler	M50
Bernd Scheffe	M50
Wolfgang Fuchs	M55
Andreas Roth	M60
Ulrich Schweitzer	M60
Horst Schneider	M65
Meinhard Menn	M65



LA-CUP
2022

Ehrung für den ältesten Turnierteilnehmer

Walter Weber

vom TVE Dreis-Tiefenbach
mit
94 Jahren



Adventskalender
Mit 24 Weihnachtsüberraschungen
Einkaufsgutscheine
+ Zusatzgewinnspiel





Erinnerungen an die Zeit vor Corona

Es folgen Bilder von der Abschlussfeier 2019 und den Sportfesten aus dem Jahr 2022

LA-CUP 2022

Abschlussfeier 2019 zu Gast beim



Turn- und Sportverein 1895 e.V. Erndtebrück
Sport ist im Verein am schönsten

am 23. Nov. 2019 im Sportzentrum Pulverwald

Karl Birkelbach Gedächtnistreffen des TV Littfeld am 7. Mai



69 Teilnehmer
(111 vor Corona)

Gillerbergturnfest am 19. Juni



Abendsportfest TV Arfeld am 24. Juni



Teilnehmer 45

Turnverein 1926 Arfeld e.V.

Nächste Folie
CUP-Sieger
F80



Sieger-Ehrung

LA-CUP
2022



F20	Swenja Vollpracht
	TuS Hilchenbach
F45	Dominique Menzel
	TV Kredenbach-Lohe
F50	Diane Seidel
	TuS Kaan-Marienborn
F60	Birgit Grisse
	TV Obersdorf-Rödgen
F65	Anne Müller
	TV Kredenbach-Lohe
F70	Karla Meier
	TuS Kaan-Marienborn

M20	Julian Schmitt
	TSG Helberhausen
M45	Thomas Blech
	TV Krombach
M50	Michael Giesler
	TV Krombach
M55	Frank Gudelius
	VTV Freier Grund
M60	Andreas Roth
	TSG Helberhausen
M65	Harald Wittig
	TuS Erndtebrück
M70	Rolf-Eckhard Dilling
	TuS AdH Weidenau
M75	Rudi Brucksch
	TV Gosenbach
M80	Volker Arend
	TVE Dreis-Tiefenbach
M85	Josef Schönauer
	DJK Mudersbach



Sieger-Ehrung

LA-CUP
2022



F20	Ines Walter
	TuS Erndtebrück
F40	Ageliki Costanti
	TuS Kaan-Marienborn
F45	Ilka Achenbach
	TuS Dahlbruch
F50	Andrea Werner
	TuS Erndtebrück
F60	Katrin Baldursson-Schütz
	TV Eichen
F65	Christel Stein
	TuS Vormwald
F70	Inge Uhr
	VTV Freier Grund
F75	Hildegard Kipping
	DJK Mudersbach

M20	Ricardo Rosenkranz
	TV Kreuztal
M40	Kevin Haschke
	TuS Erndtebrück
M45	Markus Grüttner
	TV Kreuztal
M50	Hans-Jörg Waller
	TV Kreuztal
M55	Torsten Lauterbach
	TV Krombach
M60	Martin Wagner
	TuS AdH Weidenau
M65	Günter Sollbach
	TV Gosenbach
M70	Dieter Frank
	TVE Dreis-Tiefenbach
M75	Manfred Schaar
	TG Rudersdorf
M80	Werner Tost
	VTV Freier Grund
M85	Erich Bauer
	DJK Mudersbach
M90	Walter Weber

TVE Dreis-Tiefenbach



Sieger-Ehrung

LA-CUP 2022

F20	Julia Becker
	TuS Erndtebrück
F40	Anke Althaus
	TSG Helberhausen
F45	Katja Marburger
	TuS Erndtebrück
F50	Silke Franke
	TSV Aue-Wingeshausen
F60	Liane Seifert
	TuS Erndtebrück
F65	Juliane Scheel
	TSG Helberhausen
F70	Brigitte Rothenberg
	TG Grund
F75	Karin Knoblauch
	TuS Kaan-Marienborn
F80	Brigitte Dickel
	TVE Dreis-Tiefenbach



M20	Oliver Schmitt
	TSG Helberhausen
M30	Moritz Häuser
	TuS Erndtebrück
M45	Jens Marburger
	TuS Erndtebrück
M50	Dirk Schröder
	TV Krombach
M55	Ulrich Löcher
	TV Allenbach
M60	Hartmut Hoffmann
	TuS Hilchenbach
M65	Horst Schneider
	TSG Helberhausen
M70	Martin Achenbach
	TuS AdH Weidenau
M75	Gerhard Blum
	DJK Mundersbach
M80	Dieter Schmidt
	TuS Müsen
M85	Helmut Fröhlich
	TuS Müsen
M90	Rudi Habicht

TVE Dreis -Tiefenbach



Urkunde

LA-CUP 2022

Alina Roth

TuS Hilchenbach
errang in der Altersklasse

F20

den

4. Platz

mit 351 Punkten

Siegerliste

Leichtathletik-Sportfeste in	Platz	Punkte
Littfeld		
Mudersbach		
Giller	5	138
Arfeld		
Vornwald		
Aue-Wingeshausen		
Helberhausen	3	213

Herzlichen Glückwunsch
ARGE LA-CUP



**LA-CUP
2022**

**Alle Sportler und
Sportlerinnen mit mehr als
einer Sportfest-Teilnahme
erhalten eine Urkunde.**

**Die Ausgabe erfolgt im
Anschluss an unsere
Abschlussfeier.**



Erinnerungen an die Zeit vor Corona

Es folgen Bilder
von den Wettkämpfen im Jahr 2022

Abendsportfest TV Vormwald am 8. Juli



Seniorenportfest TSV Aue-Wingeshausen 29. Juli



Leichtathletiksportfest der DJK Mundersbach am 19. August



Hermann Karl Gedächtnistreffen TSG Helberhausen am 17. September



Nächste Folie
CUP-Sieger
M80



6 Athletinnen und 11 Athleten nahmen an allen 7 Sportfesten teil und erhalten einen edlen Christstollen

**LA-CUP
2022**

Ilka Achenbach

TuS Dahlbruch

Silke Franke

TSV Aue Wingshausen

Andrea Werner

TUS Erndtebrück

Brigitte Rothenberg

TG Grund

Karin Knoblauch

TuS Kaan Marienborn

Hildegard Kipping

DJK Mudersbach

Jens Marburger

TUS Erndtebrück

Dirk Schröder

TV Krombach

Hans Jörg Waller

TV Kreuztal

Ulrich Löcher

TV Allenbach

Torsten Lauterbach

TV Krombach

Horst Schneider

TSG Helberhausen

Volker Sollbach

TV Gosenbach

Gerhard Blum

DJK Mudersbach

Werner Tost

VTV Freier Grund

Volker Arend

TVE Dreis-Tiefenbach

Ludwig Merzhäuser

DJK Mudersbach



Weitere Erfolge heimischer Athleten

LA-CUP 2022



Den Westfalen Titel holten
die Mädchen der U18
vom LG Kindelsberg.



Europa- und Deutscher Meister wurde Dr.
Eberhard Linke von der LG Kindelsberg Kreuztal
in der Altersklasse M75.
Mit Bestweiten von 4,50 Metern im Weitsprung
und 9,62 Meter im Dreisprung.



Phänomenaler Tag für die LG Kindelsberg Kreuztal bei der Team DM in Lage am 10.Sept. 2022



M30
Dritter Platz



M40
Deutscher Meister



M50
Deutscher Meister



M60
Deutscher Vize-Meister



Torben Blech aus Gosenbach

**LA-CUP
2022**

Deutscher Meister im Stabhochsprung

Teilnehmer bei den Weltmeisterschaften 2022
und den European Championships in München

LEICHTATHLETIK





Sportfest-Termine 2023

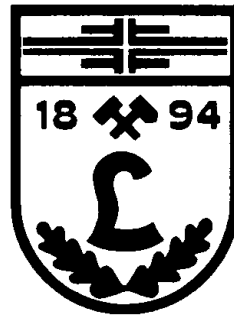
21. Januar



4. März



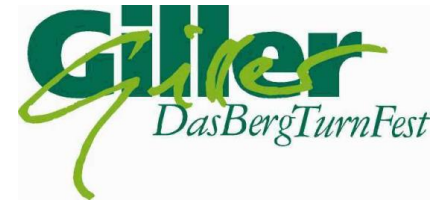
6. Mai



19. Mai



18. Juni



23. Juni



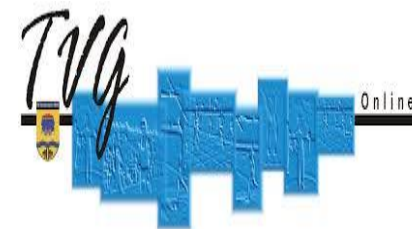
14. Juli



4. August



11. August



16. Sept.







Kaufen



Wohnfühlen



Bewerten & Verkaufen



Modernisieren & Renovieren



Bauen & Finanzieren



Mieten & Vermieten



wohnen-in-suedwestfalen.de

Morgen kann kommen.

Wir machen den Weg frei.



Von A wie Architekt, T wie Traumbadkonfigurator bis Z wie Zwischenfinanzierung – auf wohnen-in-suedwestfalen.de finden Sie alles, was Sie zum Wohnfühlen benötigen. Überzeugen Sie sich selbst!

Volksbank in Südwestfalen eG

Aktuelle Info's unter

www.siegerland-cup.de

Juli						
14 Freitag						
35. Abendsportfest in Vorwald in der Haubergsarena						
Navi-Adressen im Watzenseifen, 57271 Hilchenbach Meld-Adresse abend@tus-vormwald.de						
17:30	Haubergsarena	Weitsprung	Kugel	Vollball	Lauf	Stein
4-Kampf	M20	vom Balken	7,25kg			15kg
	M30 / M35					
	M40 / M45	a.d. Zone		2kg		
	M50 / M55	Zone oder Stand	6 kg	1,5kg	50m	
3-Kampf	M60 / M65	a.d. Stand	5 kg	1kg		
	M70 / M75	Stand oder Medizinball 1kg	4 kg	0,8kg		
	M80 u. älter		3 kg			
	F20	vom Balken				
4-Kampf	F30 / F35	a.d. Zone	4kg	1kg		
	F40 / F45	Zone oder Stand			50m	
	F50 / F55					
	F60 / F65	a.d. Stand	3kg	0,8kg		
3-Kampf	F70 u. älter	Stand oder Medizinball 0,8kg	2kg			

August						
4 Freitag						
Abendsportfest Sportanlage in der Wester						
Navi-Adressen im Bortling 20, 57319 Bad Berleburg Meld-Adresse barbara-ziegler@web.de						
17:30	in der Wester	Weitsprung	Kugel	Vollball	Lauf	Stein
4-Kampf	M20	vom Balken	7,25kg		100m	15kg
	M30 / M35					
	M40 / M45	a.d. Zone			75m	
	M50 / M55	Zone oder Stand	6 kg		10kg	
3-Kampf	M60 / M65	a.d. Stand	5 kg	1kg		
	M70 / M75	Stand oder Medizinball 1kg	4 kg	0,8kg	50m	
	M80 u. älter		3 kg			
	F20	vom Balken			100m	
4-Kampf	F30 / F35	a.d. Zone	4kg	1kg	75m	
	F40 / F45	Zone oder Stand				
	F50 / F55					
	F60 / F65	a.d. Stand	3kg	0,8kg	50m	
3-Kampf	F70 u. älter	Stand oder Medizinball 0,8kg	2kg			

Neu ab Altersklasse F70 Kugel 2kg

August						
11 Freitag						
Leichtathletik - Abendsportfest Rosengartensportplatz						
Navi-Adressen Am Rosengarten 58, 57080 Siegen Meld-Adresse volker.sollbach@bdk.de Tel. 0271/354013						
18:00	Sportplatz	Weitsprung	Kugel	Vollball	Lauf	Stein
4-Kampf	M20	vom Balken	7,25kg		100m	15kg
	M30 / M35					
	M40 / M45	a.d. Zone			75m	
	M50 / M55	Zone oder Stand	6 kg		10kg	
3-Kampf	M60 / M65	a.d. Stand	5 kg	1kg		
	M70 / M75	Stand oder Medizinball 1kg	4 kg	0,8kg	50m	
	M80 u. älter		3 kg			
	F20	vom Balken			100m	
4-Kampf	F30 / F35	a.d. Zone	4kg	1kg	75m	
	F40 / F45	Zone oder Stand				
	F50 / F55					
	F60 / F65	a.d. Stand	3kg	0,8kg	50m	
3-Kampf	F70 u. älter	Stand oder Medizinball 0,8kg	2kg			

September						
16 Samstag						
51. Hermann Karl Gedächtnistreffen Sportplatz Ortsmitte						
Navi-Adressen Schulstr. 1, 57271 Hilchenbach Meld-Adresse hk@tsg-helberhausen.de						
15:00	Sportplatz	Weitsprung	Kugel	Vollball	Lauf	Stein
4-Kampf	M20	vom Balken	7,25kg			15kg
	M30 / M35					
	M40 / M45	a.d. Zone			50m	10kg
	M50 / M55	Zone oder Stand	6 kg			
3-Kampf	M60 / M65	a.d. Stand	5 kg	1kg		
	M70 / M75	Stand oder Medizinball 1kg	4 kg	0,8kg		
	M80 u. älter		3 kg			
	F20	vom Balken			7,5kg	
4-Kampf	F30 / F35	a.d. Zone	4kg	1kg		
	F40 / F45	Zone oder Stand			50m	
	F50 / F55					
	F60 / F65	a.d. Stand	3kg	0,8kg		
3-Kampf	F70 u. älter	Stand oder Medizinball 0,8kg	2kg			

Neu ab Altersklasse F70 Kugel 2kg

LA-CUP 2023

Siegerland-Wittgenstein

- 21. Jan. Müsen
- 4. März Feudingen
- 6. Mai Littfeld
- 19. Mai Mundersbach
- 18. Juni Giller
- 23. Juni Arfeld
- 14. Juli Vormwald
- 04. Aug. Aue-Wingeshausen
- 11. Aug. Gosenbach
- 16. Sept. Helberhausen
- 25. Nov. Siegerehrung beim ADH Weidenau





Liebe Turnschwestern und Turnbrüder,

„Die Rückkehr zum Sport“,

verläuft langsam, das zeigen die Teilnehmerzahlen der diesjährigen Sportfeste. Wir haben große Anstrengungen vor uns, alle die, die sich umorientiert haben, wieder zurückzugewinnen. Der soziale Kontakt bei Sportfesten nimmt hier eine wichtige Rolle ein, denn es ist ganz, ganz wichtig, dass wir aus unseren Wohnungen wieder rauskommen und uns begegnen, dass wir uns auseinander setzen, dass wir miteinander reden. Mit 10 Sportfesten in 2023 gibt es hierzu reichlich Gelegenheit. Die LA-Cup Siegerliste wird aus der Summe aller Sportfestwertungen gebildet. Für die CUP-Wertung müssen mindestens 6 Sportfeste besucht werden. Die Meldegebühren wurden einheitlich auf 6€ festgelegt. Ansonsten gelten die Ausschreibungen aus dem LA-Cup Heft 2020 mit den an die Jahrgänge angepassten Altersklassen. Sollten aus aktuellem Anlass neue Auflagen bestehen, werden wir euch über die Webseiten der Veranstalter zeitnah informieren. Den aktuellen Stand der CUP-Wertung findet ihr immer auf unserer WEBSeite:

www.siegerland-cup.de

ARGE LA-Cup SiWi
Gerhard, Josef und Meinhard

Aktuelle Info's und

Ausschreibungen unter

www.siegerland-cup.de

Januar
21
Samstag

Leichtathletik Hallenwettkämpfe
beim TuS Müsen
57271 Hilchenbach
Schulturnhalle: am Egelsbruch 3,
Vereinshalle: Merklingshäuser Weg 3
Melde-Adresse
weber.tusmuesen@gmx.de



13:00	Vereinshalle	Kugel	Stein	Weitsprung
3-Kampf	M20	7,25kg	15kg	mit Anlauf
	M30 / M35			
	M40 / M45			
	M50 / M55	6kg	10kg	Anlauf od. Stand
3-Kampf	M60 / M65	5 kg	1kg	Stand
	M70 / M75	4 kg	0,8kg	Stand oder Medizinball 1Kg
	M80 u. älter	3 kg		
3-Kampf	F20	4kg	1kg	mit Anlauf in der Vereinshalle
	F30 - F35			
	F40 - F45	4kg	1kg	Stand
	F50 - F55			
3-Kampf	F60 - F65	3kg	0,8kg	Stand
	F70 u. älter	2kg	0,8kg	Stand oder Medizinball 0,8Kg

März
4
Samstag

Leichtathletik Hallenwettkämpfe
beim TV 08 Feudingen
57334 Bad Laasphe
Melde-Adresse
strack-sassmannshausen@t-online.de



13:15	Schulturnhalle	Weitsprung	Kugel	Vollball
3-Kampf	M20		7,25kg	2 Kg
	M30 / M35			
	M40 / M45	a.d. Stand		
	M50 / M55		6 kg	1,5 kg
3-Kampf	M60 / M65		5 kg	1kg
	M70 / M75	Stand oder Medizinball 1Kg	4 kg	0,8kg
	M80 u. älter		3 kg	
3-Kampf	F20		4kg	1kg
	F30 - F35			
	F40 - F45	a.d. Stand	3kg	0,8kg
	F50 - F55			
3-Kampf	F60 - F65			
	F70 u. älter	Stand oder Medizinball 0,8Kg	2kg	0,8kg

Neu ab Altersklasse F70 Kugel 2kg

Mai
6
Samstag

27. Karl Birkelbach Gedächtnistreffen
Sportplatz am Vereinsheim
Navi-Adressen
Adolf-Wurmbach-Straße 56,
57223 Kreuztal
Melde-Adresse
vorstand@tv-littfeld.de



15:00	Sportplatz	Weitsprung	Kugel	Vollball	Lauf
4-Kampf	M20	vom Balken			
	M30 / M35	vom Balken	7,25kg	2 Kg	
	M40 / M45	a.d. Zone			
	M50 / M55	Zone oder Stand	6 kg	1,5kg	50m
3-Kampf	M60 / M65	a.d. Stand	5 kg	1kg	
	M70 / M75	Stand oder Medizinball 1Kg	4 kg	0,8kg	
	M80 u. älter		3 kg		
3-Kampf	F20	vom Balken			
	F30 / F35	a.d. Zone	4kg	1kg	
	F40 / F45	Zone oder Stand			
	F50 / F55	a.d. Stand	3kg		50m
3-Kampf	F60 / F65			0,8kg	
	F70 u. älter	Stand oder Medizinball 0,8Kg	2kg		

Mai
19
Freitag

Leichtathletik-Abendsportfest
auf dem Dammicht
DJK Jahnschar
Mudersbach o.V.
Navi-Adressen
am Sportplatz, 57555 Mudersbach
Melde-Adresse
home@gerhard-blum.de



18:00	Sportplatz	Weitsprung	Kugel	Vollball	Lauf	Stein
4-Kampf	M20	vom Balken			100m	15kg
	M30 / M35	vom Balken	7,25kg		75m	
	M40 / M45	a.d. Zone				
	M50 / M55	Zone oder Stand	6 kg		10kg	
3-Kampf	M60 / M65	a.d. Stand	5 kg	1kg	50m	
	M70 / M75	Stand oder Medizinball 1Kg	4 kg	0,8kg		
	M80 u. älter		3 kg			
4-Kampf	F20	vom Balken			100m	
	F30 / F35	a.d. Zone	4kg	1kg	75m	
	F40 / F45	Zone oder Stand				
	F50 / F55	a.d. Stand	3kg			
3-Kampf	F60 / F65			0,8kg	50m	
	F70 u. älter	Stand oder Medizinball 0,8Kg	2kg			

Neu ab Altersklasse F70 Kugel 2kg

Juni
18
Sonntag

Giller Berg Turnfest
auf dem Giller
Navi-Adressen
Hof Ginsberg 3 57271 Hilchenbach
Melde-Adresse
info@tg-grund.de



10:00	Gillerplatz	Weitsprung	Kugel	Vollball	Lauf	Stein
3-Kampf	M20	vom Balken			100m	
	M30 / M35	a.d. Zone	7,25kg			15kg
	M40 / M45	a.d. Zone			75m	
	M50 / M55	Zone oder Stand	6 kg			10kg
3-Kampf	M60 / M65	a.d. Stand	5 kg	1kg		
	M70 / M75		4 kg	0,8kg	50m	
	M80 u. älter		3 kg			
3-Kampf	F20	vom Balken			100m	
	F30 / F35	a.d. Zone	4kg			
	F40 / F45	Zone oder Stand				
	F50 / F55	a.d. Stand	3kg		50m	
3-Kampf	F60 / F65			0,8kg		
	F70 u. älter		2kg			

Juni
23
Freitag

Abendsportfest
auf dem Köppel
Navi-Adressen
Stedenhofstrasse 1 57319 Bad Berleburg
Melde-Adresse
abendsportfest@tv-arfeld.de



18:00	Köppel	Weitsprung	Kugel	Vollball	Lauf	Stein
4-Kampf	M20	vom Balken			100m	15kg
	M30 / M35	vom Balken	7,25kg			
	M40 / M45	a.d. Zone		2kg	75m	
	M50 / M55	Zone oder Stand	6 kg	1,5kg		
3-Kampf	M60 / M65	a.d. Stand	5 kg	1kg	50m	
	M70 / M75	Stand oder Medizinball 1Kg	4 kg	0,8kg		
	M80 u. älter		3 kg			
3-Kampf	F20	vom Balken			100m	
	F30 / F35	a.d. Zone	4kg		75m	
	F40 / F45	Zone oder Stand		1kg		
	F50 / F55	a.d. Stand	3kg			
3-Kampf	F60 / F65			0,8kg	50m	
	F70 u. älter	Stand oder Medizinball 0,8Kg	2kg			

Neu ab Altersklasse F70 Kugel 2kg

Januar

21

Samstag

13:00	Vereinsturnhalle	
	3-Kampf	M20
		M30 / M35
		M40 / M45
		M50 / M55
13:00	Schulturnhalle	
	3-Kampf	M60 / M65
		M70 / M75
		M80 u. älter
15:30		F20

März

4

Samstag

13:15	Schulturnhalle	
	3-Kampf	M20
		M30 / M35
		M40 / M45
		M50 / M55
		M60 / M65
		M70 / M75
		M80 u. älter
14:45		F20
		F30 - F35

Mai

6

Samstag

15:00	Sportplatz	
	4-Kampf	M20
		M30 / M35
		M40 / M45
		M50 / M55
		M60 / M65
		M70 / M75
		M80 u. älter
15:00	3-Kampf	F20
		F30 / F35

Mai

19

Freitag

18:00	Sportplatz	
	4-Kampf	M20
		M30 / M35
		M40 / M45
		M50 / M55
17:00	3-Kampf	M60 / M65
		M70 / M75
		M80 u. älter
18:00	Kampf	F20
		F30 / F35

Juni

18

Sonntag

10:00	Gillerplatz	Weitsprung	Kugel	Vollball	Lauf	Stein
	3-Kampf	M20	vom Balken			
		M30 / M35	a.d. Zone	7,25kg	100m	15kg
		M40 / M45	a.d. Zone		75m	
		M50 / M55	Zone oder Stand	6 kg		10kg
	4-Kampf	M60 / M65		5 kg	1kg	
		M70 / M75	a.d. Stand	4 kg		
		M80 u. älter		3 kg	0,8kg	
10:00		F20	vom Balken		100m	
		F30 / F35	a.d. Zone	4kg		

Giller Berg Turnfest

auf dem Giller



Navi-Adressen
Hof Ginsberg 3 57271 Hilchenbach
Melde-Adresse
info@tg-grund.de



Juni

23

Freitag

18:00	Köppel	
	4-Kampf	M20
		M30 / M35
		M40 / M45
	3-Kampf	M50 / M55
		M60 / M65
		M70 / M75
		M80 u. älter
18:00		F20
		F30 / F35
		F40 / F45
		F50 / F55
		F60 / F65
		F70 u. älter

Juli

14

Freitag

17:30	Haubergsarena	
	4-Kampf	M20
		M30 / M35
		M40 / M45
	3-Kampf	M50 / M55
		M60 / M65
		M70 / M75
		M80 u. älter
17:30	4-Kampf	F20
		F30 / F35
		F40 / F45
		F50 / F55
		F60 / F65
		F70 u. älter

August

4

Freitag

17:30	in der Wester	
	4-Kampf	M20
		M30 / M35
		M40 / M45
		M50 / M55
	3-Kampf	M60 / M65
		M70 / M75
		M80 u. älter
17:30	4-Kampf	F20
		F30 / F35
		F40 / F45
		F50 / F55
		F60 / F65
		F70 u. älter

August

11

Freitag

18:00	Sportplatz	
	4-Kampf	M20
		M30 / M35
		M40 / M45
		M50 / M55
17:00	3-Kampf	M60 / M65
		M70 / M75
		M80 u. älter
18:00	4-Kampf	F20
		F30 / F35
		F40 / F45
		F50 / F55
17:00	3-Kampf	F60 / F65
		F70 u. älter

September

16

Samstag

15:00	Sportplatz	Weitsprung	Kugel	Vollball	Lauf	Stein
	4-Kampf	M20	vom Balken	7,25kg		15kg
		M30 / M35	a.d. Zone			
		M40 / M45	Zone oder Stand	6 kg	50m	10kg
		M50 / M55				
	3-Kampf	M60 / M65	a.d. Stand	5 kg	1kg	
		M70 / M75	Stand oder Medizinball 1Kg	4 kg	0,8kg	
		M80 u. älter		3 kg		
15:00	4-Kampf	F20	vom Balken			7,5kg
		F30 / F35	a.d. Zone	4kg		
		F40 / F45	Zone oder Stand		1kg	
	3-Kampf	F50 / F55	a.d. Stand	3kg	0,8kg	
		F60 / F65				
		F70 u. älter	Stand oder Medizinball 0,8Kg	2kg		

51.Hermann Karl Gedächtnistreffen

Sportplatz Ortsmitte

Navi-Adressen
Schulstr.1, 57271 Hilchenbach
Melde-Adresse
hk@tsg-helberhausen.de





Was ist neu 2023

1. Der TV Gosenbach wird ein Sportfest auf dem Rosengarten in Niederschelden ausrichten.
2. Für die Frauen-Altersklassen ab F70 wird das Kugelstoßgewicht auf 2 Kg festgelegt.
3. Die CUP-Wertung setzt sich aus der Summe alle Wertungspunkte zusammen. Für die Wertung müssen mind. 6 der 10 Sportfeste besucht werden.

Abschlussfeier 2023

zu Gast beim TuS ADH Weidenau

am Samstag, 18.11.2023 15 Uhr

In der ADH Turnhalle Köhlerweg 20

TuS AdH Weidenau e.V. 1897



LA-CUP 2023

Wir freuen uns auf ein
Wiedersehen
beim

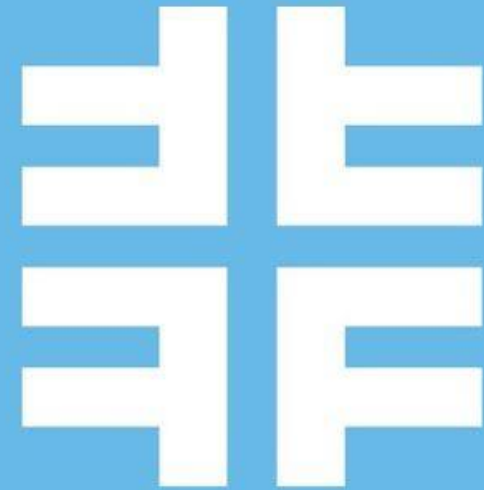
1. Sportfest
in Müsen
am 21. Januar 2023

Bleibt gesund !

1882

Unbedingt vormerken!
Landesturnfest 2023

Turnfest 20 Koblenz 23



Vom 8. Juni bis 11. Juni 2023





LIEBER
**GEMEINSAM
STARTEN!**

Als
**EINSAM
WARTEN.**

DU TUST ES FÜR DICH!
ABER NIEMALS ALLEIN.

DTB 
DEUTSCHER TURNER-BUND