

**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, 04.06.2007

**Vereinsnachrichten 34-07**

**1. Birgits Bericht zu ihrem Doppelstart Troisdorf/Hennef**

Auch wenn mich der Rheinsteigextremlauf im Siebengebirge sehr gereizt hat, die Vernunft siegte, denn so weit bin ich noch nicht. Also stand am Samstagabend der zweite VR-Cup-Lauf in Troisdorf und am Sonntagmorgen der Europawochelauf in Hennef an.

Anreise per Rad, herrlich. In der **Troisdorfer** Innenstadt waren die Geschäfte noch offen und so wurden die sich warmlaufenden Läufer von vielen nur kopfschüttelnd oder gar mit Abneigung wahrgenommen. Ganz anders erlebte ich es am folgenden Morgen in Hennef, wo zu „früher“ Stunde vorwiegend Laufinteressierte unterwegs waren. Doch zurück nach Troisdorf. 88 Läufer rannten die 6,8 Runden durch die Fußgängerzone. Es war recht kurzweilig und die schwüle Witterung ließ etwas nach, als die Sonne sich zum Start verzog. **Uschi Weitemann** und **Gisela Buslei** liefen beide sehr gute Zeiten, was ich auch daran bemerkte, dass sie keinen Ton zu mir sagten, als ich sie überrundete. Voller Einsatz zahlt sich aus, denn sie gewannen auch ihre Altersklassen. **Bernd Nitsche** wurde in 38:43 min 13. Gesamt und 2. der M 45. Einen zweiten Platz belegte auch ich in 39:35 bei den Frauen und in der W 40. Damit führe ich die VR-Cupwertung an, nur leider kann ich beim 3. Lauf in Troisdorf-Spich nicht dabei sein.

Nach dem Rennen hieß es dann Energie tanken und zum lockern der Beine nach Hause radeln, denn am nächsten Morgen wollte ich in Hennef den Halbmarathon laufen. Je länger die Strecke, desto ruhiger das Tempo und ich freute mich, als ich an Gut Umschoß vorbei den Berg runterrollte, heute nicht so schnell rennen zu müssen. Es waren etliche LLG'ler

**Jubiläen-Ecke**

Im Juni 07 sind im Verein:

Klaus-J. Heckmanns	11 Jahre
Werner Gieseler	2 Jahre

Wer ist wann u. wo für die LLG am Start/ gemeldet:

07.06. **Strombach**, LennartzBi

**Termine ++ Termine +**

07.06.07 Strombach  
 09.06.07 Wesseling  
 10.06.07 Leverkusen  
 10.06.07 Siegburg  
 10.06.07 Rheinhausen  
 13.06.07 Köln  
 15.06.07 Troisdorf  
 15.06.07 Sankt Augustin  
 17.06.07 Ehreshoven  
**22.09.07 Vereinsausflug**

**Wer feiert aktuell seinen Geburtstag?**

06.06. Georg Zimny	61 Jahre
07.06. Wolfgang Menzel	52 Jahre
09.06. Bernd Nitsche	39 Jahre

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



anwesend, die selber liefen, betreuten, anfeuerteten oder den Nachwuchs ließen.

**Ab hier Udo:**

**Burkhard und Dagmar Lennartz** und ebenso **Marion und Thorsten Sohni** brachten zunächst ihrem Nachwuchs das Laufen bei.

Dann schickte man die Mittelstreckler (10 km) in die Natur, damit sie sich austoben konnten. Ein wildes Hakenschlagen und Gerenne auf den ersten 400 m, denn es starteten alle Größen und Gewichtsklassen und möglichst aus der ersten Reihe. In diesem Rennen auch 4 LLG'ler, die sich ausnahmslos gut zur Wehr setzten. Von einigen war allerdings auch zu hören, dass sich viele nur deswegen so beilgt

hätten, weil es so manche Köstlichkeit auf dem Marktplatz zu kaufen und zu kauen gab. War natürlich ein Gerücht, wenn ich auch so den einen oder anderen Kuchern bei der verschärften Nahrungsaufnahme gesehen habe. **Sigurt Zacher** wieselte im Gelände und auf der Strecke umher, um sich fotomäßig verdient zu machen, denn seine Nase und die umgebende Peripherie hielten ihn vom Laufen ab. **Birgit Wilms** und **Anne** und **Bernd** waren ebenfalls unterstützend und fachsimpelnd vor Ort. Unter den knapp 300 StarterInnen (286 im Ziel) über 10 km kam **Burkhard Lennartz** als 4. und 2.M40 in 36:39, **Olaf Kucher** als 10. und 4.M40 in 39:27, **Thorsten Sohni** als 13. in 40:26 und 1.M35 (Gnade der späteren Geburt) ins Ziel.

**Bankverbindung: Kreissparkasse**



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



wieder mit dem Rad fahren. Musste mich aber entscheiden ob mit dem alten oder dem Siegespreis: Ein Mountainbike. Da ich schon eines besitze, möchte ich es gerne für Kinder, Enkel etc., die evtl. eines benötigen zum Kauf für 100,- Euro anbieten.

**Ab hier wieder Udo:**  
Auch ich fand die Runde ganz nett



Kurz vor dem Ziel wurden die

Bratwurstduft empfangen, was evtl. nicht alle schätzten aber was Bratwurstmänn Martin Oberndörfer zu weltrekordverdächtigen letzten 100 m veranlasst hätten. (Martin startet seit Jahren nur bei Veranstaltungen, wo es im Ziel nach Bratwurst riecht oder zumindest garantiert werden kann, dass er 10 Minuten nach Ankunft ein solches Ding sein eigen nennen kann!)

Auf dem Marktplatz war allerhand los und von Minute zu Minute wurde es voller. Der Verein war mit 3 am Start.

**Frank Kyrion** rannte als 22.M40/61./191 und

**Norbert Fassbender** als 10.M55/171 durchs Ziel.

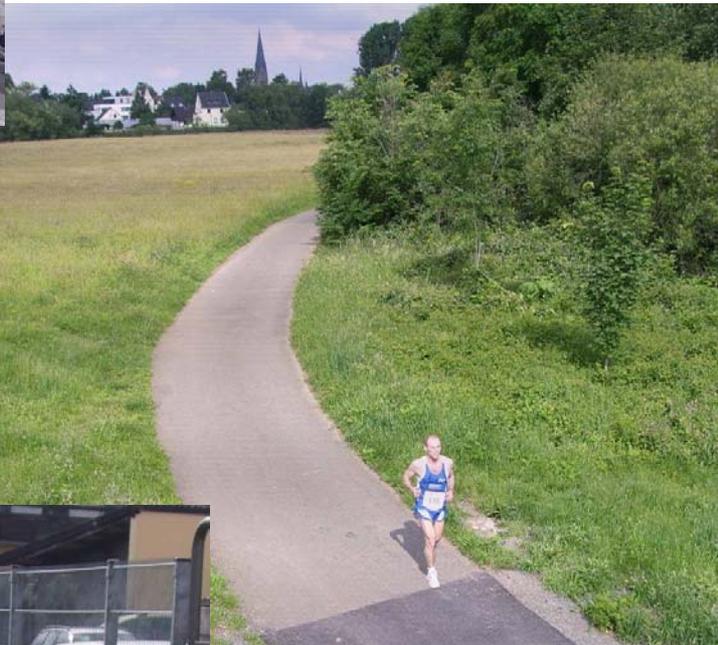


und den Anstieg besonders nett. Manches Wegestück kannte ich noch sehr gut, da Anfang der 90er Jahre mein Trainingsrevier, wo 150-200 Wochenkilometer abgerissen wurden. Ich betrachtete die Sache allerdings von erhöhter Position, nämlich vom Sattel meines Bikes, das mich über die Strecke trug. Im Feld auf den ersten 8 km ständig hin und her gependelt bis der Abstand zu den Führenden zu groß wurde. Die Runde war kurzweilig und ging – für die meisten – flott vorbei. LäuferInnen von frischem

Aber alles das wurde vom 1.Platz in der W40 und 2. Frau von 98 in 46:33 durch Antje Kucher getoppt. Holla!

**Ab hier wieder Birgit:**

Ich machte mich 20 Minuten später auf den langen Kanten. Wir liefen die ersten Kilometer der 10er-Strecke, um dann ab Allner am Dondorfer See entlang – wo ich in Erinnerungen an vergangene Tage schwelgte, als ich als junger Hüpfher mit Udo hier meine Trainingsrunden drehte. Udo wohnte von 1989 bis 1992 in einer Wohnung in der Brötalstraße, wo ich mich dann kurzfristig eingenistet hatte. Hinter Greuelsiefen ging es über die Oberauerer Brücke hoch nach Bödingen, die ersten Kilometer der Platinmanrunde (siehe auch Hinweis für Freitagabend!!!) umgekehrt, also hoch. Die Bergabpassage ins Bröltal war erträglich. Müschmühle, Allner Brücke und Hennef lag nach einer abwechslungsreichen Strecke mit Asphalt, Bergen, Schotter und guten Kilometerangaben wieder vor uns. So langsam merkte ich meine Beine und war froh nach 1:34:57 h das Ziel zu erreichen. Zurück durfte ich



6. inoffizieller Platinmanlauf am Freitagabend, den 8.6. um 19 Uhr in Hennef-Bödingen. Weitere Infos bei **Sabine Hubrig-Schaumburg**, 02683-984485, [sabine.hubrig-schaumburg@sungard.de](mailto:sabine.hubrig-schaumburg@sungard.de)

reissparkas

Fotos von Sigurt Zacher.

rengel

Geschäftsrunder : U  
Kassierer : V

