

**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, 23.07.2011

**Vereinsnachrichten 47-11**



**Ob im Sitzen, Liegen oder Stehen – diese 3 Damen hatten anlässlich des Siegtal Triathlons alles im Griff.**

Das Foto zeigt die glücklichen Drei nach der Siegerehrung auf dem Marktplatz in Hennef.

Da jede sich in seiner Schokoladenseite zeigen konnte, wären auch zahlreiche Männerteams an ihnen gescheitert und auch auf höherer Ebene wäre ein Teamerfolg ziemlich sicher gewesen. *Berichte und Fotos auf der HP*

**16.07. Run of Colours der Dritte**

Es berichtet **MarionW**

Am 16.07.2011 ging es nach Köln in den Rheinauhafen zum Run of Colours, zu Gunsten der deutschen Aidshilfe. Wetter am Abend, bewölkt, 22 Grad und sehr windig...Windgeschwindigkeit bis zu 40 km/h....also sehr böig am Rhein und leichter Nieselregen. Die Laufstrecken waren 5 km und 10 km. Also eine bzw. 2 Runden, entlang des Rheins. Start und Ziel war der Harry Blum Platz im Kölner Rheinauhafen.

Parken war wirklich super. Direkt am Rheinauhafen befindet sich ein Parkhaus mit 1,5km Länge. Eigens für diesen Laufevent, war die Parkgebühr ab 3 Std. 6 Euro, egal wie lange man sich dort aufhielt. Für Kölner Verhältnisse echt human. Zum Rahmenprogramm bleibt anzumerken, einfach top !!!

Auffallend war, dass alle Mitarbeiter der Orga, super freundlich und kinderlieb waren. Kinderanimation wie Hüpfburg und Kinderschminken, war alles kostenlos nutzbar. Auch Popcorn und Muffins wurden den Kleinsten geschenkt. Die Teilnehmer erhielten alle einen Schlüsselanhänger in Form des Kölner Doms zusammen mit zahlreichen Proben. Die Stimmung war echt super....Samba Gruppen säumten die Laufstrecke....viele Zuschauer...kostümierte Teilnehmer....fast ein Vorgegeschmack auf den 11.11.

Zielverpflegung war sehr reichhaltig...selbst für die 5 km Läufer...Obst, Süßigkeiten, Knäckebrot, Wasser, Bier....jede Frau, die ins Ziel kam, bekam eine langstielige rote Rose. Mit von der Partie waren auch Schauspieler von "Verbotene Liebe". Auch Benjamin Kiss und Joy Abiola von "Unter Uns" waren dabei und standen rein zufällig neben mir am Start.

Großzügige Preise wie Flugtickets nach Amsterdam, iPad 2, Wellnesskoffer, Studioführungen und Mitgliedschaften im Fitnessstudio, warteten auf die 3 erstplatzierten Frauen und Männer des jeweiligen Laufes. Leider habe ich diese, als Vierte, um 6 Sekunden verpasst. :-). Auch wenn es zum Ende hin, der Wettergott nicht mehr so gut mit den Läufern meinte, war es ein sehr schöner, eindrucksvoller Abend. In der Ergebnisliste erscheine ich ohne Vereinsangabe. Sehr unverständlich, denn die Teilnahmebestätigung per Post kam mit Vereinsangabe im Adressfeld.



Name: Marion Wiemker-Schneider  
Distanz: 5km Lauf  
Platzierung gesamt: 4  
Platzierung in der Altersklasse: 1  
Zeit (netto): 00:24:04



Köln, 16. Juli 2011  
Vereinsname: Lohmar-Lauf-Club  
Zugaben der Fokidae Köln | www.aideshilfe.koeln.de



**Jubiläen-Ecke**  
Im Juli sind im Verein:  
Thomas Schmitz 7 Jahre  
Frank Reinsch 3 Jahre  
Manfred Licharz 1 Jahr

**Wer ist wann u. wo für die LLG am Start / gemeldet:**  
22.07. **Horrem**, Ziegert, Pohle  
23.07. **Frankfurt**, LennartzBi  
28.07. **Köln**, LennartzBi  
31.07. **Köln**, NeitzelB+O, Wiemker T+M, Oberndorfer, Kyron  
05.08. **Aachen**, LennartzBi  
06.08. **Brodenschbach**, LennartzBi  
06.08. **Mülheim**, WiemkerM+T  
12.08. **Hausen**, LennartzBi  
04.09. **Köln**, WiemkerT

**TRAININGSZEITEN/-Orte:**  
Montag, 18.00 Uhr Menden  
Dienstag, 18.30 Uhr Rothenbach  
Mittwoch, 09.30 Uhr Rothenbach  
Donnerstag, 18.30 Uhr Rothenbach  
Samstag, 15.30 Uhr Rothenbach

**Wer feiert seinen Geburtstag?**  
27.07. **Harry Bergold** 64 Jahre  
29.07. **Nadine Groß** 30 Jahre

**Noch Startkarten für:**  
28.07. Köln (1)  
30.07. Bad Pyrmont (2)  
05.08. Aachen (1)  
20.08. Nürburgring (2)  
27.08. Niederzier (2)  
29.08. Simmern (3)  
04.09. Köln (2)  
05.09. Darmstadt (3)  
11.09. Münster (2)  
**(In Klammern Restkontingent) Weitere Veranstaltungen bitte nachfragen.**

**Privattherapeutische Praxis**  
**René Bischor**  
Alfred-Keller-Str. 50  
53721 Siegburg  
Tel. 02241-1202801  
*Osteopathische Behandlungen*  
**Manuelle Therapie  
Massage  
Lymphdrainage**

**Am 23.07. habe ich die bestellten neuen LLG-T-Shirts (mit kurzem Arm) von der Beflockung in Köln abgeholt. Es handelt sich um einen sehr gut aussehenden Transferdruck. Allerdings verträgt dieser Druck kein Bügeln und auch nicht den Aufenthalt im Trockner. Es sind alle Größen vorrätig und können dienstags und donnerstags am Rothenbach anprobiert und übernommen werden.**

1. Vorsitzende : Birgit Lennartz  
2. Vorsitzender : Jürgen Steimel  
Geschäftsführer : Gudrun Engel  
Kassierer : Wolfgang Menzel