



Konstis Laufnacht

**Samstag, 07. September 2024 in Freiburg
Seeparkstadion**

Am 25. April 2015 erschütterte uns die unfassbare Nachricht vom Tode unseres Freundes und hoffnungsvollen Nachwuchsläufers Konstantin Kulke. Seither ist nichts mehr, wie es war und die entstandene Lücke in unserer Mitte wird nicht zu schließen sein. In zahlreichen Augenblicken und Laufmomenten konnten wir dennoch Konstis „Präsenz“ spüren, von den ersten Kreis-Wettkämpfen zur Trauerbewältigung bis hin zu den Deutschen Jugendmeisterschaften oder zu den U18-Weltmeisterschaften 2015. In diesen Momenten reifte in uns der Entschluss, Konsti ein „sportliches“ Andenken zu bewahren.

Bereits zum 8. Mal laden wir alle Leichtathlet*innen aus Nah und Fern herzlich dazu ein, gemeinsam mit uns in Konstis Sinne einen bunten, fröhlichen und sportlichen Abend im Stadion zu verbringen und dabei die Leidenschaft für unsere Sportart zu teilen, die er so geliebt hat. Mit selten angebotenen Disziplinen wie dem Bahngehen und den 10.000m und innovativen Formaten wie der Freiburger Meile als Elimination Race tragen wir Konstis Freude an vielfältigen Laufdisziplinen Rechnung. In der „late season“ werden wir zudem die 1.000m für alle Klassen öffnen.

Highlights:

Neu: 100m und 200m, sowie die 1.000m - als Vorbereitung auf die DM Langstaffel in Sindelfingen.

Die Freiburger Meile als Elimination Race! Der Modus ist simpel: nach jeder der ersten drei Runden scheidet der/die Letztplatzierte im Feld aus – gleichzeitig gibt es für den Führenden nach jeder Runde eine Sonderpreise (nur für Finisher!). **Euer taktisches Geschick ist ebenso gefordert wie Euer läuferisches Können.**

Dazu wieder im Programm: 3.000m Bahngehen und die 1.000m als Jugend-Förderlauf der U16!

Zur Förderung der besten Nachwuchsläuferinnen und -läufer werden für die jeweils drei Erstplatzierten der weiblichen und männlichen Jugend (gemeinsame Wertung U18&U20!) Prämien ausgeben: 1. Platz 100,-- € / 2. Platz 50,-- € / 3. Platz 25,-- €

10.000m: 25 Runden für alle Läufer*innen (gemischte Läufe, bitte aktuelles Leistungsvermögen am Stellplatz angeben) – ideal zur Vorbereitung auf die DM Halbmarathon in Hamburg.

Grusswort

Liebe Athlet*innen, liebe Trainerkolleg*innen,
ich freue mich, Euch in diesem Jahr zu Konstis Laufnacht einladen zu dürfen – anders als sonst treffen wir uns in diesem Jahr nicht im Juni im altherwürdigen Freiburger Seeparkstadion, welches aufgrund des schlechten Zustandes kurzfristig gesperrt worden war, sondern müssen auf die „late season“ ausweichen. Da wir hier mit den DM Langstaffel und den DM Halbmarathon zwei Meisterschaftshöhepunkte auf dem Plan haben, passt unser besonderes Meeting am Flückiger See hervorragend in die unmittelbare Vorbereitung. Die Anlage ist zumindest soweit geflickt, dass wir guter Hoffnung sind, Euch einen würdigen Rahmen bieten zu können und uns bei entsprechenden Wetterbedingungen auf den bekannt guten Zuspruch regionaler und nationaler Spitzenläufer*innen und -geher*innen freuen zu dürfen. Natürlich wünschen wir uns für die nahe Zukunft eine grundlegende Modernisierung des zentralen Freiburger Leichtathletikstadions durch die „Sportstadt“ Freiburg.

Auch 2024 werden wir die Initiative für den Gehsport weiterführen und das 3000m-Bahngehen als offiziellen Wettbewerb anbieten und hoffen, damit einen Beitrag zur Weiterentwicklung dieser Disziplin leisten zu können. Wir hoffen zudem, dass auch die zahlreichen Geherinnen und Geher aus dem benachbarten Frankreich einen Start bei uns in Erwägung ziehen.

Aber auch den Athlet*innen in allen anderen Disziplinen wollen wir natürlich wieder die gewohnt guten Bedingungen bieten – und gehen in diesem Jahr mit der Freiburger Meile als Elimination Race einen neuen Weg. In Anlehnung an den Radsport schaffen wir mit den ausgelobten Rundenpreisen und dem Ausscheiden der/des jeweils Letztplatzierten im Feld die Anreize für spektakuläre Rennen.

Das 1.000m-Rennen wird erneut als Jugend-Förderlauf durchgeführt und erstmals gibt es für die U16 eine Prämierung.

Ich bedanke mich an dieser Stelle bei unseren Sponsoren und Förderern, der Stadt Freiburg, den regionalen und nationalen Verbänden, den Kampfrichtern, den Bundes-, Landes- und Vereinstrainern sowie den vielen Athletinnen und Athleten aus dem In- und Ausland für die jahrelange Unterstützung und die gute Zusammenarbeit.

Das gesamte Team des LAC Freiburg freut sich auf Euer Kommen und wünscht Euch bis zum 7. September viele gute Trainingseinheiten.

Mit sportlichen Grüßen



Johannes Eisele
1. Vorsitzender



Ensinger
Die Erfrischung deines Lebens



CitySport
DER Freiburger Laufladen



Sparkasse

Ausschreibung

Veranstalter: Leichtathletik Club Freiburg e.V.

Termin: Samstag, 7. September 2024

Ort: Seeparkstadion (Nähe Falkenberger Str./Ensisheimer Str.)

Beginn: 11:00 Uhr

Teilnahmeberechtigung: Teilnahmeberechtigt sind ausschließlich Athlet*innen mit gültigem Startrecht gemäß DLO.

Teilnehmerbegrenzung: Das Stadion verfügt über 6 Rundbahnen und 8 Sprintbahnen, die Läufe werden entsprechend als Zeitläufe durchgeführt.

Wettbewerbe:

M12/M13: 75m, 2.000m, 1.000m BG

M14/M15: 100m, 1.000m, 2.000m, 1.000m BG

MJ U14: 4x75m

MJ U16: 4x100m

MJ U18&MJU20: 100m, 200m, 1 Meile, 10.000m, 4x100m, 3.000m BG

Männer: 100m, 200m, 1 Meile, 10.000m, 4x100m, 3.000m BG

W12/W13: 75m, 2.000m, 1.000m BG

W14/W15: 100m, 1.000m, 2.000m, 1.000m BG

WJ U14: 4x75m

WJ U16: 4x100m

WJ U18/WJU20: 100m, 200m, 1 Meile, 10.000m, 4x100m, 3.000m BG

Frauen: 100m, 200m, 1 Meile, 10.000m, 4x100m, 3.000m BG

Meldungen: online unter: www.ladv.de

Meldeschluss: **Dienstag, 3. September 2024, 23:59 Uhr auf ladv.de**

Organisationsgebühren: Einzel: 10 € (U14&U16: 6 €) je Disziplin – Staffeln: 15 €

Wir bitten um kontaktlose Zahlung per Überweisung mit dem Zahlungsziel 3. September 2024 auf das Konto IBAN: **DE44 6805 0101 0013 6998 24**, Sparkasse Freiburg, Inhaber: LAC Freiburg; als Verwendungszweck bitte unbedingt Vereins- oder Athletenname angeben.

Erst mit Eingang der Zahlung ist die Anmeldung gültig! Nachmeldungen sind nicht möglich.

Umkleide/Dusche/WC: Stehen in ausreichender Zahl im Stadion zur Verfügung – bitte lasst keine Gegenstände und insbesondere Wertsachen in den Umkleiden liegen.

Warm-Up: Im Parkgelände Am Dorfbach, der Innenraum ist für den Warm-Up gesperrt.

Startnummernausgabe: Am Eingang vor dem Stadion

Startnummern: Sind bei allen Wettkämpfen auf der Brust zu tragen

Zeitmessung: Es erfolgt elektronische Zeitmessung

Spikes: Es dürfen nur Spikes bis 6mm Dornen getragen werden

Siegerehrung: nur für die Freiburger Meile und den 1.000m Jugend-Förderlauf

Catering: Für das leibliche Wohl ist durch die Initiative des LAC-Elternkreises gesorgt

Zuschauer: Sind herzlich willkommen, der Eintritt ist frei – wir freuen uns über freiwillige Beiträge in die Spendenkasse zu Gunsten der Vereinsjugend.

Haftung: Der Veranstalter haftet nicht für Unfälle und Diebstähle jedweder Art.

Durchführungshinweise:

- Alle altersgemischten Läufe werden nach Bestleistung gesetzt – bitte unbedingt Meldeleistungen angeben, damit die Läufe sinnvoll gesetzt werden können (für die Meile die 1500m-PB).

- M11 und W11 sind nicht startberechtigt

Es gelten die Bestimmungen der DLO

Aktuelle Informationen unter www.lac-freiburg.de oder auf www.ladv.de

Für Konstantin

2.9.1997 - 25.4.2015