

Langlaufgemeinschaft Sankt Augustin
Geschäftsstelle
Feldstraße 4 D-53797 Lohmar-Ingel



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, 31.08.2011

Vereinsnachrichten 60-11



Von guten Bedingungen und nur wenig Matsch wird von der 36. Auflage um die Sengbachtalsperre gesprochen. Ca. 900 LäuferInnen waren vor Ort und genossen das wellige Vergnügen im Grünen. Im Angebot sind die Meile, 3 und 11 km und eben der HM, der sich gegenüber früher etwas in der Streckenführung verändert hat, wie mir Birgit erzählte.



Der TV Witzhelden ist seit Jahrzehnten routinierter Ausrichter und sorgt sich stets schon in den Vortagen um die Strecke, die er mit seinen Leuten sogar abfeigt, wenn erforderlich. Am frühen Morgen war es frisch bis kühl und für einige hatte schon die Handschuhsaison begonnen, aber oben rum...

OlafK war im HM-Rennen und schreibt:

Ich bin den Lauf schon 2008 einmal gelaufen und hatte noch gut den langen Anstieg bis ins Ziel im Gedächtnis, aber auch die schöne Strecke rund um die Talsperre, die mal hoch, mal runter geht und nur ab und zu flach ist. Auch ist der Lauf sehr gut organisiert und mit 40 min Fahrzeit nicht zu weit, einmal einen Abstecher ins schöne Bergische Land bei Leichlingen zu machen. Diesmal waren von meinem Gefühl her mehr LäuferInnen am Start, denn die vielen Parkmöglichkeiten waren schnell voll. Zum Glück war ich schon um 9 Uhr da und bekam noch einen Parkplatz auf der etwas matschigen Wiese.



Startnummer abholen, einlaufen und noch mal kurz in den Wald, dann ging es pünktlich um 10:10 Uhr auf die 21 km-Strecke. Birgit war auch am Start, so dass ich diesmal nicht der einzige LLGler war. Anfangs hielt ich mich hinter ihr, aber nach etwa 4 km hatte ich eine homogene Gruppe gefunden. Zu viert liefen wir ein gutes Tempo und überholten viele der vor uns gestarteten Walker und Läufer auf der 11 km-Strecke. Nach der ersten Überquerung der Sperrmauer und dem danach folgenden Anstieg zog sich die Gruppe doch etwas auseinander. In der zweiten

Runde lief ich allein und konnte das Tempo aber weiter gut halten. Diesmal kam ich auch besser den Anstieg zum Ziel wieder hoch. Hier war ich das letzte Mal etwas eingebrochen. Trotzdem war ich froh, als ich nach 1:34 h über die Zielmatte lief. Kurz nach meinem Einlauf kam auch Birgit als souveräne Siegerin ins Ziel. Kommentar eines anderen Läufers: "Überall wo man startet, läuft sie (Birgit) auch, und meist sogar zwei Strecken!" Tipp: Die Duschen sind zwar ein Stück entfernt, aber der Weg lohnt sich, denn sie sind fast so gut wie zu Hause. Alles in allem ein schöner Lauf in schöner Gegend, der sich lohnt.

Jubiläen-Ecke

Im September sind im Verein:

Jürgen Banse	18 Jahre
Heinz Günther	18 Jahre
Ernst Gust	18 Jahre
Mathias Hörmann	18 Jahre
Burkhard Lennartz	18 Jahre
Birgit Lennartz	18 Jahre
Ingrid Lennartz	18 Jahre
Karl Lennartz	18 Jahre
Heiner Lindner	18 Jahre
Udo Lohrengel	18 Jahre
Wolfgang Menzel	18 Jahre
Henning Ruhser	18 Jahre
Jürgen Steimel	18 Jahre
Tillmann Stock	18 Jahre
Dieter Schuy	18 Jahre
Gerlinde Schuy	18 Jahre
Rüdiger Hötger	11 Jahre
Olaf Kucher	9 Jahre
Gerd Dürr	8 Jahre
Anne Gerlach	8 Jahre

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

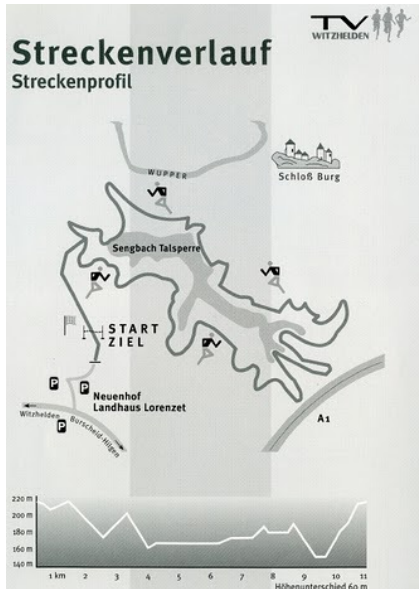
- 27.08. **Niederzier**, Reinisch, Ziegert
- 01.09. **Berg. GL**, Oberndorfer, Lohrengel, LennartzBi
- 04.09. **Köln**, WiemkerT, Menzel
- 10.09. **Engelskirchen**, Oberndorfer
- 11.09. **Köln**, Dürr
- 17.09. **Bedburg**, LennartzBi
- 18.09. **Sydney**, Menzel
- 18.09. **K'winter**, LennartzBi
- 23.-25.9. **Vettelschoß**, LennartzBi
- 24.09. **Troisdorf**, WiemkerM+Th
- 25.09. **Erfstadt**, KucherA+O
- 25.09. **Herten**, Oberndorfer
- 02.10. **Köln**, Buslei, Groß, Oberndorfer, KucherA+O, Kyrión, Trinks, Isbanner

Wer feiert seinen Geburtstag?

- 31.08. **Henning Ruhser** 47 Jahre
- 31.08. **Gerhard Pohle** 61 Jahre
- 01.09. **Dieter Schuy** 66 Jahre
- 02.09. **Stefan Grund** 49 Jahre
- 04.09. **Manfred Prokaska** 54 Jahre
- 06.09. **Helmut Altenrath** 64 Jahre

Noch Startkarten für:

- 11.09. Münster (1)
 - 18.09. Karlsruhe (2)
 - 24.09. Vettelschoß (1)
 - 24.09. Troisdorf (2)
 - 24.09. Duisburg (2)
 - 02.10. Essen (3)
 - 09.10. Essen (3)
 - 09.10. Siegburg (5)
 - 23.10. Refrath (5)
 - 30.10. Remscheid (2)
 - 30.10. Frankfurt (1)
 - 06.11. Bensberg (4)
- (In Klammern Restkontingent)
 Weitere Veranstaltungen bitte nachfragen.



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

- Geschäftsführer : Udo Lohrengel
- Kassierer : Wolfgang Menzel

Marion Sonni