

# TuS-Läufer

[www.tus-griesheim.de](http://www.tus-griesheim.de)

## Aus dem Vorstand

Da die „verlängerte“ Amtszeit von Edmund Mühlhans als Abteilungsleiter zum Jahresende endet, wurde für den 8.12.09 eine Vorstandssitzung einberufen. Hauptthema ist die Besetzung der Abteilungsleiterposition. Gäste, die an einer Mitarbeit im Vorstand interessiert sind, sind willkommen. Die Sitzung findet im TuS-Heim ab 20 Uhr statt.

## Cross + Silvester

Zweimal sind einige von uns bei eigenen Veranstaltungen gefordert. **Crosslauf + Duathlon** am Ring in Hockenheim, am Sonntag **13. Dezember**. Zum zweiten Mal heißt es am Ring: „auf die Plätze fertig CROSS“. Und wer noch nicht genug hat, kann sich mittags zum Duathlon anmelden.

Wiederaufleben lassen wir nach 31 Jahren den damals beliebten **Silvesterlauf**. Natürlich am **31. Dezember**. Es gibt für Alle die richtige Strecke, auch eine 5-km-Strecke. Der Silvester-Zehner ist sogar amtlich vermessen. Bei beiden Veranstaltungen heißt es für uns TuS-Helfer: „*helfen – laufen - helfen*“. Also, meldet euch an!

## Weitere Läufe

5.12. Jügesheim, 10 km, 15 Uhr  
 6.12. Weiterstadt, 5 + 10 km, ab 10 Uhr  
 12.12. Frankfurt, Cross am Bornheimer Hang  
 12.12. Reinheim, 10 km, 14 Uhr  
**13.12. Cross am Ring - TuS Griesheim**  
 19.12. Seligenstadt, 5 + 10 km, ab 14.20 Uhr  
 27.12. Frankfurt, 10 km, 12 Uhr  
**31.12. Griesheimer Silvesterlauf**

**Hinweis:** Bitte (auch wegen der Mannschaftswertung!) immer mit einheitlicher Vereins-schreibweise melden: **TuS Griesheim**

## Runde Geburtstage

20.12. Karin Krestan - 50 Jahre

31.12. Axel Seipel - 60 Jahre



Für jeden

Etwas



Wir gratulieren recht herzlich und natürlich auch allen anderen Dezember-Geburtstagskindern.

## Einladung zum Kühkopf-Erlebnislaufer

**Treffpunkt:** Erfelden, Rheinallee, Kanuhaus  
**Parken:** Parkplatz vor der Brücke bzw. Rheinallee  
**Start:** 14 Uhr an der Altrheinbrücke  
**Laufstrecken:** 12 und 18 km (je 2 Gruppen)  
**Walking, Nordic Walking:** 8 km, kürzere Strecken möglich  
**Anmeldung:**  
 Tel.: Friedrich Heger 06155-5235

Kuchenspenden und/oder Salatspenden werden gerne entgegen genommen, und bitte die Spenden zur Koordination bei der Anmeldung mit angeben.

Siehe hierzu auch die gesonderte Einladung.

A. o. G. Heinz Heitzenröder