

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, 16.10.2007

Vereinsnachrichten 58-07

1. In geselliger Dienstagabend-Runde haben wir beschlossen, auch dieses Jahr wieder ein Weihnachtstreffen durchzuführen. Da das Brauhaus nicht bei allen gut angekommen ist, treffen wir uns dieses Jahr in anderen Räumlichkeiten. Ich habe für uns bereits einen Tisch reserviert am

Freitag, 7. Dezember
 ab 19:30 Uhr, im "Sion im Carré" (Neue Poststraße 15, Siegburg)

Anmeldungen gerne jetzt schon an mich, damit ich die ungefähre Personenzahl weiß.

(Ich nehme auch schon Anmeldungen für den Staffelmarahton in Pulheim am 13.01.2008 an, da die Staffelanmeldung bald erfolgen sollte.)

Marion Sohni



Jubiläen-Ecke
 Im Okt 07 sind im Verein:

Marianne Böttcher	13 Jahre
Ingeborg Krieger	13 Jahre
Bettina Knappe	9 Jahre
Karl-Heinz Tews	9 Jahre
Manfred Prokaska	8 Jahre
Achim Neitzel	7 Jahre
Gabi Schreiner	7 Jahre
Burkhard Vitt	7 Jahre
Stefan Grund	3 Jahre
Marlen Günther	3 Jahre
Thorsten Sohni	2 Jahre
Gaby Altenrath	1 Jahr



2. Das letzte Wochenende war bundesweit schön, auch, weil die Sonne sich keine Blöße gab und die Laufaktivitäten unterstützte.

Auch in Essen, wo es zum 45. Mal Rund um den Baldeneysee ging waren die Bedingungen optimal. Diese nutzte unser Top-M55er **Franz Lämmlein** zu einem Höllenritt um das große Wasser in Essens grüner Lunge. HM-Marke in 1:26:06 h war schon toll, aber das können viele.

Das Tempo dann zu halten und in 2:55:03 h anzukommen, gelingt nur den Wenigsten. Franz siegte in seiner AK und war unter den knapp 1600 unter den besten 50. Da kann man doch mal wieder sehen, was die Alten noch so drauf haben!



Wer ist wann u. wo für die LLG am Start/ gemeldet:
 21.10. Dresden, KucherA+O

Termine ++ Termine +

20.10. Hachenburg
21.10. Refrath
21.10. Ertstadt
21.10. Königswinter
27.10. Meckenheim
27.10. Vettelschoss
28.10. Remscheid
04.11. Bensberg



3. Bräunlingen, auf 700 müM deutlich höher gelegen, bot am Samstag knapp zweistellige Temperaturen, aber für Sonntag sollte es doch wärmer werden.

Der SchwarzwaldMarathon ist eine Zweitageveranstaltung. Am Samstag kann man sich mit einem 10 km-Lauf auf den HM oder Marathon am Sonntag einstimmen. 144 Frauen machten davon Gebrauch und **Birgit** war natürlich dabei. Eine ordentlich wellige Runde ums Areal kostete Power und Zeit, aber nach

42:17 war Birgit als 2. im Ziel. Dann erfolgte die Siegerehrung und kurz danach war die ganze Familie Lennartz im Einsatz. Vater **Dr. Karl Lennartz** hat mit seinem Band 3, Marathonlauf, sich ganz der Entwicklung des Frauenmarathons gewidmet und in einem Festvortrag die Entstehung des weiblichen Marathongeschehens in Deutschland vor Ort vor zahlreichen Gästen vorgetragen. Der Vortrag kam sehr gut, da auch viele der Anwesenden schon älter waren und ein Großteil der Entwicklung selbst miterlebt hatte. Der Sonntag begann den Tag mit Nebel und Minusgraden und erst nach 12 Uhr wurden es knappe 10°. Aber für die teilweise recht anstrengenden Kurse war es ziemlich ideal. Birgit entschied sich schon Tage zuvor, nur den HM zu laufen, da die Erkältung längst noch nicht abgeklungen war und auch den in einem angepassten Tempo. 1:34:42 h später war sie als 3. von 368 Frauen im Ziel.

4. 31. Straßenlauf in Bacharach. Das ist **Wolfgang Koppatsch'** Revier und hier lässt er auch nix anbrennen. Er schreibt:

„Nach einwöchiger Trainingspause konnte ich auf der fast ebenen Strecke wieder mein gewohntes Tempo laufen und kam mit 44:36 auf Platz 25 von 75 im Gesamteinlauf ins Ziel.“

Bankverbindung: Kreissparkasse Siegburg, BLZ 370 502 99; KtoNr. 30 0

Wer feiert aktuell seinen Geburtstag?
 17.10. Heinz Günther 63 Jahre
 18.10. Berthe Stock 70 Jahre

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





945 Athleten starten beim Bonner Drei-Brücken-Lauf Erneut rund 8 000 Euro für Kinder-Krebshilfe

Bereits zum 24. Mal veranstaltete die Abteilung Freizeitsport des TuS Pützchen 05 am Sonntag Drei-Brücken-Lauf. Die Starts für die Strecken über zehn, 15 und 30 Kilometer erfolgten am Morgen noch bei kühler Witterung am Hans-Steger-Ufer, später konnten die Läufer und Käuferinnen bei Sonnenschein pur auf der Strecke entlang der Beueler und Bonner Rheinpromenade das schöne Herbstwetter genießen.



Seit zehn Jahren wird der Drei-Brücken-Lauf zugunsten der Deutschen Kinder-Krebshilfe ausgerichtet. Anstelle eines Startgeldes bat der Ausrichter TuS Pützchen 05 auch dieses Jahr wieder um eine Spende für krebserkrankte Kinder. Aufgrund der Teilnehmerzahl von 945 Athleten und deren Spendenfreudigkeit wird mit einem Ergebnis in Höhe von etwa 8 000 Euro gerechnet.

Unter den Startern auch **Helmut Maatz**, der im 5 Min/km-Tempo ein tolles Rennen lief und so kurz nach dem Köln-Marathon andeutet, was noch geht und was wieder geht. Nach 2:29:47 h war Helmut im Ziel.

uLo

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