LSV
LAUFSPORTVEREIN
REGION GOSSAU

www.laufsportverein.ch

JAHRESPROGRAMM 2025

07.12.2024	**1. VM Gossauer Weihnachtslauf**	18.30 Uhr	10 km / 17.30 Uhr	4.5 km
17. Januar	**66. Hauptversammlung**	19:30 Uhr		
21. Januar	Nothelfer-Refresher	19.30 Uhr	Marktstübli Gossau	
08. April	Training in St.Gallen	19:30 Uhr		
26. April	**2. VM Gossauer 1/2 Marathon**	9.30 Uhr	21.2 km / Kurzstrecke ca. 12 km	
	Treffpunkt: Badi Gossau 09.00 Uhr			
20. Mai	**3. VM Strassenlauf (3 Runden)**	19:30 Uhr	ca. 13.5 km	
13. Juni	**4. VM Berglauf Jakobsbad - Kronberg**	19:00 Uhr	6 km / 650 HM	
	Treffpunkt : Parkplatz Jakobsbad 18.45 Uhr Nachtessen im Rest. Scheidegg Übernachtungs-Reservation gem. Mitteilung			
24. Juni	**5. VM Crosslauf (3 Runden)**	19:30 Uhr	ca. 10 km	
01. Juli	**6. VM Crosslauf Surprise**	19:30 Uhr		
08. Juli	Training gem. Mitteilung			
15. Juli	**Grillanlass bei Pius und Alice Egli**	19:00 Uhr	ohne Training	
12. August	**7. VM Strassenlauf (3 Runden)**	19:30 Uhr	ca. 13.5 km	
24. August	**LSV Wanderung mit Familie**	9.00 Uhr		
	Infos folgen / nur bei schönem Wetter			
09. September	**8. VM Kurzlauf**	19:30 Uhr	1.5 km	
30. September	Training in St.Gallen	19:30 Uhr		
02. November	**9. VM Wiler Herbstlauf**	Noch offen	17.6 km und 10.4 km	
	Startgeld wird vom Verein übernommen (ohne Nachmeldung)		Startzeit folgt	
11. November	**Saisonschlussabend**	19:30 Uhr		
06. Dezember	**1. VM Gossauer Weihnachtslauf**	18.30 Uhr	10 km / 17.30 Uhr	4.5 km
	Start Vereinsmeisterschaft 2026			
16. Januar 2026	**67. Hauptversammlung**	19:30 Uhr		

Intervall / Laufschulung/Lauf-ABC jeden ersten Dienstag im Monat März-September
Functional-Training jeden Dienstag 19.00-19.20 Uhr April-September (Ausnahme VM)

Alternativläufe von Zubi (Sponsor vom LSV) - Zubi Trophy (gehört nicht zu unserer Vereinsmeisterschaft)

24.04.2025 / 01.05.2025 / 08.05.2025 / 15.05.2025 / 22.05.2025 / 05.06.2025

Weihnachtslauf Training

04.11.2025 / 18.11.2025 / 25.11.2025 / 02.12.2025