

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, 07.01.2008

Vereinsnachrichten 03-08

1. Am 6. Januar fand der **30. Ratinger Neujahrslauf** statt. Mitte der 80er hatte ich hier einige Male teilgenommen. Damals hieß er noch Silvesterlauf, da er am 31.12. stattfand. Seit einigen Jahren ist man auf den ersten Sonntag im neuen Jahr gegangen. Die 10 Km bestehen aus einer abwechslungsreichen 3,3 km langen Runde, auf der sich die knapp 450 Läufer pro Lauf gut verteilen. Denn erst starten um 12 Uhr die Läufer über 50 Minuten. Die Schnelleren sind um 13.30 Uhr dran. Bei bestem Wetter, leichter Sonnenschein und 7 C⁰ erreichte ich mit 39:56 min mein Vorhaben unter 40 Minuten und kam als 7., 1.W40 ins Ziel. Wer also auf einer abgemessenen Strecke Jahresbestzeit laufen will, der kann mit dem Training für den 4.1.2009 schon mal beginnen. Birgit

Jubiläen-Ecke
 Im Jan 08 sind im Verein:

Karl-Heinz Formanski	14 Jahre
Wolfram Hohaus	14 Jahre
Siegfried Klein	11 Jahre
Bernd Nitsche	11 Jahre
Alexander Rausch	11 Jahre
Günter Stolzenberg	11 Jahre
Frank Grischke	9 Jahre
Gerhard Pohle	9 Jahr
Dierk Vollmer	9 Jahre
Ralf Kläser	7 Jahre
Gisela Buslei	5 Jahre
Marlies Wimmeroth	4 Jahre
Marion Bader	3 Jahre
Brigitte Müller	3 Jahre

2. Am 06.01.08 fand in Grevembroich-Kapellen der 15. Drei-Königen-Cross statt. Auch wenn man bei diesem Namen eher mit gut gepflegten Waldwegen rechnet, hatte ich doch meine geliehenen Spikes eingepackt und eine kurze Hose angezogen, damit ich diese im Nachhinein nicht waschen musste... Ich startete in der Frauenhauptklasse, da es keine Altersklassenwertung der WJB gab. Mit dabei war auch mein Vater. Die 4,25 km lange Strecke führte über drei große und eine kleine Runde im und am Ertstadion. Der Start fand auf einer breiten

Wer ist wann u. wo für die LLG am Start/ gemeldet:
 12.01. **Bockenberg**, Koppatsch, LennartzBi
 13.01. **Pulheim**, 4 Mannschaften
 Einzelläufer Wolfgang Menzel

Termine ++ Termine +

12.01. Bockenberg
13.01. Pulheim
13.01. Refrath
19.01. Straberg
19.01. Essen
20.01. Porz
20.01. Düsseldorf
27.01. Wegberg
27.01. Refrath
17.02. Jahreshauptversammlung

Wer feiert aktuell seinen Geburtstag?

07.01. Birgit Wilms	42 Jahre
11.01. Eugen Kuntzmann	69 Jahre

Verbilligte Startnummern für zahl-reiche Laufveranstaltungen und Strecken.
 Bitte bei mir nachfragen. Udo



Wiese statt, so dass es nur zwei bis drei Reihen von Startern gab und alle nebeneinander standen. Dies machte sich direkt bei der ersten Kurve, die auf einen engeren Weg führte, bemerkbar: Ich wurde ein paar Mal angerempelt und bekam von überall hochspritzenden Schlamm ab. Nachdem sich das Feld dann etwas auseinander gezogen hatte, befand ich mich ungefähr auf Platz sieben der Frauengesamtwertung und versuchte ein bisschen aufzuholen. Auch wenn ich ein paar Mal mit den Spikes wegrutschte – die Nägel waren wohl zu kurz – klappte dies ganz gut und langsam überholte ich ein paar Frauen. Nachdem der etwas überforderte Moderator, in der zweiten Runde ansagte, dass ich die fünfte Frau war, beschloss ich noch einmal Gas zu geben und zu versuchen, aufs Treppchen zu kommen, also dritte Frau zu werden. So rannte und rutschte ich also über die mittlerweile immer schlammiger werdende Runde und schaffte am Ende mit 18:12 Min bis auf Platz zwei, was eine Überraschung war, denn ich dachte es wäre noch eine weitere Frau vor mir gewesen. Mein Vater kam mit 18:33 Min genauso dreckig wie ich ins Ziel. Im Nachhinein lässt sich sagen, dass dieser Lauf den Namen CROSSlauf wirklich verdient hatte und vielleicht hat er mir gerade deshalb so viel Spaß gemacht... Natalie Tesch

26. **18:12,4 Natalie Tesch LLG St. Augustin W 91** 2. F
 31. **18:33,3 Norbert Tesch LLG St. Augustin M 59** 5. M45

sparkasse Siegburg, BLZ 370 502 99; KtoNr. 30 004 485



2. Vorsitzender : Jürgen Steimel

gel

Geschäftsführer : Udo Lohrengel
 Kassierer : Wolfgang Menzel

Veranstaltungswart :
 Konrad Waßmann

3. Franz Lämmlein beginnt das neue Jahr direkt mit einem Knaller auf der Marathonstrecke und in der M55. Bei angenehmen Lauftemperaturen lief er auf dem 7-Runden-Kurs in Kevelaer am 06.01. unverschämt gute 3:04:40 h und gewann natürlich die M55 und wurde 12. von 261 Finishern.

4. Wolfgang Koppatsch begann das neue Jahr, wie er das alte aufgehört hat – auf der Wettkampfstrecke über 10 km. Dieses Mal war er in Düren beim 23. Dürener Stadtlauf am 05.01.08 und fegte durch die Fußgängerzonen um die Blumenkübel. Die AK zu gewinnen versteht sich von selbst, aber 46:06 zu laufen ist da schon erheblich beeindruckender.

5. Die Einladungen zur Jahreshauptversammlung am 17. Februar in Sankt Augustin

- wurden per e-mail an alle verschickt, von der wir eine durchlaufende Mailadresse haben.
- Bei Rückläufen, weil die Mailadresse nicht mehr zutrifft, haben wir die Einladung per Post verschickt.
- Mitgliedern, von denen wir keine Mailadresse haben, wurde die Einladung zur JHV per Post zugestellt.
- Ferner ist die Einladung auf der Homepage eingestellt und bleibt dort bis 17.02. einsehbar.

6. Pulheim steht unmittelbar vor der Tür. Fragen hierzu, vor allem was das gemeinsame Hinfahren angeht, können ebenfalls auf der Homepage eingesehen werden oder über Marion Sohni erfragt werden.

Anmeldungen oder Starts unter den nachfolgenden „Bezeichnungen“ bringen übers Jahr, in der Presse, bei Auswertungen, speziell zum Jahresende eine Menge Ärger mit sich und müssen unterbleiben. Das ist eine Auswahl der „Bezeichnungen, die ich im letzten Jahr gefunden habe

LLG. ST. Augustin
LLG Sankt Augustin
LLg SanktAugustin
LLG At. Augustin
LLG.St.Augustin
LLG.St. Augustin
LLg
LLG

7. Von Zeit zu Zeit ist es erforderlich auf die Schreibweise des Vereinsnamens hinzuweisen, da PC-Auswertungen und Chip-Zeit-Messsysteme, mit wenigen Ausnahmen, keine Äquivalenzerkennung haben.

LLG St. Augustin

Bitte ausschließlich bei Anmeldungen diese Schreibweise verwenden.

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