



LVN-Newsletter
Mai 2025
Aktuelles aus der Verbandsarbeit

Liebe Freunde des LVN,

die Freiluftsaison hat die Vereine, die Regionen und den LVN inzwischen wieder voll im Griff und wie man so hört, zeichnen sich überall erfreuliche Meldezahlen und Ergebnisse ab. Wir sind alle sehr gespannt, wie sich das bei den Deutschen Jugendmeisterschaften niederschlägt.

Der Wahlverbandstag und der Jugendtag wurden erfolgreich mit vielen Gästen, Ehrungen und positiven Wahlergebnissen unter besonderer Mithilfe von Lukas Rüenauer (Schulleiter der Gustav-Heinemann-Gesamtschule) in Essen durchgeführt. Ebenfalls wurde nochmalig die Beitragsstruktur des LVN angepasst, wobei der Verband sich den Sorgen der vielen kleineren Mitgliedsvereinen angenommen hat. Dies wurde mit einem einstimmigen Ergebnis belohnt (siehe hierzu "In eigener Sache" und [Bericht auf der LVN-Homepage](#)).

Am 16. Mai hat sich das Präsidium fast vollständig zu einer Klausurtagung zusammengesetzt, um einmal Themen in einer Tiefe zu besprechen, zu denen bei den ‚normalen‘ Präsidiumssitzungen meistens die Zeit fehlt. Der Tag wurde extern moderiert, damit sich die Anwesenden auf die Inhalte konzentrieren konnten: Für die Moderation ist es dem LVN gelungen, den Vorstandsvorsitzenden des LSB NRW, Dr. Christoph Niessen, zu gewinnen, der fachlich, konzentriert und charmant erfolgreich durch den Tag geführt hat. Wir werden im Laufe des Jahres dazu berichten.

Ich wünsche allen eine sportlich erfolgreiche und verletzungsfreie Freiluftsaison und verbleibe mit sportlichen Grüßen!

Markus Pähler
Geschäftsführer



Bitte klicken Sie [hier](#) und Sie gelangen zum Gesamtangebot der Firma Schäper Sportgerätebau.

Kampfrichter-Aus- und Fortbildungen

Obleute/Schiedsrichter-Ausbildung

Am **29./30. November 2025** finden in der Jugendherberge Duisburg Sportpark eine Obleute- und eine Schiedsrichter-Ausbildung statt. Aktuell sind noch Plätze vorhanden.

Bitte beachten Sie, dass die Anmeldungen über das Verwaltungsprogramm Phönix erfolgen müssen.

Die Anleitung zur Erstellung eines Personenaccounts finden Sie [hier](#).

Lauf - und Walking-Coach

Liebe Vereinsvertreter,

wir haben Sie bereits im Februar-Newsletter und im persönlichen Anschreiben im April über die DOSB-zertifizierte Ausbildung des **Lauf- und Walking-Coachs** informiert.

Bei Interesse führen wir gerne in Ihrem Verein Inhouse-Schulungen im Bereich Aus- und Fortbildungen durch. Bitte wenden Sie sich an [Bettina Illinger](#).

Schwungvolles Ganzkörpertraining mit Schwingringen/Smoveys®

Der LVN bietet am **11. Oktober 2025** erstmalig eine Fortbildung im Bereich Laufen/Walken für ein effektives Ganzkörpertraining zur Förderung der Beweglichkeit und Koordination mit Schwingringen/Smoveys® an. Dieses neue Geräte bietet vielfältige Möglichkeiten.

[Weitere Informationen und Anmeldung](#)

In eigener Sache

Anpassung der Mitgliedsbeiträge ab 2026 - Entlastung für kleinere Vereine

Bereits auf dem Verbandstag 2024 wurde eine Beitragserhöhung für das Jahr 2025 mit einer großen Mehrheit beschlossen, die auch für das Jahr 2026 unverändert übernommen werden sollte. In verschiedenen Regionsversammlungen, die durch den LVN-Vorstand besucht wurden, äußerten insbesondere Vertreter kleinerer und kleinster Vereine Bedenken zu der aktuellen Beitragssystematik.

Der LVN-Vorstand und das Präsidium haben dieses Feedback ernst genommen und einen neuen Vorschlag zur Beitragsstruktur entwickelt.

[Zum vollständigen Bericht](#)

Empfehlung zur Startpassbeantragung

Empfehlung zur Startpassbeantragung für Kinder der Altersklasse U12 und jünger

Im Rahmen datenschutzrechtlicher Vorgaben hat der Deutsche Leichtathletik-Verband (DLV) die Firma Seltec damit beauftragt, die Wettkampfsoftware TAF 3 entsprechend anzupassen. Bei allen Veranstaltungen, die mit dieser Software durchgeführt werden und an denen Kinder der Altersklassen U12 und jünger ohne Startpass teilnehmen, werden seitdem in öffentlich zugänglichen Start- und Ergebnislisten nur der Vorname und das Initial des Nachnamens aufgeführt.

Diese Maßnahme soll dem Schutz personenbezogener Daten dienen und ist nach Prüfung durch den DLV datenschutzrechtlich geboten. Gleichzeitig führt sie jedoch in der Praxis zu Einschränkungen hinsichtlich Transparenz, erschwert teilweise organisatorische Abläufe und sorgt mitunter für Unsicherheiten bei Vereinen, Eltern und Veranstaltern.

Da für Inhaber eines Startpasses – infolge der im Rahmen der Beantragung erteilten Zustimmung zur Veröffentlichung personenbezogener Daten– diese Einschränkungen nicht gelten, empfiehlt das Präsidium des LVN, bereits für Kinder der Altersklassen U12 und jünger einen Startpass zu beantragen. Die Beantragung erfolgt wie gewohnt über das Online-Portal Phoenix II.

Für das Jahr 2025 wird der Startpass in diesen Altersklassen beitragsfrei ausgestellt. Bereits bezahlte Gebühren für dieses Jahr werden selbstverständlich zurückerstattet. Ab dem Jahr 2026 wird vorerst eine reduzierte Jahresgebühr von 5,00 Euro erhoben – dies entspricht 50 % der regulären Gebühr.

TEAMSPORT BEDARF

joma

ALLES FÜR EUREN VEREIN!

Direkter Ansprechpartner bei JOMA

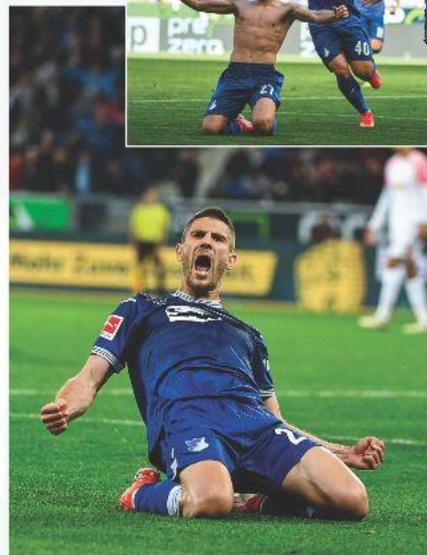
Euer Ansprechpartner bei JOMA kümmert sich persönlich um eure Fragen, Wünsche oder Anliegen.

Vereinskoooperationen

Durch unsere Vereinskoooperationen ermöglichen wir Vereinen aus allen Ligen den kompletten Teambedarf von einer Hand zu beziehen. Gemeinsam mit unseren Joma-Partnern kümmern wir uns um eure Ausrüstung auf und neben dem Feld.

Lange Laufzeiten

Unsere Teamsport-Kollektionen beinhalten zahlreiche Artikel ohne begrenzte Laufzeit (N.O.S.). Somit könnt ihr eure Mannschaften über Jahre hinweg mit der gleichen Kollektion ausstatten.



**Vereinbart noch heute einen
persönlichen Termin mit eurem
direkten Ansprechpartner:**

Julian Stanarius
Gebietsrepräsentant

 +49 173 2031618

 julian.stanarius@joma-sport.com

**ZU UNSEREM
KATALOG**



joma-sport.com/de

Leistungssport



LVN-Trainer-Talk 2025 - LVN-Nachwuchs-Trainer-Symposium

Soft Skills als Einflussfaktoren zur Leistungsentwicklung im Nachwuchstraining

Letztes Wochenende fand zum zweiten Mal der LVN Trainer Talk statt. 60 Trainerinnen und Trainer waren am Nachmittag in das Sportinternat nach Dormagen-Knechtsteden gekommen, um an dem „LVN Nachwuchs-Trainer-Symposium“, welches diesmal das Thema „Soft Skills als Einflussfaktoren zur Leistungsentwicklung im Nachwuchstraining“ behandelte, teilnehmen zu können. Das Symposium stellte zugleich wieder das Finale der Talent TEAM 2024/2025-Förderung dar.

LVN-Präsident Dr. Peter Wastl eröffnete den Trainer Talk und verwies darauf, dass die erste Veranstaltung im letzten Jahr bereits ein sehr hohes Niveau hatte und die zweite Veranstaltung, diesmal wieder gute und inspirierende Vorträge erwarten lässt. Die hohe Teilnehmerzahl zeigt, dass der Bedarf sowohl an Fortbildung als auch in Einblicke in die Arbeit mit jungen Athletinnen und Athleten bei den Trainern im LVN-Verbandsgebiet groß ist. Auch der hohe Anklang an den in diesem Winter zahlreich veranstalteten Talentteam-Maßnahmen (insgesamt 20 Tagesmaßnahmen) stellt dies unter Beweis. Die Weiterentwicklung solcher Angebote wird auch weiterhin ein Schwerpunkt der Arbeit des LVN bleiben.

In Vertretung des Internatsleiters Tobias Langner begrüßte Dean Bönkendorf die Teilnehmer. Das Angebot des Sportinternats Knechtsteden richtet sich vorrangig an Talente aus den Sportarten Fechten (Säbel), Handball (männlich), Leichtathletik und Ringen, die im Sport ambitionierte Ziele verfolgen und diese erreichen möchten, ohne auf

eine erfolgreiche Schullaufbahn verzichten zu wollen (Duale Karriere).

LVN-Landestrainer Nachwuchs Roman Buhl führte durch das Programm, in dem es diesmal nicht um Hard Skills wie Fach- und Methodenkompetenzen, sondern um Soft Skills, also Fähigkeiten, die von persönlichen Einstellungen und Werten geprägt sind und zu positiven sowie produktiven Handlungen in der Trainingsgruppe führen, ging.

Fünf Referenten sprachen in 30-Minuten-Vorträgen über ihre Erfahrungen und Einschätzungen zu Konzentration im Training, Coaching im Wettkampf, intrinsische Motivation, Teamgedanke im Training und Verletzungsprophylaxe im Leichtathletiktraining.



1. Vortrag Sergej Litvinov (WM-Teilnehmer & Landestrainer Wurf) Konzentration im Training

Dass die Konzentration im Sinne einer gerichteten Aufmerksamkeit einen hohen Stellenwert als Grundlage für Technik, physische Entwicklung und Wettkampfstärke einnimmt, konnte sehr gut aufgezeigt werden. Wichtig erscheint hierbei die Erkenntnis, dass Konzentration trainierbar ist. Hierzu bedarf es Faktoren wie bewusstes Ansteuern der Bewegung, Trainingsrhythmus, Verkleinerung der Komfortzone, Protokollierung und Vorbereitungsrituale.

2. Vortrag Pablo Oehl (Bundesstützpunkttrainer Sprung) Coaching im Wettkampf

Welche Bedeutung das Coaching im Wettkampf haben kann, wurde aufschlussreich in der Gegenüberstellung von Training und Coaching dargestellt. So versteht sich das Training als langfristige Entwicklung, während das Coaching als unmittelbare Entfaltung im Sinne von Beratung, Betreuung und Bewertung zu sehen ist. Dabei muss das Wettkampf-Coaching Sichtbarkeit herstellen, einfach bleiben, eindeutige Botschaften geben und nicht zuletzt adressaten-, handlungs- und lösungsorientiert sein. Um dies zu erreichen, wurde auf sechs Coaching-Faktoren sowie wichtige Merkmale eines



gehirnbasierten Coachings, welches die begrenzten Ressourcen des Gehirns berücksichtigt, verwiesen.



3. Vortrag Roman Buhl (Landestrainer Nachwuchs) Intrinsische Motivation

„Motive sind konstanter und führen dich zum Sport - Motivation ist dynamischer und variabler und hält dich beim Sport“. Mit dieser begrifflichen Gegenüberstellung führte der Referent in die Thematik ein, um dann speziell auf die Unterschiede zwischen intrinsischer und extrinsischer Motivation einzugehen. Intrinsisch Motivierte betreiben den Sport aus Freude. Eigene Werte, Lust und Spaß, Interesse und Sinnhaftigkeit stehen im Vordergrund. Extrinsisch Motivierte betreiben den Sport, um Belohnung zu finden. Dann stehen eher Status, Zugehörigkeit, Macht sowie Pflicht und Regeln im Fokus. Beides hat seine Bedeutung. Aufbauend auf der Frage, wieso viele Athleten frühzeitig mit dem Sport aufhören, wurden Wege zum langfristigen Motivieren aufgezeigt und dabei Strategien zur intrinsischen wie auch extrinsischen Motivation vorgestellt.

4. Vortrag Jonas Jochem (Landestrainer Sprint) Teamgedanke im Training

Warum in der Individualsportart Leichtathletik auch der Teamgedanke eine wichtige Rolle spielt, wurde von dem Referenten anschaulich dargelegt, indem Fragen der Zusammenstellung eines Teams und der Förderung eines Gruppenklimas aufgerollt werden. Sowohl im Training als auch im Wettkampf kann eine gemeinsame Zusammenarbeit bessere Ergebnisse erzielen, als wenn jeder für sich arbeitet. Dabei ist die Arbeit im Team als sensible Gratwanderung zwischen einer eher individuell, intrinsisch motivierten Aufgabenorientierung und einer eher konkurrenzorientierten, extrinsisch motivierten Wettbewerbsorientierung zu sehen. Praktische Vorschläge zur Teamarbeit sowohl im Training als auch im Wettkampf schlossen der Vortrag ab.



5. Vortrag Gertrud Schäfer (Olympiateilnehmerin & Erfolgcoach)

Verletzungsprophylaxe im Leichtathletiktraining

Welche Rolle eine genaue Beobachtung und kompetente Betreuung hinsichtlich einer Verletzungsprophylaxe spielen kann, wurde von der Referentin sehr aufschlussreich und engagiert vorgetragen. Es wurde deutlich gemacht, dass gute anatomische Kenntnisse vorauszusetzen sind, um Verletzungen im Alltag wie im Sport vorzubeugen und damit gleichzeitig zu mehr Koordination, Beweglichkeit und Leistung zu kommen. An zahlreichen Beispielen wurde in lebhafter und anschaulicher Weise dargelegt, wie die Bedeutung der Verletzungsprophylaxe oft unterschätzt wird, obwohl diese entscheidend dazu beitragen kann, sportlichen Ziele sicher und effektiv zu erreichen. Es wurde herausgestellt, dass es in der Trainings- und Wettkampfbegleitung Ziel sein muss, außergewöhnliche, z. T. extreme Gelenkpositionen bewusst zu erkennen, um Kontrolle aufzubauen und Sicherheit zu gewinnen. Letztendlich ist ein verletzungsfreies und nachhaltiges Training der Schlüssel zum langfristigen Erfolg im Sport.

Am Ende des Symposiums wurden die anwesenden Referenten aller 20 LVN-Talentteam-Maßnahmen 2024/2025 für ihre Arbeit und ihren Einsatz von Dr. Peter Wastl offiziell geehrt.

Der LVN sagt allen Referentinnen und Referenten, die an den vergangenen Aus- und Fortbildungskursen mitgewirkt haben: Danke!

Jonas Jochem, Sebastian Dreesbach, Nicole Kaminski, Hannes Hücklekemkes, Peter Quasten,

Vero Theil, Jürgen Palm, Edith Tächl, René Christmann, Werner Gromisch, Aina Mikrikow-Warnt,

Pablo Oehl, Stefan Kerl, Lukas Reimann, Alexander Bohr, Lea Halmans, Bianca Stichling, Florian Hornig, Sergej Litvinov, Gertrud Schäfers und Roman Buhl



Jugend / Schulsport

Jugend

Staffelstab übergeben: Anja Deckers wird neue Vorsitzende der LVN-Jugend

Nach sechs Jahren als Vorsitzender wurde Johannes Gathen beim Jugendtag verabschiedet. Seine Nachfolge tritt Anja Deckers an. Auch der Jugendausschuss wurde neu gewählt. Alle Infos und Stimmen zum Jugendtag gibt es im vollständigen Bericht:

[Zum Bericht](#)

Sporthelferausbildung 2025: Es sind noch Plätze frei – Schnell sein lohnt sich 😊

Der LVN freut sich, auch im Jahr 2025 wieder eine Sporthelferausbildung für engagierte 14- bis 17-Jährige durchzuführen. Mit neuem Konzept geht es **in den Sommerferien für 7 Tage (28.07. - 03.08.)** nach Dresden, um unter anderem die Grundlagen der Trainingsplanung, -methodik und -durchführung zu erlernen. Es gibt dabei ****nur noch einen Sporthelferkurs****, nach dem sofort mit Modul 2 der C-Trainer Ausbildung gestartet werden kann. In praxisnahen Workshops sollen viele Übungen und Ideen gesammelt werden. Außerdem freuen wir uns über ein ganz besonderes Highlight: An einem Tag werden wir gemeinsam die Deutschen Meisterschaften der Männer & Frauen besuchen! Der Eigenanteil in Höhe von 350€ pro Person beinhaltet die gemeinsame An- und Abreise sowie Unterkunft, Vollpension, alle Lehrgangsmaterialien und Workshops sowie den Besuch der Deutschen Meisterschaften. Die Bezahlung durch den Verein ist möglich und kann bei der Anmeldung über Phönix ausgewählt werden.

Alle weiteren Informationen gibt es [hier](#).

[Hier](#) direkt anmelden!

Jugendcamp 2025 – Jetzt anmelden!

Jedes Jahr in den Herbstferien lädt der Leichtathletik-Verband Nordrhein Athletinnen und Athleten aus der U14 zum LVN-Jugendcamp ein.

Vor allem Teambuilding steht im Vordergrund dieser gemeinsamen Fahrt. In verschiedenen Teams werden die ganze Woche die unterschiedlichsten Challenges und Workshops, u.a. zu den Themen Dopingprävention, Sportpsychologie, Umgang mit Social Media oder FairPlay absolviert. Natürlich kommt auch das gemeinsame Sporttreiben nicht zu kurz. Hier haben wir für dich die wichtigsten Informationen in Kürze zusammengefasst:

Wann? 13. – 17. Oktober 2025

Wo? Aurich (Jugendherberge mit Vollpension)

Wer? Jugendliche der Jahrgänge 2012 & 2013

Lust teilzunehmen? Dann melde dich bei sebastian.dreesbach@lvnordrhein.de oder melde dich direkt hier an: [Anmeldung](#)

Weitere Infos [hier](#).

Zukunftshelden-Workshop

Ohne Trainer und Jugendsprecher bzw. junge Vorstandsmitglieder ist keine Leichtathletik

möglich – darum lädt die Deutsche Leichtathletik-Jugend genau diese jungen Menschen und weitere junge Engagierte zu einen Zukunftshelden-Workshop im Rahmen der FISU World Games in Bochum ein. Die Ausschreibung sowie weitere Informationen und Einblicke in den letztjährigen Workshop gibt es auf der [Webseite der Deutschen Leichtathletik-Jugend](#).

Schulsport

LEICHTATHLETIK ON TOUR erfolgreich gestartet!

Mit großem Schwung ist unser neues Schulsport-Projekt „LEICHTATHLETIK ON TOUR“ gestartet – bereits vier Grundschulen haben wir besucht! Insgesamt stehen 23 Termine an, unterstützt von 19 engagierten Vereinen. Über 6.000 Kinder und 200 Lehrkräfte erleben einen Tag voller Leichtathletik– mit Sprint, Sprung, Wurf und Crosslauf.

[Hier geht es zum vollständigen Bericht](#)

Weitere Informationen zum neuen Projekt [hier](#).

Schulsportwettkämpfe 2025

Folgende Schulsportwettkämpfe finden in diesem Schuljahr mit Unterstützung des Leichtathletik-Verbandes Nordrhein statt:

18. Juni Bezirksfinale Köln **NRW Youngstars** – Bezirkssportanlage Chorweiler

26. Juni **Landesfinale WK II/III** Jugend trainiert für Olympia – Leichtathletikstadion Duisburg

03. Juli **Landesteilfinale WK IV** – Leichtathletikstadion Duisburg

09. Juli Bezirksfinale Düsseldorf **NRW Youngstars** – Sportplatz Löwental Werden (Essen)

Platz da!

Ob Sport, Familie, Freizeit oder große Freiheit – in den VW Multivan passt alles, was das Leben bereithält.

Bei unserem Partner Athletic Sport Sponsoring gibt es den vielseitigen Van mit erstklassiger Ausstattung, flexiblem Raumkonzept und intelligenten Funktionen im unschlagbaren Auto-Abo. Alles ist bereits in einer monatlichen Rate enthalten, so dass man nur noch tanken muss.

Du willst einsteigen? Dann klick [hier](#)!



SPURT ist offizieller Car-Sponsoring
Partner des LVN!

Wettkampfwesen

Anstehende Meisterschaften 2025

24./25.07.	Nordrhein/FLVW Mehrkampf U14 – M/F	Rhede	
29.05.	Deutsche Hochschulmeisterschaften	Duisburg	
31.05.	Nordrhein Meisterschaften Hindernislauf	Wassenberg	
14./15.06.	Nordrhein Einzel U14 / U18	Uerdingen	Meldeschluss: 02.06.2025
21./22.06.	Nordrhein Einzel U16 / U20 / Männer & Frauen	Duisburg	Meldeschluss: 09.06.2025
29.06.	Nordrhein Hammerwurf	Bonn	Meldeschluss: 16.06.2025
05./06.07.	Nordrhein/FLVW Senioren	Wassenberg	Meldeschluss: 23.06.2025
19.07.	Nordrhein Langstrecke	Essen	Meldeschluss: 07.07.2025
06.09.	Nordrhein Team Endkämpfe	Mönchengladbach	

Zudem richtet der LVN an drei aufeinanderfolgenden Wochenenden direkt nach den Sommerferien Deutsche Meisterschaften aus.

29.-31.08.	DM Jugend Mehrkampf U16/U18/U20	Leverkusen	Meldeschluss: 17.08.2025
07.09.	DM 10km Straße	Siegburg	Meldeschluss: 24.08.2025
13./14.09.	DM Team Jugend / Masters	Leverkusen	Meldeschluss: 31.08.2025

Pilotprojekt Hürdenlauf M/W12

Bereits im Herbst des vergangenen Jahres haben wir darauf hingewiesen, dass im LV Nordrhein ab dem Jahr 2025 der Hürdenlauf in der Altersklasse M/W12 mit veränderten Hürdenhöhen und Abständen durchgeführt wird. Bei allen Verbandsveranstaltungen (Einzel, Block, Team) wird die Hürdenhöhe (möglichst) auf 68 cm reduziert und die Abstände zwischen den Hürden verändert. Wir bitten auch alle Veranstalter die Empfehlung bei ihren Veranstaltungen insb. die veränderten Abstände umzusetzen. Die genauen Abstände und weitere Informationen finden Sie [hier](#).

Ausrichtung Nordrhein Meisterschaften 2026 und Deutsche Meisterschaften

Wer im Jahr 2026 eine Nordrhein Meisterschaft ausrichten möchte, sollte sich an den Wettkampfreferenten Felix Jung wenden. Die Rahmenterminplanung laufen, da der DLV die DM Termine veröffentlicht hat.

Für die Ausrichtung von Deutschen Meisterschaften hat der DLV ein neues Prozedere veröffentlicht, welches auf der DLV-Webseite einsehbar ist. Das Prozedere im Nordrhein wurde ebenfalls überarbeitet und ist auf der Webseite im Wettkampfbereich einsehbar.

Meetings mit World Ranking Status

Wer seine Veranstaltung zusätzlich mit World Ranking Status beantragt, muss zwingend seine Veranstaltung im Global Calendar von World Athletics ([Global Calendar](#) | [Global Calendar](#)) anmelden. Die Anmeldung muss spätestens 60 Tage vor dem ersten Wettkampftag erfolgt sein. Bei Fragen steht unser Wettkampfreferent Felix Jung (felix.jung@lvnordrhein.de, 0157 53659829) gerne zur Verfügung.

Zeit- und Weitenmessung – der LVN hilft aus!

Ab sofort bietet der LVN einen weiteren Service für seine Mitglieder an. Vereine haben die Möglichkeit, beim LVN einen Zeit- bzw. Weitenmess-Service für ihre Wettkämpfe zu

bestellen.

Mehr Infos zu möglichen Terminen und Preisen gibt es bei [Sergej Litvinov](#).

Unsere Partner



Impressum

Leichtathletik-Verband Nordrhein e.V.

Geschäftsführer: Markus Pähler

Friedrich-Alfred-Allee 25, 47055 Duisburg

Telefon: 0203 7381-639

E-Mail: markus.paehler@lvnordrhein.de

www.lvnordrhein.de

Präsident: Dr. Peter Wastl

Amtsgericht Duisburg, Vereinsregister Nr. 1794

Copyright © - LV Nordrhein

Alle Rechte vorbehalten.

Unsere E-Mail-Adresse: bettina.illinger@lvnordrhein.de

Sie wollen keine E-Mails mehr von uns erhalten?

Hier können Sie sich aus dem Newsletter austragen.

[Abmelden.](#)

This email was sent to <<Email Address>>

[why did I get this?](#) [unsubscribe from this list](#) [update subscription preferences](#)

Leichtathletik-Verband · Friedrich-Alfred-Str. 25 · Duisburg 47055 · Germany

