

Langlaufgemeinschaft Sankt Augustin
Geschäftsstelle
Feldstraße 4 D-53797 Lohmar-Inger



Vereinsnummer der LLG St. Augustin im LVN : 1430

Tel. 02246 - 911 647 Mobil 0171 - 28 47 286
Fax 02246 - 911 301
info@LLG-St-Augustin.de, www.LLG-St-Augustin.de
www.marathon-und-mehr.de

Lohmar, 29.01.2007

Vereinsnachrichten 07-07

Walter MÜLLER wird 70 Jahre

Zurückgeschaut und beleuchtet von Sohn Harald Müller

Der läuferische Lebensweg Walters fing damit an, dass er, nachdem er mich immer schon eine Weile zum Training zu unserem damaligen Verein, dem Siegburger TV fuhr zu dem Schluss kam, dass er dann ja eigentlich auch gleich mitmachen könne, wenn er sowieso schon vor Ort ist. Außerdem würde das sein Asthma bestimmt lindern helfen. Das war Anfang 1980.

Da er in seiner Jugend auch Sport betrieben hat (Fußball und Boxen) und sein Gewicht auch im überschaubaren Bereich war, machte er rasch größere Leistungssprünge und schon 1982, also vor 25 Jahren, lief er seinen ersten Marathon (den alten Kölner Marathon mit mehreren Runden um das Müngersdorfer Stadion) in erstaunlich guten 3:13 h.

Im Frühjahr 1983 wechselten wir wegen mangelnder Trainingspartner in Siegburg (vor allem für Dagmar und mich, bei den Herren waren damals Helmut Schneider, Ernst Gust, Peter Hempel, Gerd Krämer, Fred Lauber und noch ein paar im Verein) zum ASV St. Augustin. Ein Teil des ASV bereitete sich dann im Herbst 83 auf den Marathon in Hamm/Westfalen vor, bei dem Walter seine Bestzeit von 3:07:38 h aufstellte.

Im Frühjahr 84 waren Walter und ich in den Osterferien 3 Wochen in Spanien, dort trainierte er 2xtäglich, um so in Form zu kommen für Marathon unter 3 Stunden, daraus wurde dann aber leider nichts da er sich verletzte.

Auf kürzeren Strecken erzielte er meines Wissens folgende Zeiten:

3000 m 10:51, 5000 m ca. 18:50, 10 Km unter 39. Außerdem sprang er mit 45 noch 1,50 hoch, obwohl er mit 1,70 m dafür nicht die besten Voraussetzungen hat.

Bei einer von Karl Lennartz initiierten Spaßveranstaltung (Vergleich Mehrkämpfer-Läufer des ASV St. Augustin) schaffte er problemlos das Sportabzeichen innerhalb einer Stunde.

Im Sommer 84 nahmen wir dann auf Anregung von Karl Lennartz in Koblenz erstmals an einem Volkstriathlon teil, was uns soviel Spaß machte, dass wir von da an bis Anfang der 90er im Sommer regelmäßig an Triathlons teilnahmen. Walter absolvierte dabei 2x seinen halben Ironman.

Leider hatte er auch beim Triathlon Pech, so zog er sich bei einem Triathlon in Aegidienberg bei einem Radsturz einen Schädelbruch zu und überlebte wohl nur, weil er beim Sturz von einer Böschung auf ein Auto fiel, das seinen Sturz gegenüber einer Asphaltstrecke etwas dämpfte und dabei einen Totalschaden erlitt. (Anm. „Das Auto!“)

1986, nach inzwischen einigen Marathonläufen, kamen Walter und ich zu dem Schluss, dass uns Marathon nicht

mehr genug war - der Reiz des Abenteuers war weg, beim Marathon kam es nur noch auf die Zeit an. So meldeten wir und Karl Lennartz beim Bieler 100er an. Walter erreichte soweit ich mich erinnere nach ca. 11:10 h das Ziel. Es sollten noch ca. 3-4 weitere Teilnahmen in Biel sowie Ultras am Rennsteig, in Davos beim Swiss Alpine und Brühler 12 Stunden-Lauf folgen, wobei er bis auf ganz wenige Ausnahmen immer das Ziel erreichte. Nachdem er seine Frau Inge Ebert kennen lernte betrieb er rasch mit ihr Turniertanz, so dass er das Laufen etwas zurückschraubte, aber immer dabei blieb und z.B. vom ersten Köln Marathon 97 bis 2004 jeden Köln Marathon mitlief.

An Veranstaltungen bei uns im Kreis war ihm der Wahlscheider Crosslauf ans Herz gewachsen, bei dem er insgesamt auf an die 15 Starts kam und dessen Ende (nicht nur er) sehr bedauerte, auch der inzwischen ebenfalls eingestellte Platinman in Hennef-Bödingen war vor ihm nicht sicher.

Seit einer Weile tritt er nun läuferisch kürzer, ist aber immer noch mit viel Freude dabei und nimmt ab und zu mit seiner Frau, die durch ihn auch zum Laufen kam und letztes Jahr mit 71 Jahren noch 10 km unter 1 Stunde lief, immer noch an Volksläufen bis 10 km teil.



1. Das genaue Ergebnis von **Harald Müller** über 10 km beim 1. Lauf der Winterserie in Porz lautete 43:31, 34. M40.

2. 15 Km-Lauf zur Insel Grafenwerth. **Ralf Kläser** schreibt: *Am 28.01.2007 fand nunmehr zum vierten Mal der 15-km-Lauf zur Insel Grafenwerth, veranstaltet von der Triathlon-Abteilung der SSF Bonn statt.*

Für mich bedeutete dies auch die vierte Teilnahme an dieser recht netten Veranstaltung und gleichzeitig fast schon traditionell der Startschuss in das neue Volkslaufjahr.

Um 10.00 Uhr ging es bei ca. 6 Grad Celsius und bedecktem Himmel auf die flache Strecke vom Stadion (Start und Ziel) zum Rhein, am Rhein entlang bis zur Insel

Inselllauf



zur Insel Grafenwerth

Grafenwerth, einmal um die Insel herum und auf demselben Weg wieder zurück.

Nachdem zur Premiere im Jahre 2004 rund 100 Läuferinnen und Läufer starteten (2005 - 208/2006 - 250), so waren es in diesem Jahr 297 TeilnehmerInnen. Man mausert sich halt.

Wie in den Jahren zuvor war der Lauf sehr gut organisiert, sowohl was die Streckenabsicherung betraf, wie auch die Verpflegung an der Strecke und später im Stadion. Nachdem ich in den Jahren zuvor die Strecke in 1:18:02 (2004), 1:16:44 (2005) und 1:21:13 (2006), abspulte, benötigte ich heuer 1:18:58, was den 189. Gesamtplatz (49. Platz / M40) bedeutet.

*Als weiteren Teilnehmer unseres Vereins machte ich **Wolfgang Menzel** aus, der für die Strecke 1:21:08 h benötigte und damit den 209. Gesamtplatz (16. Platz / M50) belegte.*

Besonders freute mich jedoch, dass ich noch einen weiteren Wolfgang (Koppatsch) im Zielbereich antraf, der sicherlich gerne mitgelaufen wäre, jedoch derzeit noch ein wenig gehandicapt ist.

Lieber Wolfgang, von hier aus nochmals gute und rasche Besserung und das wir Dich sehr bald wieder als Läufer bei einer der nächsten Veranstaltungen antreffen.

Wolfgang Menzels Text zum Lauf ist etwas sparsamer geraten: *Bin heute 1.21.05 h gelaufen. Außer Ralf Kläser keinen anderen Vereinskameraden gesichtet. Ralf rächte sich an mir für die Niederlage beim Reservistenhalbmarathon.*

3. Die Refrather Winterlaufserie (28.01.07) musste bei ihrem 2. Lauf den Königsforst räumen, denn zahlreiche umgestürzte kyrillische Bäume versperrten die Wege und ein Belaufen der Strecke war schlichtweg nicht möglich. Kurzerhand zog man in die Mehrheimer Heide um. Dort wurde im Park die 2,5 km-Runde gelaufen. Allerdings wurden aus den 15 km ein 10 km-Lauf, damit es keine „Kreislaufprobleme“ bei den Teilnehmern gab. **Franz Lämmlein** schreibt dazu: *Der Lauf war in Ordnung und mit einer 38:55 konnte ich die Zeit vom ersten Event bestätigen. Auffällig bei dieser Laufserie ist, dass in und um Köln verdammt schnelle M-55-er unterwegs sind, die uns zwei beiden deutlich distanzieren. Aber das wusste ich schon vom Vorjahr, sonst hätte ich ja in Porz laufen können, da wäre ich mit dieser Zeit deutlich Klassensieger geworden.*

Was ich damit sagen will ist, dass die Zeit der Maßstab ist und nicht die Platzierung.

Und die Refrather Serie gefällt mir; hoffentlich ist in 2 Wochen die Strecke wieder frei.

Meine nächsten Ziele: im März der Neandertallauf, dann Steinfurt, mit der Renniere in Bonn (mein 100. Marathon und mehr) und Hannover, dann den Rennsteig-Marathon, im Juni kommt dann wieder Menden.

Jubiläen-Ecke

Im Februar 07 sind im Verein :

Hans Eisenhuth	12 Jahre
Konrad Waßmann	11 Jahre
Klaus-Dieter Kucht	10 Jahre
Karl-Heinz Bergmann	10 Jahre
Marianne Hohaus	9 Jahre
Lutz Forst	9 Jahre
Franz Lämmlein	8 Jahre
Ursula Weitermann	7 Jahre
Ralph Pütz	6 Jahre
Norbert Dzialas	3 Jahre

Wer ist wann u. wo für die LLG am Start.

Termine ++ Termine +

27.01.07 Düsseldorf
28.01.07 Refrath
04.02.07 Porz
11.02.07 Refrath

Wer feiert aktuell seinen Geburtstag?

29.01. **Walter Müller** 70 Jahre
04.02. **Burkhard Lennartz** 40 Jahre

Verbilligte Startnummern für zahlreiche Laufveranstaltungen und Strecken.
Bitte bei mir nachfragen. Udo

Bankverbindung: Kreissparkasse Siegburg, BLZ 370 502 99; KtoNr. 30 004 485

1. Vorsitzende : Birgit Lennartz-Lohrengel
2. Vorsitzender : Jürgen Steimel

Geschäftsführer : Udo Lohrengel
Kassierer : Wolfgang Menzel

Veranstaltungswart :
Konrad Waßmann