

# Die Jugend im Lauftreff

Die laufbegeisterten Kinder und Jugendlichen sind mit viel Spaß dabei

» Die Motivation unseres gut ausgebildeten Trainerinnen-Teams (Kirsten Baumann, Katrin Zelßmann, Uta Groeper und Jana Neeffe) schwappt auf die Kinder und Jugendlichen über. Sie nehmen gerne weitere Jungs und Mädels mit auf einen sportlichen Weg, der nicht nur aus Laufen besteht. Spiele, Spaß haben, Leichtathletik, Gemeinschaft und Bewegung ohne Leistungsdruck stehen im Vordergrund.



Jahresabschlussfeier der Jugend



Heißes Rennen in Dagersheim für Paulina, Lucas, Tim und Leon-Moritz



Lara, Greta, Jule, Antonia, Malin, Paulina, Lucas, Leon-Moritz, Benjamin und Tim



Lauftreff-Kids bei der Markungsputzete



Kinderlauftreff: Vor den Sommerferien in der Eisdielen



Im Winter wird erst gelaufen, dann geht's in die Halle



Schlittschuh laufen im Polaron Bad Liebenzell

# Das Lauffreff-Jahr 2023

Volksläufe, Hallentraining, Gruppenveranstaltungen aller Art, Helfereinsätze - es war wieder viel los in 2023

» Auch wenn die Kuppinger auf den Breitensportveranstaltungen in der Gegend nicht so sehr in Massen auftreten - im benachbarten Frankreich haben sie es geschafft mit dem Gruppenfoto sogar auf der Instagram-Seite des Veranstalters zu erscheinen ... dass sie dabei als „unsere Belgier“ bezeichnet wurden, störte keinen. Neben dem Highlight „Beaujolais Marathon“ war aber auch sonst noch einiges los beim Lauffreff.

## • Volksläufe in der Gegend

Das Angebot an Volksläufen in der näheren Umgebung ist groß. Und immer wieder mischen wir mit.



Das Hallentraining ist anstrengend, macht aber auch viel Spaß



Bruno beim Nikolauslauf in Tübingen



Kirsten beim Speedrace in Dagersheim

Die Lauf- und Sprintübungen oder Kraft- und Koordinationsübungen mit dem Medizinball sind dadurch leider nicht zu ersetzen.

Dennoch schafft es Kirsten Baumann im Winter Woche für Woche den Teilnehmern noch tagelang nach dem Training aufzuzeigen, wo man überall Muskeln im Körper hat. Und am Ende der Wintersaison sind diese dann auch wieder so gut trainiert, dass sie nicht mehr schmerzen.

## • Rundum-Wanderung zum Helferfest an der Kuppinger Grillhütte

Die Lauffreffer können schaffen, laufen, walken und feiern. Gerne bringen sie dabei alles unter einen Hut. Ende Juli fand ein Helferfest für alle statt. Dabei schweifen sie nicht immer in die Ferne, sondern blieben manchmal auch ganz, ganz nah.

Das Organisationskomitee, bestehend aus Kirsten Baumann, Ulli Munz, Petra Mikolaizak und Stefanie Vollmer, hatte sich mit der Rundum-

Wanderung was Besonderes einfällen lassen.



Orga-Team Stefanie, Kirsten, Ulli, Petra Über den Oberjesinger Sportplatz stieß die Wander-Gruppe auf den Sulzer Gemarkungsweg. Diesem folgten sie bis in heimische Gefilde! Durch den Kuppinger Wald, auf den Tierpfaden des „eigenen Laufparks“ marschierten sie bis zur Grillhütte.



Mercaden Lauf in Böblingen: Steffi und Malin Kempf, Katrin und Hagen Zellmann, Annette Sasse

## • Hallentraining Gemeindehalle

Die Gemeindehalle ist für viele unserer geliebten Trainingseinheiten zu klein, da kommt man schon auch mal auf dumme Gedanken. In bester Erinnerung ans Kinderturnen fahren wir uns auf dem Mattenwagen in den Geräteraum, allerdings ohne singen!



Start an der Gemeindehalle mit noch unbekannter Route

Dort wartete bereits der Flammkuchen-Wagen des Escargot Services auf die Hungrigen. Wer wollte, konnte auch erst dort dazustoßen und rein den geselligen Teil auskosten. Großartige Sache, die beweist, dass das Gute manchmal auch ganz nah liegt!

• **Schaffen, Laufen, Walken, Feiern**  
 Schönbuch Trophy, Vollmond Run, Sportabzeichen, After Work Party, Saisonabschlussfeier, Glühweinlauf, Silvesterlauf und vieles mehr - beim Lauffreff gibt es alles.

Das ganze Jahr ist gespickt mit tollen Events, die allen sehr viel Spaß machen.



Flammkuchen-Abschluss an der Grillhütte



Helfereinsatz Schönbuch Trophy



Beim Vollmond Run durch gelbe Rapsfelder



Frauenpower bei der After Work Party



Sportabzeichen-Verleihung beim Saisonabschluss



Glühweinlauf: Liesel schenkt den Glühwein aus



Glühweinlauf-Treffen - diesmal mit Schnee

LILIA

KOSMETIK

Gesichtsbehandlungen

mit innovativer Wirkstoffkosmetik

Micro-Needling

Wimpernverlängerung

Permanent-Make-up

Shellac

Slimyonik

Schöner Körper – top in Form

Find us on:  
facebook.

Lilia Kosmetikstudio Herrenberg

Lilia Kosmetik Inh. Natascha Neuffer

Oberjesinger Str. 52 - 71083 Herrenberg

telefon: 07032-916113 mobil: 0172-7102540

www.liliakosmetik.de - n@liliakosmetik.de



Silvesterlauf  
des Lauffreffs



**Wer Lust hat, bei uns mitzulaufen oder mitzuwalken**, kann sich jederzeit an die Lauffreffler wenden. Gerne dürft ihr vorher anrufen oder einfach im Training vorbeikommen. Was ihr euch auf alle Fälle nicht entgehen lassen solltet:

**Mondfängerlauf am 12. Okt. 2024**  
Mitmachen beim Heimspiel in Kuppingen, egal ob jung oder alt, egal ob im Team oder allein, egal ob zwei oder drei Runden

TSV KUPPINGEN – LAUFFREFF - TERMINE 2024	
Freitag, 16.02.2024	Jahreshauptversammlung Lauffreff im Sportheim, 20:00 Uhr
Freitag, 22.03.2024	Jahreshauptversammlung des TSV Gesamtvereins, 19:00 Uhr, Sportheim
Samstag, 23.03.2024	Start Einsteigerkurs Laufen, 16 Termine, samstags und mittwochs, 8 Wochen, Kurs-Ende: 18.05.2024, Anmeldung erwünscht
Dienstag, 09.04.2024 - 25.06.2024	Start loses Intervalltraining mit Kirsten im Herrenberger Stadion, 10 Abende, Anmeldung erforderlich
Mittwoch, 24.04.2024	Moon Walk bzw. Vollmond Run, Start 19:00 Uhr Marktplatz Kuppingen
Samstag, 08.06.2024	Lauffreff-Ausflug mit Genuss Wanderung
Samstag, 29.06.2024	100 km Herrenberger Altstadtlauf
Dienstag, 02.07.2024	Start Sportabzeichen (3 Termine, Anmeldung erwünscht)
Samstag, 12.10.2024	14. Kuppinger Mondfängerlauf
Samstag, 07.12.2024	15:00 Uhr, Glühweinlauf (Laufen und Walken)
Dienstag, 31.12.2024	15:00 Uhr, Silvesterlauf (Laufen und Walken)

Noch nicht fixierte Termine und Änderungen werden über den Lauffreff-Email-Verteiler, die Homepage [www.tsvkuppingen.de](http://www.tsvkuppingen.de), das Amtsblatt und unsere Social Media Kanäle publiziert.  
Instagram: [tsvkuppingen.lauffreff](https://www.instagram.com/tsvkuppingen.lauffreff)

Kommen  
und  
staunen!

Maßatelier

## Melanie Weimper Damenschneidermeisterin

- Maßkleidung & Änderungen
- Kurzwaren
- Nähmaschinen & Zubehör
- Nähmaschinen-Reparatur-Annahme



Jettinger Str. 35 • 71083 Herrenberg  
(Kuppingen) • Tel. 07032 33700  
[www.naehmaschinen-herrenberg.de](http://www.naehmaschinen-herrenberg.de)

# EINSTEIGERKURS 2024

23. MÄRZ BIS 18. MAI



## Für Einsteiger und Wieder-Einsteiger

Sie würden gerne wieder laufen/walken, aber trauen es sich alleine nicht zu?  
In kleinen, leistungsangepassten Gruppen starten wir mit Ihnen unter fachlicher  
Anleitung und helfen Ihnen beim Einstieg und beim Besser-werden!

### Kurstage

Kursbeginn: 23. März | 16:30 Uhr

danach...

Samstags: 17 Uhr bis ca.18 Uhr

Mittwochs: 19 Uhr bis ca. 20 Uhr

### Kursort

Sportheim TSV Kuppigen

Martinslehe 1

71083 Herrenberg - Kuppigen

### Teilnehmer

Min. 10, max. 20 Teilnehmer:innen pro Kurs

### Kursziel

Min. 30 min Laufen ohne Pause

### Kursgebühr

zu zahlen bei Kursbeginn

**50 €** (25 € für Mitglieder des TSV Kuppigen)

### Kontakt

Erich Kienle

Südstraße 11, 71083 Herrenberg

07032 33465

e.kienle@t-online.de

www.tsvkuppigen.de/lauftreff

---

## Anmeldung

Anmeldung erwünscht bis 20. März 2024.

Die Kursgebühr entrichten Sie bei Beginn des Kurses. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.

\_\_\_\_\_  
Vorname

\_\_\_\_\_  
Name

\_\_\_\_\_  
Straße, Hausnummer

\_\_\_\_\_  
PLZ, Ort

\_\_\_\_\_  
Telefon

\_\_\_\_\_  
E-Mail

- Ich bin gesundheitlich fit
- Ich habe einen Arzt über mein gesundheitliches Befinden befragt
- Ich werde noch einen Termin mit meinem Arzt vereinbaren
- Ich habe gesundheitliche Beeinträchtigungen: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift



# Das Highlight: Marathon du Beaujolais

Das Lauffreff-Highlight des Jahres war die Reise zum Beaujolais Marathon nach Villefranche in Frankreich

» „Marathon du Beaujolais - eine Läuferparty mit närrischem Flair“



Jährlich im November, am Wochenende nach dem offiziellen Fassanstich des „Beaujolais Nouveau“, findet in Frankreichs Wein-Metropole Villefranche der legendäre Marathon du Beaujolais statt. Unter dem Motto „So run, so fun, so Beaujolais!“ waren im Jahr 2023 über 23.000 Sportler in den Weinanbaugebieten unterwegs. Mitten unter ihnen mischte eine ganze Horde Kuppinger Laufsportbegeisterter mit.

Eingebettet in ein attraktives Rahmenprogramm aus privater Pasta-Party, einem typisch französischen Abend und einer Weinprobe freuten sich die nahezu 50 Teilnehmer des TSV Lauffreffs über das gelungene Wochenende. Möglich machte dies der Kuppinger Luc Brouilly, offizieller

Repräsentant der „Compagnons du Beaujolais“. In Zusammenarbeit mit Clivia Schuker, Abteilungsleiterin des Lauffreffs, organisierte er die geselligen Events in Villefranche rund um den außergewöhnlichen Lauf.

Der Beaujolais Marathon ist in der Tat außergewöhnlich und wie für die Mondfänger vom Lauffreff des TSV Kuppinger gemacht. „Hier ist für jeden von uns was dabei, egal welches Ziel man hat“, bringt es Thomas Schuker auf den Punkt. Die angebotenen Distanzen sind 13 km, Halbmarathon oder auch die komplette Distanz über 42 km. Durch die moderaten Ziel-Schluss-Zeiten ist der Wettbewerb auch für die große Walking-Abteilung des TSV äußerst attraktiv.

Gut 80 Prozent aller Teilnehmer bestreiten den Lauf kostümiert. Dabei sind der Fantasie keine Grenzen gesetzt. Die Kuppinger starteten im einheitlichen Lauf-Shirt, mit extra erstelltem Logo. Unter all den närrischen Kostümen fielen sie mit dieser Standard-Bekleidung regelrecht aus dem Rahmen. „Wir sind total underdressed“, stellte Steffi Kempf nüchtern fest. Tatsächlich kam man aus

dem Staunen nicht mehr raus. In aufgeblasenen Dino-Kostümen, ein Männer-Club in Charleston-Kleidchen, ein ägyptisches Volk, die ganze Schlumpf-Familie oder gar Skifahrer die mit geschulterten Brettern unterwegs waren. Beim Beaujolais Marathon aufzufallen ist in der Tat schwierig.



80% der Teilnehmer waren kostümiert

Auch durch persönliche Spitzenzeiten herauszuragen ist niemals das TSV-Ziel bei dieser Marathon-Reise. Die üppige Verköstigung, stets verbunden mit „ein bisschen Party machen“, das kostet so manche Minuten. Durch Weinkeller laufen,



Die große Gruppe Kuppinger Lauffreffler beim Beaujolais Marathon

auf dem roten Teppich in den Schlossgarten oder über die Beaujolais-Meile dem Ziel entgegen - immer wieder gab es die Chance auf ein Schlückchen „Roten“, auf ein Rippchen Schokolade, auf eine typisch französische Wurst oder Käse. Die Stimmung wurde allerorts durch Trommler, Blaskapellen und Live-Bands angeheizt. Da wurde unterwegs immer mal kurz mitgesungen und mitgetanzt. Unbeschreibliche Glücksgefühle hatten die Kuppinger im Ziel alle. Unabhängig von der Distanz, die hinter ihnen lag und unabhängig davon, ob sie als Läufer oder Walker unterwegs waren.



Die Lichtershow mit großem Feuerwerk über dem Rathaus-Turm rundete das Lauferlebnis ab und setzte dem Lauftag noch ein Sahnehäubchen auf.

• **Trainingslauf für den Beaujolais Marathon**

Weil Erfahrung mit dem Beaujolais Marathon vorhanden ist, wurde auch für diese Ausfahrt wieder fleißig trainiert. Im Kuppinger Laufpark konnten die unterschiedlichen Distanzen unter „realen Bedingungen“ getestet werden. Unsere Jugend (Malin und Jule Kempf sowie Hannah Groeper) hatte einen Verpflegungsstand betreut und auch Volker Beneke und Marcus Baumann verwöhnten alle Läufer und Walker mit flüssigen und festen Leckereien, nicht nur die, die den Beaujolais Marathon im Terminplan hatten.



Beaujolais Stand im Laufpark Kuppingen



Großer Andrang in den Weinkeller hinein



TSV-Walking-Gruppe (13 km)



Unsere Halbmarathon-Läuferinnen



Und im Weinkeller ging die Party ab



**Naturseifen**  
ca-su.de

**Körperseifen**    Haarseifen



Zubehör    **Sonderanfertigungen**  
**Seifenhalter**    Geschenke  
Seifenschalen    Körperbürsten

Caroline Supper    Planstr. 10    71083 Herrenberg  
info@ca-su.de    0176 / 201 200 84

# Mondfängerlauf - spektakulär & kultig

Der 13. Kuppinger Mondfängerlauf zog wieder viele Teilnehmer an und war einmal mehr ein super Event

» Es wuselte auf ein Neues im ganzen Ort! Die Voranmeldezahlen ließen es erahnen - bereits bei den Bambini- und Schülerläufen sollte es Teilnehmerrekorde geben. Dass jedoch auch im Haupt- und Jedermannlauf die Schlange am Nachmelde-Schalter nicht enden wollte, damit hatten die Organisatoren des Lauffreffs nicht gerechnet. Zudem das Wetter noch während des Aufbaus alles andere als einladend aussah. Mit fast 900 Teilnehmern über alle Wettbewerbe waren die Verantwortlichen um Clivia Schucker und Erich Kienle mehr als zufrieden. Und just zum Start der kleinsten feierte die Sonne dann auch ihr Comeback - einem strahlenden Laufabend stand nichts mehr im Wege!



Stark vertreten - die Kuppinger Grundschüler mit den orangefarbenen Shirts



Eine riesige Zuschauer Kulisse bei den Kleinsten



Männliches Sieger-Trio mit dem Kuppinger Christian Burkhardt in der Mitte



Stolze Finisherin des Bambini Laufs, Erich Kienles Enkelin Lilly

Die Resonanz der Sportler war durchweg positiv, die liebevolle und aufwendige Organisation sowie das außerordentlich hohe ehrenamtliche Engagement aller Beteiligten, wurden vielfach gelobt. „Kuppingen ist einfach der schönste und auch der stimmungsvollste Lauf des Schönbuch Cups“ attestiert der in Kuppingen lebende Christian Burkhardt. Und genau er muss es wissen. Er hatte bereits vier von sechs Läufen der Serie hinter sich und stand vor dem Mondfängerlauf schon als Cup-Sieger fest.

### • Der Nachwuchs läuft

Seit vielen Jahren steht der Mondfängerlauf bei den Sportklassen der Jerg Ratgeb Realschule auf dem Lernplan. Dass sie ordentlich was draufhaben, stellten sie in Kuppingen abermals unter Beweis. 2023 waren

die Grundschulen Oberjesingen und Kuppingen bei den Schülerläufen ebenfalls stark vertreten. Lasse Galli absolviert sein Freiwilliges Soziales Jahr an der Kuppinger Karl-Kühnle-Grundschule und hat die Organisation und das Training mit dem Nachwuchs in die Hand genommen. Super Sache! Fast die Hälfte aller Finisher starteten bei den Bambini und Schülerläufen – das lässt auf einen motivierten Läufer Nachwuchs hoffen!

### • Der Mondfängerlauf - Eine Besonderheit - Dank der Stimmungsnetze

Genau diese machen unseren Lauf so reizvoll. Freundeskreise, die Kirchen, Vereine - alle tragen zum Erfolg bei. Es ist eine vorbildhafte Zusammenarbeit, von der mancherorts nur geträumt wird.



• **Unschlagbar - Das Helferteam**

Sponsoren, die FFW Affstätt und Kuppingen und das DRK unterstützen den Lauftreff Jahr um Jahr, dafür ein herzliches Dankeschön! Das größte Dankeschön geht an die weit über 50 Helfer des Lauftreffs. Alle kennen ihren Verantwortungsbereich, denken und schaffen mit und tragen zum riesigen Erfolg des Mondfängerlaufes bei.



Jeder einzelne Streckenposten ist wichtig



Viel los bei der Startnummernausgabe



Marion Zink



Geschwister Duo  
Oliver und Viktoria  
Zelßmann



# WIR FEUERN AN: UNSEREN HOLZBACKOFEN – UND DEN TSV KUPPINGEN



**Wuschel wünscht eine tolle Saison!**

**WUSCHELS BACKSTUB** | Daimlerstraße 15 | 75392 Deckenpfronn  
Tel. 07056 932977-0 | [www.wuschels-backstub.de](http://www.wuschels-backstub.de)



**BROT. FEUER. LEIDENSCHAFT.**