

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, 14.10.2008

Vereinsnachrichten 57-08



Michaelsberglauf am 12.10.08
 Die LLG war auch am Streckenrand bestens vertreten, wie das Foto mit den **Marion, Anne und Dagmar** beweist. Familie Altenrath und Bergold u.v.m. waren ebenfalls vor Ort und hatten bei dem propperen Wetter ihren Spaß am Treiben auf und um den Marktplatz.
 So schrieb **Norbert Tesch**:
Kurz schon mal eine Schilderung meines Rennverlaufs, auch wenn ich meine genaue Zeit noch gar nicht weiß, muss aber eine 37:xx sein:

Jubiläen-Ecke
 Im Okt 08 sind im Verein:

Marianne Böttcher	14 Jahre
Ingeborg Krieger	14 Jahre
Wolfgang Koppatsch	13 Jahre
Bettina Knappe	10 Jahre
Karl-Heinz Tews	10 Jahre
Manfred Prokaska	9 Jahre
Achim Neitzel	8 Jahre
Gabi Schreiner	8 Jahre
Burkhard Vitt	8 Jahre
Marlen Günther	4 Jahre
Stefan Grund	4 Jahre
Thorsten Sohni	3 Jahre
Gaby Altenrath	2 Jahre
Petra Staneczek	1 Jahr
Helga Dick	1 Jahr
Dagmar Klandt	1 Jahr



Am Michaelsberglauf habe ich als Siegburger schon mehrmals teilgenommen und wie so oft in den Vorjahren fand er bei sonnigem Wetter statt. Mein Vorsatz war möglichst viele Punkte zu sammeln und meine Zeit vom Vorjahr (38:16min) zu verbessern. Nach einer mäßig schnellen ersten Runde glaubte ich zunächst das nicht mehr schaffen zu können. Zum Ende der zweiten Runde kam dann Udo's Schlachtruf "Norbert, du lachst ja noch", der mich gedanklich bis ins Ziel begleitete. Von der zweiten bis zur vierten Runde konnte ich mich um einige Positionen verbessern und biss mich dabei lange Zeit an Herbie Engels fest. Zum Ende der vierten Runde überholte ich ihn dann beim Bergablaufen, was ihn aber

nur noch mehr motivierte. Es über-

raschte mich nicht, dass er beim Anstieg zum Hexenturm auf

der fünften Runde noch zuzulegen hatte und im positiven Gefühl auf der letzten Runde zu sein kam ich in meinem bisherigen Tempo ins Ziel. Zu meiner positiven Überraschung erreichte ich dabei noch die ersehnte Bestzeit. Vielen Dank an alle LLG'ler an der Strecke, die durch ihre tolle Anfeuerung dazu beigetragen haben.

Die Starter waren Bernd Nitsche, Gisela Buslei, Frank Reinisch und Klaus Braun.

Bankverbindung: Kreissparka



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

12.10. Essen, SohniT, Hess
18.10. Vettelschoß , Rausch, Menzel
18.10. Waldbreitbach , Pohle, Tesch, Braun, LennartzBi
19.10. Refrath , LennartzBi, Lohrengel, NeitzelB+A
26.10. Remscheid , Menzel
26.10. Frankfurt , NeitzelB+A, KucherO
26.10. Königswinter , Reinisch
02.11. Bensberg , Tesch, Lennartz
09.11. Neuwied , Tesch, LennartzBi

Wer feiert seinen Geburtstag?

17.10. Heinz Günther	64 Jahre
18.10. Berthe Stock	71 Jahre
20.10. Frank Kyrion	42 Jahre

Es stehen noch Startnummern für den Martinilauf und Remscheid zur Verfügung. Alle Meldungen eilen sehr.

Liebe LLG'ler,
 bald wird es dienstags und donnerstags dunkel im Wald. Da nicht alle gerne bei Dunkelheit im Wald laufen und einige noch einen zusätzlichen Trainingstermin wünschen ist die Idee entstanden, sich ab dem 10. November, montags, um 18 Uhr an der Siegbrücke unter der Autobahn zwischen Menden und Troisdorf zu treffen und von dort die Siegrunde (über den Damm auf Troisdorfer Seite nach Bergheim, dort über die Sieg und auf der Bonner/St. Augustiner Seite an der Sieg entlang zurück) über ca. 15 Kilometer zu laufen.
 Damit ich (Birgit) nicht allein dort stehe, bitte ich um Rückmeldung (lennartz@marathon-und-mehr.de), wer Interesse hat und mitlaufen will und ob die Uhrzeit passt. Grüße Birgit

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

Bernd Nitsche teilte hierzu mit:

Leider wurde das Finale des Cups durch die späte, fehlerhafte und schwach vorgetragene Siegerehrung nicht gerade aufgewertet. Bei der Siegerehrung haben sich ein paar alte Männer gezeigt die überhaupt keine Ahnung von dem ganzen hatten. Letztes Jahr war das viel besser, als die TLG mit dem Vorsitzenden Friebe als Sprecher das gut gestaltet hatte. Schade auch das Norbert, Klaus und Gisela um bessere Platzierung (nach den Regeln) gebracht wurden.



Ich danke Euch jedenfalls für die tolle Unterstützung an der Strecke. Die habe ich zwischenzeitlich ganz gut gebrauchen können.

In der Tat fehlen auch am Dienstagnachmittag noch immer die Ergebnisse, aber zumindest wurde Bernd Nitsche mitgeteilt, dass man sich der „Verwirrung und Probleme zwecks Klärung annehmen werde.“

So ein Mörderteil kann sich jetzt Norbert auf die Esszimmervitrine stellen.



2. 11.10.08 TV Hangelar mit dem 27. VL Rund um den Flugplatz

Mächtig ungünstiger Zeitpunkt, für Siegburg wie für Sankt Augustin, aber eigentlich hat die Region so viele LäuferInnen, dass beide Veranstalter auf ihre Kosten kommen müssten. Wenn das nicht immer der Fall, muss man sein Angebot einer näheren Prüfung zu unterziehen.

Das Angebot haben **Burkhard Lennartz, Harald Müller und Wolfgang Koppatsch** geprüft. Wolfgang lief 44:59, 1.M75, Burkhard 37:37, 2.M40 und Harald 44:31, 16.M40.

3. Am 12.10.08 fand in Essen am Baldeneysee zum 46. Mal der Marathon um selbigen See statt. Er ist der Älteste in Deutschland und ungebrochen ist sein Zuspruch, denn wem es um eine gute Zeit geht, auf flacher, schneller Strecke mit ausreichend Konkurrenz und dennoch im Grünen gelegen, der ist in Essen richtig. **Karl-Heinz Tews und Thorsten Sohni** waren am Start. Thorsten



wollte seine Zeit von Münster etwas korrigieren und war bis HM sehr schnell auf den Beinen. In 1:29:22 h ging er durch. Was dann geschah kann man nur ahnen, aber wer sich schon mal an die 42 km herangemacht hat, kann sich etwas denken. Jedenfalls war Thorsten nach 3:09:29 h als 27.M35 im Ziel. Karl-Heinz lief in 1:35 an und eine 1:39 h darauf, was 3:15:42 h ausmachte und 7.M55. Es kamen 1134 Männer und 204 Frauen ins Ziel.

Nächste Ausgabe: Ein ganz schöner Brocken!

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

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

Geschäftsführer : Udo Lohrengel
Kassierer : Wolfgang Menzel

Veranstaltungswart :
Konrad Waßmann