



Liebe Mitglieder,

in diesem Rundschreiben haben wir wieder die wichtigsten Informationen für die diesjährige Laufsaison für euch zusammengefasst.

Die Sektion der Lauffreunde im Amateursportclub Sarntal hatte im Jahr 2018 220 Mitglieder (137 Erwachsene und 83 Kinder) und ist damit eine der mitgliederstärksten Sektionen im Verein.

Wir sind ein Freizeitverein der allen Sarner Laufbegeisterten offen steht. Bei Anfragen von Läufern welche nicht im Gemeindegebiet ansässig sind, entscheidet der Ausschuss von Fall zu Fall. Kriterien sind dabei der Bezug und die Einbringung in unserem Verein.

Tätigkeitsvorschau

Für das Jahr 2019 haben wir für euch folgendes Programm zusammengestellt:

- Wintersporttag
- 36. Sarner Dorflauf am Donnerstag, 25.04.2019
- Staffellauf am Freitag, 14.06.2019
- organisierte Fahrt zum 20. Cortina Toblach Run am Sonntag, 02.06.2019
- Labnis-Trail am Freitag, 30.08.2019
- Teilnahme am Montiggl Man am Samstag, 07.09.2019
- Sarner Meisterschaft (Kombiwertung Dorflauf & Labnis-Trail)
- Jahresabschlussfeier Ende November
- Training für Erwachsene
- Training für Kinder
- verschiedene Wanderungen und gemeinsame Unternehmungen
- gemeinsame Fahrten zu den Rennen
- Mithilfe bei Veranstaltungen: Südtirol Ultra Skyrace und Sarner Kirchtal

Detaillierte Infos bekommt ihr zum gegebenen Zeitpunkt.

Training Erwachsene und Jugend

Wie bereits im Dezember begonnen, werden wir das Training mit Albert Rungger bis Ende März immer am Samstagvormittag, Treffpunkt um 09.30 Uhr beim Sportheim, fortsetzen. Ab April wird das Training voraussichtlich wieder mittwochs um 18.30 Uhr stattfinden.

Rennanmeldung

Die Anmeldungen zu den FIDAL-Bergläufen und zu den VSS Dorfläufen werden vom Verein (Philipp Kemerater: FIDAL-Bergläufe/Karolina Thaler: VSS-Dorfläufe) vorgenommen. Bitte sich bis spätestens Donnerstag vor dem Rennwochenende, 18 Uhr melden (telefonisch oder Mail an lf.sarntal@gmail.com), damit wir die Anmeldung termingerecht vornehmen können.

Für alle anderen Rennen wird jeder Athlet gebeten, sich selbst anzumelden. Bei größeren Veranstaltungen oder bei Interesse von Seiten der Mitglieder machen wir gerne eine Sammelmeldung. Bitte sich hierfür frühzeitig beim Ausschuss melden.

Wir bitten euch bei den Anmeldungen den richtigen Namen des Vereins anzugeben und zwar „ASC L.F.SARNTAL RAIFFEISEN“.





FIDAL-Tesserierung

Der Verein kann die für viele Rennen geforderte FIDAL-Tesserierung nur vornehmen, wenn der Mitglieds- und FIDAL-Beitrag eingezahlt wurde und wir im Besitz eines aktuellen ärztlichen Zeugnisses sind. Die Tesserierung verfällt alljährlich am 31. Dezember und verliert ihre Gültigkeit auch mit Ablauf des ärztlichen Zeugnisses! Deshalb bitten wir euch, uns rechtzeitig ein gültiges Attest zu mailen.

Um die Datenschutzrichtlinien zu erfüllen verlangt die FIDAL seit heuer außerdem eine eigene Erklärung. Diese kann auf der Internetseite des Sportclubs <http://www.asc-sarntal.it/de/sektion/lauffreunde> heruntergeladen werden. Bitte ausfüllen und unterschrieben an lf.sarntal@gmail.com zurückschicken. Name und Steuernummer sind anzugeben. Im eingerahmten Kästchen kann „NO“ angekreuzt werden, das bezieht sich nur darauf, ob man Werbung geschickt bekommen will. Ohne diese Privacy Erklärung können wir keine Tesserierung vornehmen!

Ärztliches Zeugnis - Sportmedizinische Visite

Ein gültiges ärztliches Zeugnis ist Pflicht für alle Erwachsenen, Jugendlichen und Kinder, welche Rennen bestreiten oder am Training der Lauffreunde teilnehmen.

Für Kinder unter 12 Jahren kann das ärztliche Zeugnis vom Hausarzt ausgestellt werden.

Für Jugendliche über 12 Jahren und Erwachsene muss eine sportmedizinische Untersuchung gemacht werden. Der nächstgelegene Dienst für Sportmedizin befindet sich in der Marienlinik in Bozen (Tel: 0471/435630, Mail: medsportBZ@sabes.it). Die sportmedizinische Visite ist für Erwachsene kostenpflichtig, allerdings gilt für Mitglieder von Sportvereinen eine Ermäßigung, wenn bei der Visite eine Bestätigung über die Mitgliedschaft abgegeben wird. Meldet euch einfach bei uns und wir mailen euch das Formular zu. Die Kosten belaufen sich dann auf ca. 35€. Die Visite ist für Jugendliche unter 18 Jahren kostenlos.

Sportbus

Wie allen übrigen Sektionen stehen auch den Lauffreunden die Sportbusse zur Verfügung. Ab der Anzahl von mindestens 6 Mitgliedern kann der Bus für die Fahrt zu Rennen reserviert werden. Bis 250km übernimmt der Verein die Spesen, darüber hinaus ist ein kleiner Betrag (Kilometertarif Sportclub + ev. Autobahngebühr) zu entrichten. Die Anmeldung für die Reservierung übernimmt Petra Mair (338 1962936).

Medien

Wir sind stolz, dass wir so viele aktive Mitglieder haben und sind stets bemüht über alle Erfolge unserer Athleten zu berichten. Hierfür bitten wir euch, uns ein wenig zu unterstützen und uns über Teilnahmen an Veranstaltungen zu benachrichtigen. Meldet euch einfach bei Barbara Vasselai (340 5317889), wenn ihr Fotos habt, schickt diese mit einer kurzen Info einfach über WhatsApp und wir werden diese im Schaukasten beim Sportheim, im Sarnerblatt, auf Facebook und auf der Internetseite des Sportvereins (www.asc-sarntal.it) veröffentlichen.

Kontaktdaten

Da wir viele Infos per Mail zusenden und auch eine recht aktive WhatsApp-Gruppe haben, in der gemeinsame Fahrten zu Rennen oder Trainings organisiert werden, möchten wir jene Mitglieder der Lauffreunde bitten, die es noch nicht getan haben, ihre Handynummer und E-Mail Adresse an lf.sarntal@gmail.com zu schicken.

Sollte jemand Handynummer, E-Mail-Adresse oder Wohnadresse wechseln, bitten wir ebenfalls um eine kurze Mitteilung, damit wir die Kontaktdaten aktualisieren können.





INFOS FÜR DIE KINDER

Informationen zur Mitgliedschaft (Mindestalter 5 Jahre) und ärztliches Zeugnis (Pflicht) siehe oben!

Kindertraining

Für unsere kleinen Mitglieder wird das Training bis Ende März in der Turnhalle fortgesetzt (1x wöchentlich - freitags). Voraussichtlich ab 08.04.2019 beginnen wir dann wieder mit dem Training im Freien (2x wöchentlich – montags und donnerstags).

Die Kinder werden je nach Alter und Geschicklichkeit von den Trainerinnen in entsprechende Gruppen eingeteilt. Beim Training der Kinder mit Franziska und Sandra steht natürlich der Spaß an der Bewegung im Vordergrund.

Als Laufverein ist es aber auch unser Ziel, die Kinder spielerisch an den Laufsport heranzuführen. Deshalb wird Sandra zusätzlich zur Spielgruppe, ein Training speziell zur Rennvorbereitung für begeisterte Kinder anbieten.

Die Trainer

Franziska Thaler (Kinder Gruppe 1)
Sandra Sparer (Kinder Gruppe 2)
Albert Rungger (Erwachsene und Jugend)

Wir bitten euch pünktlich zum Training zu kommen!

Rennteilnahme

Auch heuer finden wieder einige Rennen statt, bei denen die Kinder- und Jugendlichen mitmachen können. Die Lauffreunde Sarntal organisieren wieder die gemeinsame Teilnahme an den VSS Stadt- und Dorfläufen, sowie an den Jugendbergläufen und an den Crossläufen.

Die Anmeldung übernimmt Karolina Thaler (bitte bis spätestens Donnerstag vor dem Renntag 18.00 Uhr mitteilen). Wir treffen uns vor jedem Rennen beim Sportheim, um eventuell Fahrgemeinschaften zu bilden. Uns steht für die Fahrt auch jeweils ein Sportbus zur Verfügung.

Näheres zu den einzelnen Rennen wird den Kindern mit einer Infoschrift beim Training und im Schaukasten beim Sportheim mitgeteilt.

Auch heuer prämiieren wir wieder unsere fleißigsten Läufer. Für die Teilnahme an 7 Rennen (Jugendbergläufe, Dorfläufe, Crossläufe) gibt es am Ende der Saison eine kleine Überraschung.

Wir hoffen auch in der diesjährigen Saison mit einer starken Rennmannschaft vertreten zu sein um auch heuer wieder das ein oder andere Mal die begehrte Mannschaftswertung ins Sarntal holen zu können.

Renntermine:

So, 03.03.2019	Crosslauf	Oberplanitzing	Sa, 25.05.2019	Dorflauf	Haidersee - Landesm.
So, 17.03.2019	Jugendberglauf	Kaltern-Altenburg	So, 02.06.2019	Dorflauf	Mals
So, 14.04.2019	Jugendberglauf	Mölten	Sa, 08.06.2019	Dorflauf	Prags
Do, 25.04.2019	Dorflauf	Sarnthein	Sa, 20.07.2019	Dorflauf	Sterzing
Mi, 01.05.2019	Dorflauf	Oberwienbach	Sa, 31.08.2019	Jugendberglauf	Deutschnofen
Sa, 04.05.2019	Jugendberglauf	Völser Weiher	So, 01.09.2019	Dorflauf	Sarnonico/Trient
Sa, 11.05.2019	Jugendberglauf	Oberplanitzing	Sa, 21.09.2019	Dorflauf	Glurns - Finale
Sa, 18.05.2019	Dorflauf	Verdings	So, 08.12.2019	Crosslauf	Bozen





Beiträge 2019

Erwachsene ab Jg.1999:

Mitgliedsbeitrag 25,-€

FIDAL-Tesserierung 20,-€

Training 50,-€

Jugend Jg.2000-2001:

Mitgliedsbeitrag 25,-€

FIDAL-Tesserierung 10,-€

Training 50,-€

Kinder/Jugend bis Jg.2002 (Mindestalter: Vollendung des 5. Lebensjahres):

Pauschal 50,-€

beinhaltet Mitgliedsbeitrag, Sommer- und Wintertraining, Begleitung und Teilnahme an VSS-Rennen, Jugendbergläufen und Crossläufen inkl. Fahrt, Nenngeld und FIDAL-Tesserierung

Bankverbindung IBAN:

ASC Sarntal Lauffreunde, Griesplatz 18, 39058 Sarnthein

Raiffeisenkasse Sarntal: **IT 96 C 08233 58870 000300019003**

Neuigkeiten und Infos gibt es auch laufend im Internet: <http://www.asc-sarntal.it/de/sektion/lauffreunde.html> und im Schaukasten beim Sportheim.

Schickt Eure Fragen, Anliegen und Wünsche an folgende E-Mail Adresse lf.sarntal@gmail.com.

Wir wünschen allen Mitgliedern der Lauffreunde, ob Groß oder Klein, ob Jung oder Alt, viel Erfolg und Spaß für die Laufsaison und freuen uns auch dieses Jahr wieder auf viele Teilnehmer!

mit sportlichen Grüßen,
euer Ausschuss

Philipp Kemenater - 333 8941834 (Präsident, FIDAL-Tesserierung, ärztl. Zeugnis, FIDAL-Bergläufe)

Rosa Trojer - 338 8723796 (Vizepräsidentin, Schriftführerin)

Karolina Thaler - 347 4951739 (Kinder/Jugend, VSS-Läufe, Bekleidung)

Petra Mair - 338 1962936 (Kinder/Jugend, Sportbus)

Barbara Vasselai - 340 5317889 (Kassa, Medien)

