



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, 09.01.2012

## Vereinsnachrichten 03-12

eulenkopflauf.de

Am 31.12. fand in Wuppertals Nordwesten wieder der Eulenkopflauf statt, ein Landschaftsmarathon, der sich in 5 Teilabschnitte aufteilt, die zwischen 5 und 12 km lang sind. FranzL ist dort seit vielen Jahren Stammkunde, wohnt er doch in Wuppertal. Es ist eine ganz

hervorragende Möglichkeit, eine lange Einheit mit anderen gemeinsam abzureißen und zum anderen, eine adäquate Vorbereitung für den stets eine Woche später stattfindenden Marathon in Kevelaer. Da Franz auf den Fotos vom Eulenkopflauf nicht zu finden war fragte ich vorsichtshalber mal nach, ob er, wenige Minuten vor der M60, vielleicht doch im Bett geblieben ist oder auf der Strecke war. Franz: „War die ganze Strecke als Scout der schnelleren Gruppe dabei und hatte die Aufgabe die "Nachzügler" immer wieder heran zu führen. Viele taten sich bei Matsch und Regen sehr schwer und konnten das Tempo nicht halten. Da die Hintere selten aufs Foto kommen, war ich also auch nicht zu sehen...“

### Jubiläen-Ecke

Im Januar sind im Verein:

Karl-Heinz Formanski	18 Jahre
Wolfram Hohaus	18 Jahre
Marlies Wimmeroth	18 Jahre
Siegfried Klein	15 Jahre
Bernd Nitsche	15 Jahre
Alexander Rausch	15 Jahre
Gerhard Pohle	13 Jahre
Dierk Vollmer	13 Jahre
Gisela Buslei	9 Jahre
Anja Isbanner	4 Jahre
Marion Bader	7 Jahre

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

08.01.	Kevelaer, Lämmlein
14.01.	Bensberg, LennartzBi
15.01.	Pulheim, 4 Teams
29.01.	Leverkusen, Oberndörfer
29.01.	Hilden, Lämmlein
29.01.	Troisdorf, Pohle, Lohregel Engels, Tesch, Reinisch, Dürr, Buslei, Gerlach, Engels
26.02.	Malta, Oberndörfer
04.03.	Leverkusen, Köster, Lohregel, Oberndörfer
11.03.	Kandel, NeitzelA+B
24.03.	Bensberg, Hess
01.04.	Freiburg, Neitzel A+B

### Wer feiert seinen Geburtstag?

10.01.	Manfred Licharz	69 Jahre
11.01.	Eugen Kuntzmann	73 Jahre
19.01.	Angelika Engels	56 Jahre

### Noch Startkarten für:

04.03.	Leverkusen (8)
11.03.	Kandel (2)
11.03.	Ertstadt (2)
24.03.	Bensberg (5)
25.03.	Köln (2)
22.04.	Bonn (5)
22.04.	Düsseldorf (4)
22.04.	Limburg (2)
22.04.	Antwerpen (2)
12.05.	Lohmar (5)
19.05.	Luxembourg (6)
29.04.	Düsseldorf (5)
10.06.	Waxweiler (2)



(In Klammern Restkontingent)  
 Weitere Veranstaltungen bitte nachfragen.

### TRAININGSZEITEN-/Orte:

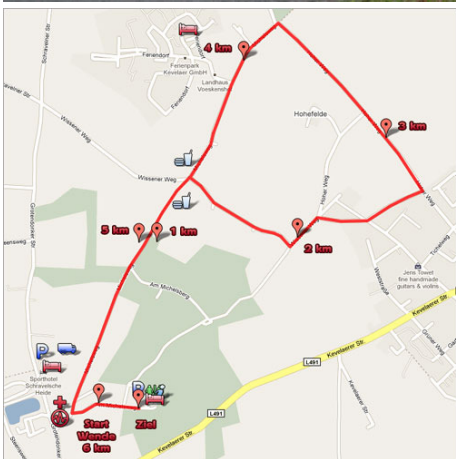
Montag,	18.00 Uhr	Menden
Dienstag,	18.30 Uhr	Rothenbach
Mittwoch,	18.00 Uhr	Aggerstadion
Donnerstag,	18.30 Uhr	Rothenbach
Samstag,	10.30 Uhr	Aggerstadion
Samstag,	15.30 Uhr	Rothenbach



## 10. LLG Kevelaer-Marathon 8. Januar 2012

Als ich am frühen Sonntagmorgen gen Kevelaer aufbrach, war hier das Wetter ziemlich grausig und man hätte mir schon allerhand bieten müssen, unter diesen Bedingungen auf Marathon zu setzen. Aber, nördlich Köln wurde es besser und ab

Duisburg war es trocken, wie vor Ort und das bis gegen 13 Uhr. Franz kam pünktlich und ging entspannt zum Start um 10 Uhr. Sich seiner Leistungsfähigkeit bewusst, ließ er es, nicht wie viele andere, langsam angehen. Als die ihr Tempo nicht mehr halten konnten, kam Franz und arbeitete sich in 3:16 h bis zum AK-Sieg vor. Neben Training fruchten hier viele Jahre Erfahrung. Am Start waren es 8°, etwas windig, als 329 LäuferInnen die 7 Runden á 6 km in Angriff nahmen. Die Streckenlänge, wie die Organisation stimmen. Die Wirtschaftswege sind überwiegend asphaltiert. Die Menge Zuschauer entspricht in etwa dem Autoverkehr auf der Strecke



## Pulheim - Staffelmorathon

4 Teams am Start.  
 3 Männerteams (2xM40, 1xM35)  
 1 Frauenteam W40

Alle Beteiligten haben von mir eine Meldebestätigung per Mail erhalten. Marions Hinweise/Informationen siehe Homepage. Die wesentlichen Fragen dürften beantwortet sein. Vor Ort wird sich alles Weitere klären. 85 % waren schon in den Vorjahren dabei und kennen die Prozedere.

Übrigens – Das Startgeld, satte 240 Euro (4x60), zahlt der Verein, die LLG St. Augustin, da Aktivitäten, wo wir leistungsklassenübergreifend und gemeinsam auftreten unterstützt und gefördert werden sollen, da es bei dieser

Veranstaltung partout nicht um Leistung geht.

Wer derzeit in der Nähe von Agger, Sieg oder Rhein trainieren möchte, der kann sich vorher über die Belaufbarkeit der Wege entlang dieser Flüsse informieren.

<http://luadb.lds.nrw.de/LUA/wiski/pegel.php>