

Langlaufgemo  
Geschäftsste  
Feldstraße 4



ugustin  
ar-Inger



LLG  
St.

Vereinsnummer der 30

Ein Sack voll Gesundheit Augustin  
Tel. 02246 911 647 Mobil 0171 - 7647 286  
Fax 02246 911 647  
info@LLG-St-Augustin.de www.LLG-St-Augustin.de  
www.marathon-und-mehr.de

Augustin

Lohmar, 25.12.2010

## Vereinsnachrichten 76-10

Merry Christmas and a Happy New Year



Weihnachtsgrüße gibt es dieses Jahr per email. Wir wünschen Euch frohe Weihnachten und viel Erfolg und Gesundheit in 2011. In Virginia Beach liegt kein Schnee. Trotzdem haben wir den Weihnachtsmann am Strand getroffen (siehe Beweisfoto).

Laufen können wir ohne Spikes. Am Strand ist sehr gut gestreut und es liegt überall Sand

Alles Gute und herzliche Grüße auch an die LLG

Hildegard und Konrad

An Weihnachten besuchen sich Familien und Freunde und tun etwas Gemeinsames oder sich was an.

Aus Hennef, Köln, Lohmar, Siegburg und Troisdorf waren sie gekommen, mit hängenden Bäumen oder Tränensäcken. Die einen hatten zuviel – von allem und die anderen vielleicht zu wenig von Allen. Aber, der Rothenbach heilt Wunden, manchmal nur für ein paar Stunden nach gemeinsamen Runden.

Birgit und ich näherten uns zu Fuß, da das Gefährt völlig vereist und die Straße verwaist vom Räumen, da an Weihnachten auch Bauhofmenschen träumen. Mit Klaus und Martin, Jürgen und Burkhard zockelten wir in den Winterwald gen Süden. Über Lohmar, Troisdorf und Siegburg zurück zum Ausgangspunkt. Es war nicht immer leicht und hat jedem gereicht.

Am 23.12., also dem Tag, wo ich die Staffeln für Pulheim anmelden wollte, erreichte uns die Absage einer Teilnehmerin. Sie gehört zum Team LLG 4 und sollte aus dem Kreis der LLG 1-3 ergänzt bzw. ersetzt werden. Natürlich würden wir uns freuen, wenn aus dem Pool der 4 ErsatzläuferInnen einer/eine bereit wäre einzuspringen. Was auch immer, werde ich am 28.12. die 4 Teams anmelden müssen.

Für Bonn, Gummersbach und Köln haben sich die meisten LLG'ler entschieden. Wie das Wetter werden wird, ist derzeit noch nicht konkret zu überblicken. Halten die sehr winterlichen Bedingungen an, dann wird es wohl deutlich schwerer als so manches Jahr zuvor.

Bei starkem Schneefall ist der Lauf in Bonn am Wenigsten gefährdet.

Die ersten Termine in 2011 sind dann für einige die Neujahrsläufe in Ratingen oder eine Woche später in Düren. Gleichwohl wird das Wetter und die davon abhängigen Straßenverhältnisse vermehrt ein Thema sein und sich auf die Planungen derzeit und zukünftig vermehrt auswirken.

**Weihnachten, Feiertage, Familie: Das bedeutet viel essen, viel Familie, wenig Bewegung und wenig frische Luft. Darum hier ein paar Termine, an denen wir gemeinsam einen Ausgleich dazu schaffen könnten:**

**Sonntag, 26.12.**, 10.30 Uhr *Rothenbachparkplatz*: Weihnachtsbratenundkeksevernichtungslauf Dauer je nach Wunsch

**Sonntag, 02.01.**, 10 Uhr *Rothenbachparkplatz*: Nach 2 Tagen 2011 sollten 2:11 h Laufen schon wieder möglich sein, oder wir versuchen 20,11 km

Wer zwischen den Tagen Urlaub hat: **Mittwochvormittags um 10 Uhr** treffen sich immer einige Damen – die sich auch über Herrenbegleitung freuen – zu einem Dauerlauf. Dauer ca. 1:30 h, Rothenbach.

### Jubiläen-Ecke

Im Januar sind im Verein:

Karl-Heinz Formanski	17 Jahre
Siegfried Klein	14 Jahre
Bernd Nitsche	14 Jahre
Alexander Rausch	14 Jahre
Günter Stolzenberg	14 Jahre
Frank Grischke	12 Jahre
Gerhard Pohle	12 Jahre
Dierk Vollmer	12 Jahre
<b>Ralf Kläser</b>	<b>10 Jahre</b>
Gisela Buslei	8 Jahre
Marlies Wimmeroth	7 Jahre
Marion Bader	6 Jahre
Anja Isbanner	3 Jahre

### Wer feiert seinen Geburtstag?

<b>Birgit Wilms</b>	<b>45 Jahre</b>
<b>Manfred Licharz</b>	<b>68 Jahre</b>
<b>Eugen Kuntzmann</b>	<b>72 Jahre</b>
<b>Angelika Engels</b>	<b>55 Jahre</b>

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

31.12. <b>Bonn</b> , NeitzelB+A, KucherO SohniT, Reinisch
31.12. <b>Gummersbach</b> , Oberndorfer, Tesch, EngelsA+H
31.12. <b>Köln</b> , LennartzBi, Dürr
09.01. <b>Kevelaer</b> , Lämmlein
16.01. <b>Pulheim</b> . 3 (4)Manschaften

### Noch Startkarten für:

13.03. Kandel (3)
20.03. Steinfurt (3)
26.03. Königstorst (5)
27.03. Köln (3)
03.04. Freiburg (2)
10.04. Bonn (14)
17.04. Weilburg (2)
24.04. Düsseldorf (2)
01.05. St. Wendel (2)
08.05. Düsseldorf (5)



(In Klammern Restkontingent)  
Weitere Veranstaltungen bitte nachfragen.

### JaHrEsHaUpTvErSaMmLuNg

der LLG  
am **13. Februar 2011** in  
Sankt Augustin, OT Menden

Restaurant  
„En de Kohweed“  
Beginn: 17 Uhr

Hautnah  
Kosmetikstudio  
Birgit Wilms  
Lambertstr. 3,  
Siegburg-Wolsdorf  
02241-1460298  
hautnah-wellness.de

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

Geschäftsführer : Udo Lohregel  
Kassierer : Wolfgang Menzel

ALTER	LEISTUNG	NAME	JAHRGANG	DATUM	ORT
22 Jahre	1:31:59	GÜNTHER Marlen	1983	24.07.2005	Köln
23 Jahre	1:28:25	GÜNTHER Marlen	1983	02.04.2006	Bonn
24 Jahre					
25 Jahre					
26 Jahre					
27 Jahre	1:57:40	MENZ Britta	1973	04.02.2000	Köln-Porz
28 Jahre	1:57:25	MENZ Britta	1973	14.01.2001	Egmond a.Z./NED
29 Jahre	1:27:12	LENNARTZ Birgit	1965	13.02.1994	Refrath
30 Jahre	1:21:34	LENNARTZ Birgit	1965	16.09.1995	Uster/SUI
31 Jahre	1:19:59	LENNARTZ Birgit	1965	01.09.1996	Leichlingen
32 Jahre	1:20:28	LENNARTZ Birgit	1965	22.06.1997	Trier
33 Jahre	1:25:44	LENNARTZ Birgit	1965	25.10.1998	Refrath
34 Jahre	1:23:24	LENNARTZ Birgit	1965	19.09.1999	Köln
35 Jahre	1:20:31	LENNARTZ Birgit	1965	05.02.2000	Ein Gedi/ISR
36 Jahre					
37 Jahre	1:38:27	MENZ Britta	1973	30.05.2010	Duisburg
38 Jahre	2:01:58	KNAPPE Bettina	1964	04.05.2002	Mainz
39 Jahre	1:29:47	LENNARTZ Birgit	1965	28.03.2004	Bensberg
40 Jahre	1:29:00	LENNARTZ Birgit	1965	06.03.2005	Selfkant
41 Jahre	1:39:14	KUCHER Antje	1964	09.07.2005	Brühl
42 Jahre	1:30:29	LENNARTZ Birgit	1965	27.10.2007	Vettelschoss
43 Jahre	1:29:10	LENNARTZ Birgit	1965	15.03.2008	Köln
44 Jahre	1:31:43	LENNARTZ Birgit	1965	21.11.2009	Köln-Porz
45 Jahre	1:27:31	LENNARTZ Birgit	1965	20.11.2010	Köln-Porz
46 Jahre	1:44:21	KUCHER Antje	1964	25.04.2010	Bonn
47 Jahre	1:51:08	BUSLEI Gisela	1960	07.10.2007	Köln
48 Jahre	1:54:15	BUSLEI Gisela	1960	20.04.2008	Bonn
49 Jahre	1:54:16	SCHUY Gerlinde	1957	02.04.2006	Bonn
50 Jahre					
51 Jahre	2:06:21	BADER Marion	1956	24.06.2007	München
52 Jahre					
53 Jahre					
54 Jahre	1:46:04	ENGELS Angelika	1956	25.09.2010	Vettelschoss
55 Jahre	1:40:33	GUTBRODT Dietlinde	1942	15.06.1997	Boren
56 Jahre					
57 Jahre					
58 Jahre	2:04:26	WEITERMANN Ursula	1949	22.04.2007	Bonn
59 Jahre					
60 Jahre					
61 Jahre					
62 Jahre	2:31:58	MERTEN Kläre	1933	05.03.1995	Niederzier
63 Jahre	2:40:20	MERTEN Kläre	1933	23.03.1996	Bensberg

Folgenden Übersichten werden in den VN angeboten:

- 10 km **Männer**, alle Jahrgänge (VN 72-10)
- 21,1 km **Männer**, alle Jahrgänge (VN 73-10)
- 42,2 km **Männer**, alle Jahrgänge (VN 74-10)
- 3000 m **Männer**, alle Jahrgänge
- 5000 m **Männer**, alle Jahrgänge
- 10000 m **Männer**, alle Jahrgänge

Folgenden Übersichten werden in den VN angeboten:

- 10 km **Frauen**, alle Jahrgänge (VN 75-10)
- 21,1 km **Frauen**, alle Jahrgänge (VN 76-10)
- 42,2 km **Frauen**, alle Jahrgänge
- 3000 m **Frauen**, alle Jahrgänge
- 5000 m **Frauen**, alle Jahrgänge
- 10000 m **Frauen**, alle Jahrgänge

---

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

Geschäftsführer : Udo Lohrengel  
Kassierer : Wolfgang Menzel

Veranstaltungswart :  
Marion Sohni