

LT Hemsbach

Vorschlag zum neuen Web-Auftritt



Lauftreff Hemsbach der Lauftreff an der Bergstraße

Chronik

- » Gästebuch
- » Trainingsläufe
- » Wettkämpfe
- » Bestenlisten
- » Ausschreibungen
- » Kontakt und Treffpunkte
- » Nützliche Links
- » Events vom LT Hemsbach
- » Marathonsammler
- » Zeitungsberichte
- » Veranstaltungen
- » Treffpunkte

Besucherkähler

Ergebnisse vom langen Wochenende
Wie geht es weiter mit dem LT Hemsbach? (Stand 18.05.2023)



„Der Vogel fliegt, der Fisch schwimmt und der Mensch läuft!“

Der grosse Läufer Emil Zatopek hat diesen treffenden Ausspruch einmal getan. Laufen ist wohl auch die älteste Sportart der Welt, und was sich so lange hält, kann unmöglich schlecht sein! Da es erfahrungsgemäß mit Gleichgesinnten in der Gruppe mehr Spaß macht und die Gruppe bei der Überwindung des "Inneren „Schweinehundes“ hilft, bietet der Lauftreff Hemsbach unter dem Motto: „locker laufen - leicht gemacht“ die optimale Einstiegshilfe. Alter und Leistungsstärke spielen dabei keine Rolle. Wir freuen uns auf Laufeinsteiger/innen!

Wir haben verschiedene Treffpunkte und Termine, nähere Informationen bei "Kontakt und Treffpunkte".



STRAVA Dashboard Training Entdecken Herausforderungen



Entfernen

LT Hemsbach

Hemsbach, Baden-Württemberg, Germany

LT Hemsbach. Der Lauftreff an der Bergstraße.

Ausschreibungen: https://bit.ly/LTH_Ausschreibungen

Aktuelle Sammlerliste: https://bit.ly/LTH_Sammlerliste

Historische Sammlerliste: ... (Passwort)

Bestenliste: https://bit.ly/LTH_Bestenliste23

Club-Event hinzufügen

Kommendes Club-Event

27 MAY	Sa. 09:00 / Wöchentlicher Lauftreff Mittel / Trail	Ich bin dabei
24 JUN	Sa. 08:30 / 1. Bessunger Forst Ultra (53,5KM - 750 Hm // 42,80KM - 600 Hm)	Ich bin dabei
15 JUL	Sa. 09:00 / 3. HW 19 Ultramarathon (45.2km / 150Hm)	Ich bin dabei

Lade Sportler in diesen Club ein

Sportler einladen

10 Mitglieder und 6 weitere

Teile LT Hemsbachs Läufe!
Strava-Widget in deinem Blog einbetten.

Club-Läufe teilen

Probleme der Webseite

- Sehr zeitaufwendige Pflege (Ausschreibungen & Wettkämpfe)
- Technisch stark veraltet (Software wurde eingestellt, Firma existiert nicht mehr)
- Zentrale Verwaltung (nur 1 Person kann Änderungen vornehmen)
- Umstellung auf eine neue Webseite wäre sehr kostenintensiv
- Administration nach dem 30. Juni '23
- Verantwortlichkeit (Impressum)

Warum Strava?

- "Internet-basiertes Tracking von sportlichen Aktivitäten" (Fokus Laufen und Radfahren)
- Unterstützt Club-Feature
- Dezentrale Verwaltung (Mehrere Admins) mit minimalem Aufwand
- Konfigurierbare Benachrichtigungen (z.B. neue Veranstaltung)
- Gute Privatsphäreneinstellungen und -optionen
- Webseite und Handy-App (Google & Apple)
- Viele LTH-Läufer und Läuferinnen sind schon bei Strava
- Andere Vereine nutzen ebenfalls Strava (z.B. DUV)
- Eine Plattform, die (fast) alle Anforderungen abdeckt
- Keine Kosten!



Beispiel 1: Neue Ergebnisse

Webseite (alt)

- Bericht schreiben
- Bericht mit Bildern und Ergebnis-Link an Christoph schicken
- Christoph erstellt neuen Eintrag und synchronisiert Webseite

Strava (neu)

- Bericht schreiben
- Bericht mit Bildern und Ergebnis-Link als Beitrag anlegen
- Der Aufwand für uns Läufer ist identisch
- Keinerlei Aufwand für Admin
- Artikel ist sofort online



Veröffentlichen als

LT Hemsbach

Verwerfen

Veröffentlichen

14.05.2023 - 2. DAV Neckarcross Ultra Trail in

Hirschhorn

Christian Lang 6:44:28 Stunden 2. Platz in AK M 55 von 9 / 5. von 30 Herren
Andreas Treiber 8:30:16 Stunden 2. Platz in AK M 60 von 3 / 21. von 30 Herren

Christian und ich haben uns der recht neuen Trail-Herausforderung „Neckarcross“ rund um den Neckar gestellt. Die große Orga-Mannschaft hat das Laufevent super organisiert und eine anspruchsvolle 60km Laufrunde ab/bis Hirschhorn auf die Beine gestellt. GPS-Navigation war erwünscht-obgleich die Strecke an den meisten Stellen gut markiert war, galt es jedoch an einigen Stellen konzentriert zu sein. Es ging wie im Briefing angekündigt tatsächlich nur „rauf und runter“, so dass reichlich 2300 Höhenmeter zu bewältigen waren. Bei tollem Wetter, klasse Verpflegung und Stimmung blieben keine Wünsche offen.

Christian hat es mal wieder krachen lassen – Gesamt 7. und 2. in der Altersklasse. Ich bin es gemüthlicher angegangen, und habe gleich zu Beginn mit Isabell eine super Laufgemeinschaft bis zum gemeinsamen Zieleinlauf bilden können.



Da lachen sie noch...



LT Hemsbach

Am 18. Mai 2023 um 06:23

14.05.2023 - 2. DAV Neckarcross Ultra Trail in Hirschhorn

Ergebnisse 59 km (2.300 Höhenmeter): ...



7 Kudos · 1 Kommentieren

Jörg Drechsler
Glückwunsch



Vor 4 Tagen

Beispiel 2: Neue Ausschreibung

Webseite (alt)

- Ausschreibungstext schreiben
- Text mit Infos an Christoph schicken
- Christoph erstellt neuen Eintrag und synchronisiert Webseite

Anmeldungen über Raceresult o.ä. können unterstützt werden, sind aber nicht zwingend notwendig. Hier sind wir noch am Evaluieren und würden zeitnah mit den Hauptausschreibern einen Konsens finden.

Strava (neu)

- Ausschreibungstext schreiben
- Als Event anlegen
- Der Aufwand für Veranstalter ist identisch
- Keinerlei Aufwand für Admin
- Lauf ist sofort online
- Benachrichtigung, wenn aktiviert
- Teilnahme-Feature

Ich bin dabei



Jörg Drechsler

Club-Event hinzufügen

Kommendes Club-Event

27
MAI

Sa. 09:00 / Wöchentlicher Laufftreff 
Mittel / Trail

Ich bin dabei



24
JUN

Sa. 08:30 / 1. Bessunger Forst Ultra (53,5KM - 750 Hm // 42,80KM - 600 Hm)

Ich bin dabei



15
JUL

Sa. 09:00 / 3. HW 19 Ultramarathon (45.2km / 150Hm)

Ich bin dabei



1. Bessunger Forst Ultra (53,5KM - 750 Hm // 42,80KM - 600 Hm)

Bearbeiten ▾

24
JUN

08:30 Samstag

Ich bin dabei



53,5Km: Fünf Runden über 10,70 Km mit 150Höhenmeter
42,8Km: Vier Runden jeweils über 10,70Km mit 150 Höhenmeter
Reine Waldstrecke über Waldwege und Trails.

Ausschreibung:

<https://drive.google.com/file/d/16fxlEpe0VnZJP1F06GLEbyHb892iPKLz/view?usp=sharing>

Eventdiskussionen



Eventdiskussion starten

Post erstellen

Ausschreibung zum

1.Bessunger Forst XL Marathon

53,5KM mit 750 Höhenmeter

und mit Marathon

42,80 KM mit 600 Höhenmeter

am Samstag, den 24.06.2023

Startzeit: Samstag, den 24.06.2023 um 08:30 Uhr.

Start-Zielort: Waldparkplatz am Jugendhof Bessunger Forst

Adresse für das Navi: Aschaffener Straße 183, 64287 Darmstadt

Anreise mit dem ÖPNV: Vom Darmstädter Hauptbahnhof und vom Ostbahnhof fahren

mehrere Buslinien direkt zum Start- und Zielort Haltestelle: Jugendhof Bessunger Forst

Strecke: 53,5Km: Fünf Runden über 10,70 Km mit 150Höhenmeter

42,8Km: Vier Runden jeweils über 10,70Km mit 150 Höhenmeter auf einer reinen

Waldstrecke über Waldwege und Trails. In jeder Runde Laufen wir einmal an der Forstmann

Track Eiche und der Fischerhütte, einen beliebten Ausflugslokal mitten im Wald, vorbei.

Strecke wird markiert, falls es das Wetter zulässt(kein Schnee und Regen). Jeder bekommt

nach seiner Anmeldung den GPX Track .

Verpflegung: Eigene Rucksackverpflegung. Nach jeder Runde kommt man am Auto vorbei.

Teilnehmerlimit: Mindestens 3, höchstens 20

Duschen/Toiletten: Keine

Anmeldeschluss: Mittwoch, den 21..2023 um 18 Uhr oder bei Erreichen des Teilnehmerlimits.

Anmeldung: Per E-Mail an Jörg Drechsler

joergdrechsler@web.de

Mit Angabe von Vorname, Nachname, Geschlecht, Verein und Handynummer

Auszeichnung: Soforturkunde und Ergebnisliste im Internet.

Lauftreffs

- Die Event-Funktion unterstützt wiederholende Veranstaltungen
- Andrea / Dietmar / Christian / etc können angeben, ob sie teilnehmen werden
- Neue Interessierte können sich melden

Ausstehende Beitrittsanfragen

Adam Gaßner

Hemsbach, Baden-Württemberg, Germany

Wöchentlicher Lauftreff

Bearbeiten ▾

27
MAI

09:00 Wöchentlich am Samstag
Treffpunkt Förster-Braun-Hütte,Hemsbach
Mittel / Trail

Ich bin dabei 

Mindestens 2-3 Läufer je Trainingsrunde. 10-15 km nach Absprache.

Eventdiskussionen

 Eventdiskussion starten

Post erstellen

Sammler- und Bestenlisten

- Unsere Listen müssen wie bisher manuell gepflegt werden
- Christoph hat sich bereit erklärt die Dokumente alle 6 Monate zu aktualisieren
- Auf die Listen kann direkt von Strava zugegriffen werden

LT Hemsbach

Club bearbeiten



 Hemsbach, Baden-Württemberg, Germany

LT Hemsbach. Der Lauftreff an der Bergstraße.

Ausschreibungen: https://bit.ly/LTH_Ausschreibungen

Aktuelle Sammlerliste: https://bit.ly/LTH_Sammlerliste

Historische Sammlerliste: https://bit.ly/LTH_Sammlerliste_Historie (Passwort)

Bestenliste: https://bit.ly/LTH_Bestenliste23

Zeitungsberichte

- Diese können als Beiträge angelegt werden
- Artikel erscheinen wie Ergebnisse
- Auch das muss nicht zentral über den Admin laufen



LT Hemsbach

15:43 am Sonntag, den 7. Mai 2023



Bericht in den Weinheimer Nachrichten

vom 06.03.2023

Von Anja Treiber

Eine Woche vor Anmeldeabschluss sahen sich die Schriesheimer noch in ihren Befürchtungen beständig. „Da sah es auf unserem Online-Portal noch mager aus. Doch dann ging es Schlag auf Schlag. Kindergärten und Schulen meldeten gleich 80, 100 Teilnehmer. Das freut uns natürlich doppelt. Denn das Wichtigste ist ja, dass sich die Kinder bewegen“, sagte Christian Ohr, der im „Rechenzentrum“, der Sporthalle der Strahlenberger Grundschule, am Samstag einer der Vielbeschäftigten war. Über 400 Bambini starteten in Schriesheim, sage und schreibe 75 Schulstaffeln sorgten für Action auf der Strecke durch die Schriesheimer Altstadt. Der Mathaisemarktlauf lebt – und wie!

Das Erfolgsgeheimnis der Schriesheimer ist die gute Vernetzung des TV mit den Schulen und Kindergärten. Der stimmungsvolle Rahmen des Mathaisemarkts per se und einer der ersten Volksläufe des Jahres überhaupt lockt auch ambitionierte Läufer alljährlich an die Bergstraße. So auch Tim Könnel, der vor der Corona-Zwangspause bereits den Elitelauflauf gewonnen hatte und sich jetzt auch den Hauptlauf-Sieg sicherte. Weil Sponsor engelhorn sports abgesprungen war, fand der Elitelauflauf 2023 nicht mehr statt, alle Zehn-Kilometer-Läufe waren in den Volksbank Kurpfalz Lauf integriert. „Der war mit fünf Runden und etlichen Ecken und Kanten mehr etwas anspruchsvoller als der Elitelauflauf. Aber mit meiner Zeit bin ich trotzdem zufrieden“, sagte Könnel, der gemeinsam mit seiner Freundin Jessica Keller auch die Wertung des Bergstraßen-Cups der Weinheimer Nachrichten anführt. Die Läuferin der TG Worms setzte bei den Frauen in einem spannenden Schlusspurt vor Mitfavoritin Merle Brumée (MTG Mannheim) durch. „300 Meter vor dem Ziel hat mir jemand zugerufen,



So gut besetzt wie schon lange nicht mehr: 341 Voranmeldungen gab es für den Volksbank Kurpfalz Hauptlauf, den ersten Lauf um den Bergstraßen-Cup der Weinheimer Nachrichten. Am 7. Mai wird die Laufserie mit dem Weinheimer Altstadtlauf fortgesetzt.



Hauptlauf-Sieger Tim Könnel (922) und seine Freundin Jessica Keller (623) beim Start des Volksbank Kurpfalz Laufs.



Jede Menge Action gab es im Start- und Zielbereich bei der Staffelübergabe der 75 Schülerstaffeln.

Wie geht es weiter?

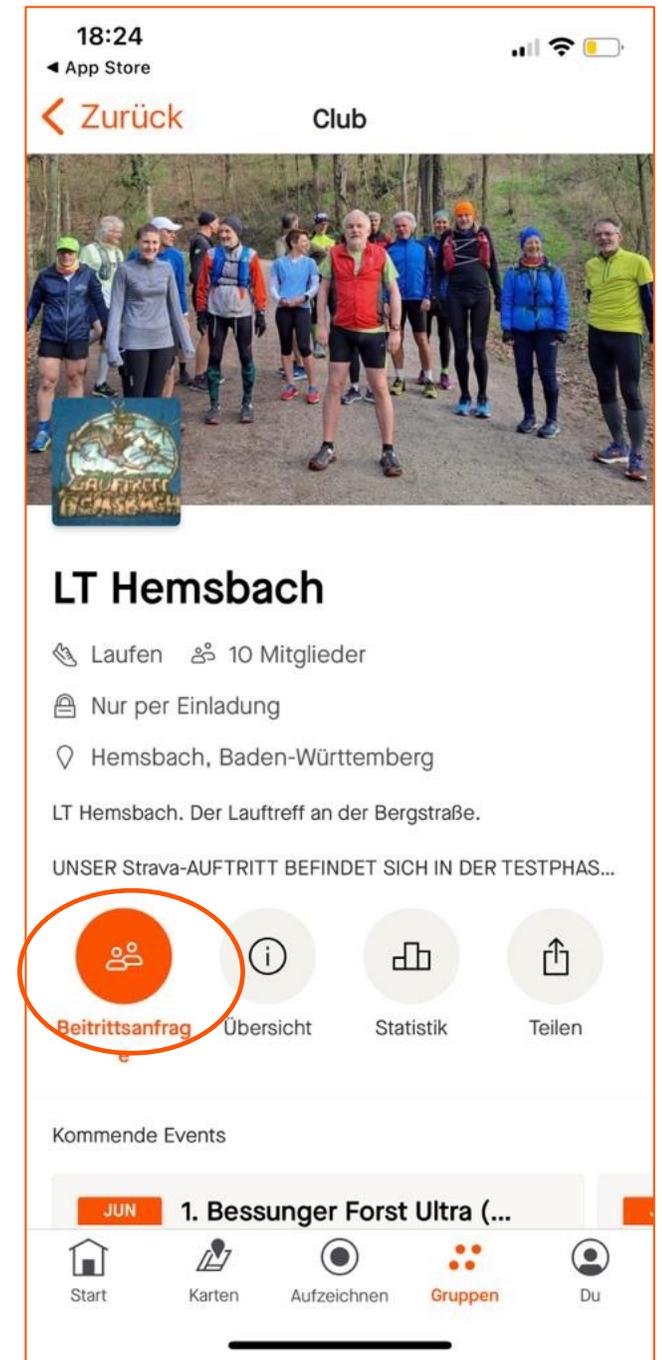
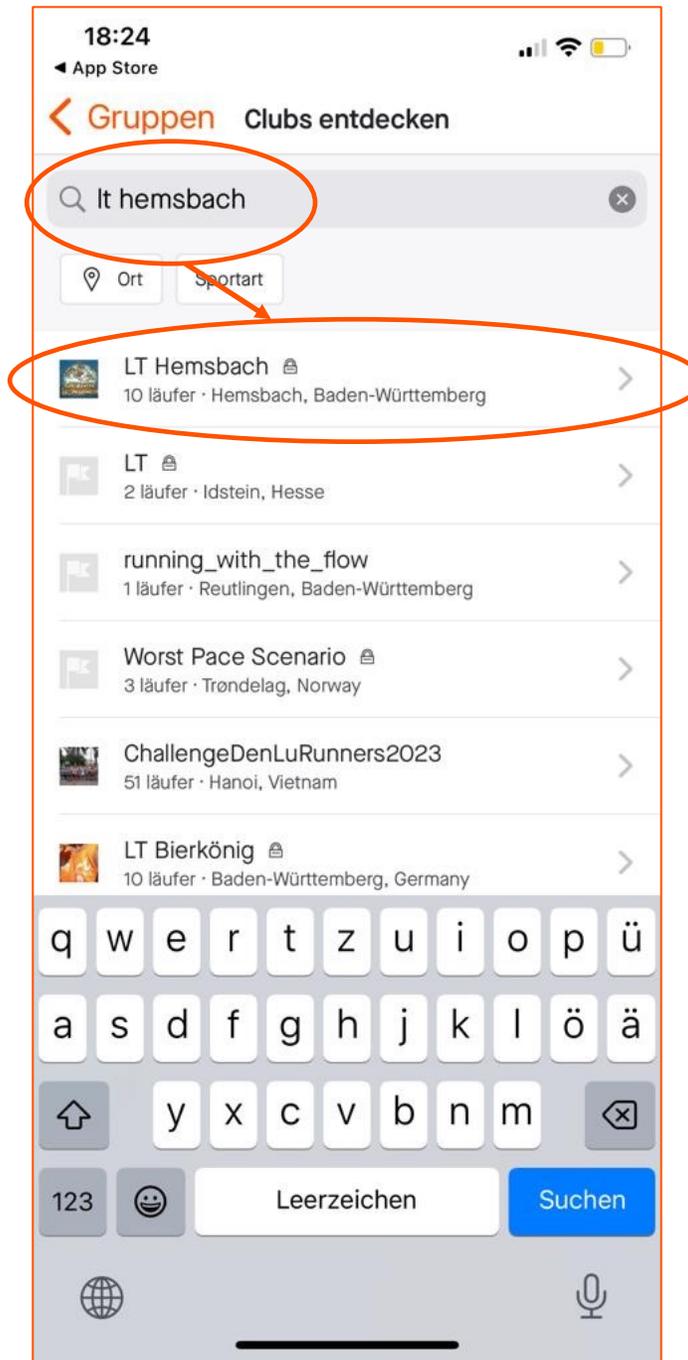
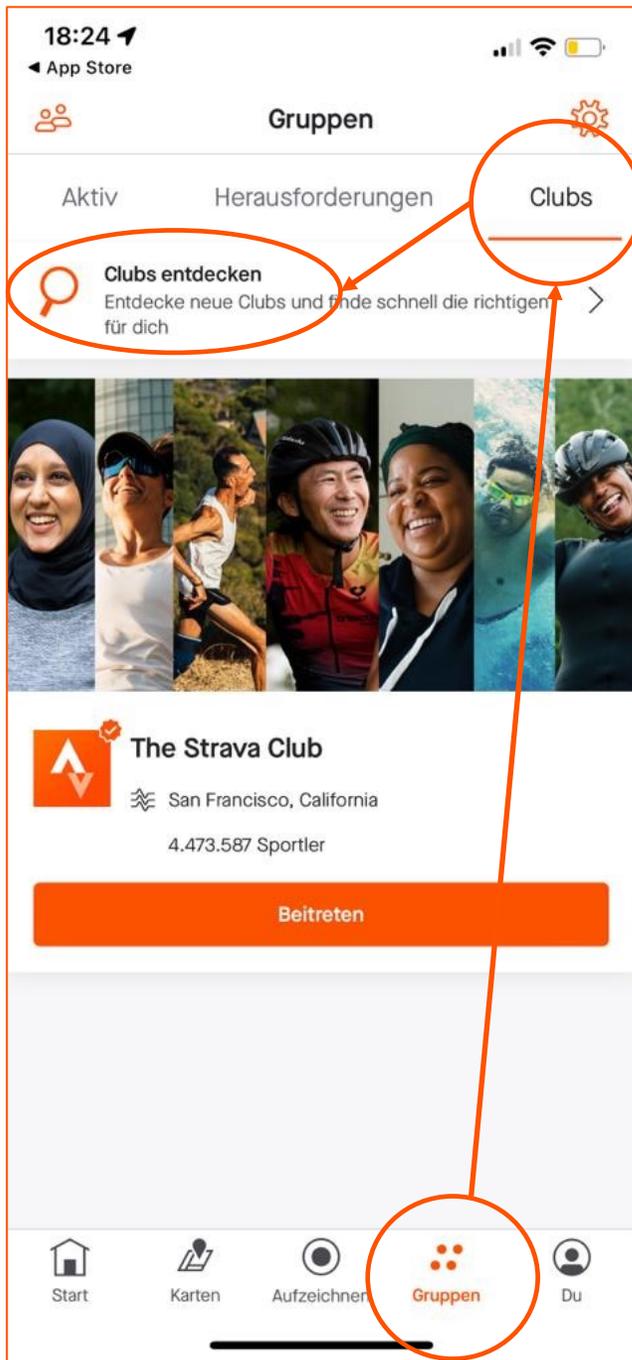
- Bis 30. Juni 2023 lassen wir die Webseite und Strava parallel laufen (Test-Phase)
- Ab 1.7. wird www.lt-hemsbach.com auf www.strava.com/clubs/lt-hemsbach umgeleitet, d.h. die Domain bleibt erhalten und zeigt dann direkt auf unseren Strava-Auftritt
- Wir ziehen die Domain vom bisherigen Provider um (z.B. zu IONOS, früher 1&1)
- Der Inhalt der bisherigen Webseite wird als Archiv angelegt und steht weiterhin allen zur Verfügung (hier suchen wir noch eine gute Lösung)

Nächste Schritte

- Legt Euch bei Strava einen Account an (via Web Browser):
 - Auf www.strava.com/register registrieren
 - Wenn Account aktiv, zu www.strava.com/clubs/lt-hemsbach gehen und  wählen

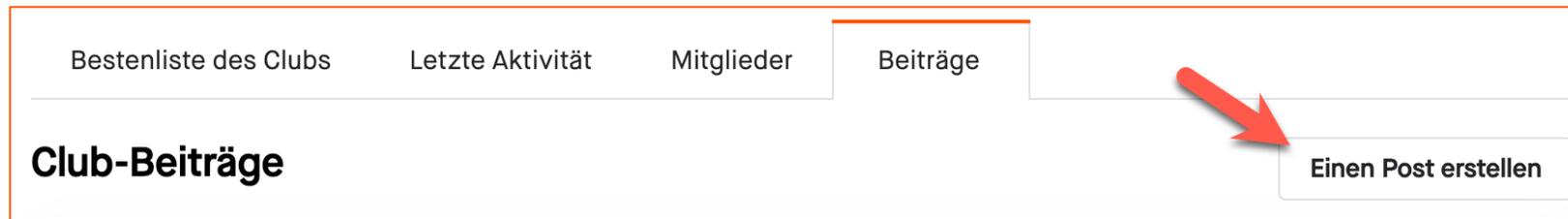
ODER

- Legt Euch bei Strava einen Account an (via Handy App):  
 - App installieren und registrieren (Achtung: Mitgliedschaft überspringen)
 - Wenn Account aktiv, Gruppen -> Clubs -> "LT Hemsbach" suchen und Beitrittsanfrage wählen
- Optional: Synchronisiert Euren Garmin, Polar, Suunto, etc Account
 - Läufe werden automatisch hochgeladen
 - Läufe werden im Club angezeigt



Feedback

- Gebt uns bitte Rückmeldung
 - Wenn etwas nicht funktioniert
 - Wenn Ihr etwas nicht hinbekommt
 - Wenn noch etwas fehlt
 - Wenn Ihr noch Ideen habt was wir besser oder anders machen können
- Email: alex.buchner@gmail.com oder christian.lampertheim@googlemail.com
- WhatsApp: 0178 8183 199 oder 0157 3490 8410
- Direkt in unserer Strava-Gruppe:



Resourcen

- Wir werden in Zukunft noch ein paar Anleitungen erstellen.
- Hier schon mal ein paar hilfreiche Strava-Links:
 - Anleitung: www.sport-pulsuhr.de/strava-anleitung-teil-1-anmelden-verbinden-erste-schritte/
 - Youtube-Anleitung: <https://www.youtube.com/watch?v=XIOMaaBRoGA>
 - Privatsphäre: support.strava.com/hc/de/articles/207343930-Privatsph%C3%A4re-Einstellungen

FAQ

- Brauche ich die Premium-Version?

Nein. Die Premium-Version kostet einen monatlichen Beitrag und stellt zusätzliche Features zur Verfügung, z.B. Trainingstagebuch, Trainingspläne, etc

- Benötige ich einen Strava-Account?

Leider ja. Wie bei allen Online-Systemen funktioniert eine Zuordnung nur über eine eigenes Konto. Ohne Konto könnt Ihr weiterhin auf die Listen zugreifen, nicht aber auf die einzelnen Ergebnisse.

- Ich möchte meinen Garmin, Polar, ... Account nicht verbinden bzw. habe keine Uhr

Kein Problem. Ergebnisse können wie bisher als Beitrag gepostet werden (siehe Beispiel 1).