

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



Lohmar, 07.07.2008

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

**Vereinsnachrichten 33-08**

**1. 20. Rheinbogenlauf des TSV Weiss am 06.07. in Köln**

Bei guten äußeren Bedingungen gingen ca. 300 LäuferInnen auf die schnelle Strecke durch Wald und Feld. Aufkommender Wind in der zweiten Rennhälfte zwischen km 8 und Ziel brachten einige Zeitvorstellungen durcheinander.

Selbst traute ich mich nicht ins Rennen, da ein Tempoversuch beim Warmlaufen ziemlich kümmerlich ausging und ich mir partout nicht vorstellen konnte mit einer halbwegs befriedigenden Zeit ins Ziel zu kommen.

Diese Vorbehalte waren bei Natalie, BirgitLe, BirgitNe, Norbert, Gerhard und Achim nicht zu hören. Nach dem Startschuss um 10.15 ging es direkt flott zur Sache und als ich Achim bei km 2 „abholte“, riss der den folgenden Kilometer in 3:58 runter und als ich ihn prustend verließ standen 8:03 auf der Uhr. Birgit war schon durch als dritte Frau. Natalie 50 m vor ihr als 2. Gerhard, das laufende Stirnband (dieses Mal mit Handtuchvorrat im Kofferraum) hetzte vorbei und dann kam schon Birgit Neitzel. 10:10 bei km 2 waren gewaltig und bargen die Gefahr in sich, dass es zu schnell gewesen sein könnte. Ich versuchte zu bremsen, was mir aber nicht wirklich gelang und bei km 4 waren die Anzeichen des zu hohen Anfangstempos deutlich. Ich lief zurück und sah Norbert bei km 8 in wenig glücklichem Zustand, Birgit knapp dahinter.

Dann kam Achim, den ich von 8 nach 9 mitnahm und der sich zufrieden aussehend Richtung Ziel begab.

Natalie 39:14, 2.Frau, Birgit 40:10, 2.W40, BirgitNe 55:29, 8.W45, Norbert 40:43, 9.M45, Achim 43:07, 9.M40, Gerhard 44:17, 3.M55.

**2. 23. Gerolsteiner Stadtlauf am 05.07.08**

Gerolstein ist Koppatschland. Hier kennt ihn jeder Läufer und bis zur M45 herrscht die „Angst“ und bei allen anderen Ehrfurcht. In der Presse wird er dort stets besonders erwähnt.

„Über die 10 km waren 4 Runden mit je einer ca.200 m langen Steigung á 20 Höhenmeter zu laufen. Bei schwülwarmen Wetter kam ich mit 46:03 ohne mich voll auszugeben auf Platz 58 von 167 im Gesamteinlauf.“

Diesmal hatte ich in meiner AK noch einen Mitstreiter, für den ich als Begleitung noch eine Auslaufrunde einlegen konnte.

**3. Wenn Zwei sich so dermaßen amüsieren können, also über das gleiche lachen und über evtl. das gleiche die Stirn runzeln oder schimpfen, wenn also viel Übereinstimmung besteht, dann gibt es keinen Grund nicht zu heiraten.**

Das haben Hildegard und Konrad im Juni „erledigt“, wie die nachfolgende Anzeige dokumentiert.

**Jubiläen-Ecke**

Im Juli 08 sind im Verein:

Thomas Schmitz 4 Jahre

Wer ist wann u. wo für die LLG am Start/ gemeldet:  
 20.07. Waldniel, LennartzBi  
 27.07. Köln Braun

**Termine ++ Termine +**

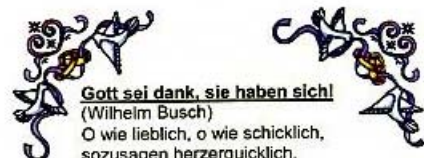
Siehe Homepage bzw. VL Kalender, den ein jeder haben sollte.

**Wer feiert seinen Geburtstag?**

05.07. Marion Bader 52 Jahre  
 06.07. Helmut Maatz 61 Jahre  
 11.07. Karl-Heinz Tews 58 Jahre

Nur noch 5 Startnummern stehen für den **GAG Erlebnishalbmara**thon am 10.08.08 in Köln für LLG-Mitglieder zum halben Preis zur Verfügung.

Bitte telef. bei mir melden. Udo



**Gott sei dank, sie haben sich!**  
 (Wilhelm Busch)

O wie lieblich, o wie schicklich, sozusagen herzerquicklich, ist es doch für eine Gegend, wenn zwei Leute, die vermögend, außerdem mit sich zufrieden, aber von Geschlecht verschieden, wenn nun diese, sag ich, ihre dazu nötigen Papiere, sowie auch die Haushaltssachen endlich mal in Ordnung machen und in Ehren und bezeiten hin zum Standesamte schreiten, wie es denen, welche lieben, vom Gesetze vorgeschrieben, dann ruft jeder freudiglich: "Gott sei Dank, sie haben sich!"

geb

30 004 485

Hildegard und Konrad Waßmann

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

Geschäftsführer : Hildegard Waßmann  
 Kassier : Konrad Waßmann

Veranstaltungswart :  
 Konrad Waßmann