

Langlaufgemeinschaft Sankt Augustin

Geschäftsstelle

Feldstr. 177, 53177 Lohmar-Inger

Vereinsnummer der LLG St. Augustin

siehe Homepage

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, 21.10.2012

Vereinsnachrichten 67-12



31. Volkslauf „Rund um den Flugplatz“ am 13. Oktober in Hangelar. Angeboten werden 3,8 und 10 Kilometer. Die Strecke ist flach, aber recht windanfällig. Trotzdem laufe ich hier gerne. Zum einen habe ich ganz in der Nähe von Start und Ziel die ersten vier Jahre meines Lebens verbracht, zum anderen meine ich, wenn schon ein Heimatverein einen Lauf anbietet, so soll man auch daran teilnehmen. Natürlich leidet die Teilnehmerzahl durch den Marathon in Köln am nächsten Tag, trotzdem waren fast 150 LäuferInnen über 10 Km am Start auf dem erst vor kurzem neu eingeweihten Sportplatz. Von der



LLG St. Augustin wurden Birgit Lennartz und Sigi Klein von Wolfgang Koppatsch und Heiner Lindner angefeuert. Sigi gewann in 51:12 min die M 70, Birgit hatte es etwas schwerer, schaffte es aber trotzdem mit 42:50 min als erste knapp vor der zweiten Frau das Ziel zu erreichen. Schade, das nicht mehr Läufer von der LLG dabei waren. Keine weite Anreise, eine gut organisierte Veranstaltung, sowohl was die Streckenmarkierung und Zeitmessung, also auch Sanitäranlagen und Versorgung angeht. **BiLe**

Im Oktober sind im Verein:

Marianne Böttcher	18 Jahre
Ingeborg Krieger	18 Jahre
Wolfgang Koppatsch	17 Jahre
Bettina Knappe	14 Jahre
Karl-Heinz Tews	14 Jahre
Manfred Prokaska	13 Jahre
Achim Neitzel	12 Jahre
Burckhard Vitt	12 Jahre
Stefan Grund	8 Jahre
Thorsten Sohni	7 Jahre
Gaby Altenrath	6 Jahre
Helga Dick	5 Jahre
Marion Kramer	3 Jahre
Mario Müller	1 Jahr

RheinEnergie Marathon Köln

präsentiert von der Sparkasse KölnBonn



16. RheinEnergie Marathon Köln 2012

Nach dem Ausstieg des Titelsponsors Ford, Ende 2008, und einer gewissen finanziellen Durststrecke, ist inzwischen Licht am Ende des Tunnels. Das Kölner Unternehmen Rheinenergie, schon von Anfang an als Sponsor des Laufs tätig, hat den Sprung zum Titelsponsor gewagt und gibt für die nächsten 3 Jahre eine gewisse finanzielle Sicherheit. Was gab es noch neues in diesem Jahr? Die im letzten Jahr geänderte Laufstrecke, wurde wieder etwas verändert. Die Marathonis laufen nun bis Rodenkirchen. Es wurde noch an einigen Ecken und Kanten etwas gefeilt, um sie schneller zu machen. Der vormals doch recht enge, und bei Regen matschige Verpflegungsbereich auf der Wiese des LVR Turms, wurde auf das Gelände des HDI-Gerling-/RTL-Gebäudes verlegt. Dies war den Sicherheitsanforderungen geschuldet, da die Zahl der Voranmeldungen inzwischen auf 25.131 Teilnehmer angewachsen ist.

Weihnachtsessen 2012
07.12. - 19:30 Uhr
Griechen "Sirtaki",
Holzgasse Siegburg

An Laufwettbewerben wurden neben dem Marathon, noch Minimarathon, Halbmarathon, Schulmarathon, Staffelmara-
thon und eine Ultradistanz über 63 Km angeboten. Die beliebteste Distanz war der Halbmarathon, ausgebaut mit 13.194 Voranmeldern. Den Beginn machten um 8:30 Uhr, bei 8°, die Halbmarathonläufer. Wollte Sabrina Mockenhaupt eigentlich an diesem Tag eine Trainingseinheit mit Ausstieg bei der 35 Kilometermarke bestreiten, konnte das Team um Racedirektor Markus Frisch Sie vom Gegenteil überzeugen." Bitte bei uns nicht nur zum Spaß 35 km, dann lieber richtig den Halbmarathon laufen". Sie peilte also eine Zeit um 01:20 an, und schaute sich erstmal an der Startlinie um. Wo waren die vor angemeldeten Spitzenläuferinnen, die Bestzeiten zwischen 01:08 und 01:19 abrufen konnten? Aufgefallen ist Ihr bestimmtes Lauftalent Nina Stöcker, die Mockis Streckenrekord am letzten Samstag, über die 15-km beim Internationalen Rothaar-Waldlauf, um gut eine halbe Minute unterboten hatte. Sabrina legte also schon am Start den Schalter um, von schnellem Trainingslauf, auf Sieg. Und tatsächlich war es Nina Stöcker LG Ratio Münster die am meisten Druck machte. Am Ende fehlten Nina 20 Sekunden und Sie wurde 2. in 1:17. Sabrina siegte in 1:16:40, und schon kurze Zeit später stand Sie, frisch geduscht und geschminkt, auf der Hauptbühne, und moderierte hoch motiviert die Veranstaltung mit.

Die Starter beim Marathonlauf warteten Punkt 11:30 auf den Startschuss, aber nichts passierte. Kurz darauf dann die Durchsage des Veranstalters, das der Start um circa 10 min. verschoben wird. Begründet wurde es damit, dass sonst das Elitefeld auf die langsameren Skater auflaufen würde. Die meisten der Starter hatten sich schon Ihrer warmen Oberbekleidung entledigt, und man hatte richtig Mitleid mit den frierenden Kenianern und Äthiopiern. Im Elitefeld dominierten die Läufer des wärmeren Kontinents, und man wusste, dass Sie den Sieg unter sich ausmachen würden. Eine Prämie für den schnellsten deutschen Läufer, wie in Münster praktiziert, wäre da wünschenswert.

Bericht von ThomasW aus-
zugsweise. Gesamtbericht auf
www.laufreport.de

Auch wenn der Vereinsausflug uns dann noch in den Knochen steckt...
Wer hat Interesse, am 3.11. in einer Staffel (bis zu 5 LäuferInnen) beim 6-Stunden-Lauf in Troisdorf mit-zurennen? Bitte bei Birgit (lennartz@marathon-und-mehr.de) melden.
Weitere Infos findet Ihr unter www.marathon-ultra-team.de/6h

Mit 15 min Verspätung, geht es schließlich für die gut 5000 Teilnehmer auf den Kurs. Temperaturen um die 10°, leichter Wind und ein hochkarätiges Elitefeld ließen auf einen neuen Streckenrekord hoffen. In der 10 köpfigen Führungsgruppe wurde mächtig Druck gemacht. Die 10 km fallen in 29:50, HM nach

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

- 14.10. **Gardasee**, Lichtenberg
- 20.10. **Schmallenberg**, Hess, LennartzBi
- 21.10. **Bonn**, Tesch, Maatz
- 21.10. **Refrath**, Böttcher, Reglin MüllerH
- 21.10. **Amsterdam**, Oberndörfer
- 28.10. **Remscheid**, WiemkerM+Th Kyriou
- 28.10. **Frankfurt**, KucherA+O SohniT
- 01.11. **Köln-Museum**, ganz viele
- 03.11. **Troisdorf**, 1-2 Teams
- 04.11. **Bensberg**, LennartzBi
- 10.11. **Bonn**, Zacher, Ziegert
- 11.11. **Istanbul**, Tesch
- 11.11. **Bottrop**, WiemkerT
- 11.11. **Leverkusen**, Oberndörfer
- 11.11. **Beirut**, Menzel

Wer feiert seinen Geburtstag?

- 31.10. **Thomas Wiemker** 47 Jahre
- 01.11. **Gisela Buslei** 52 Jahre
- 02.11. **Natalie Tesch** 21 Jahre
- 04.11. **Anja Isbanner** 42 Jahre

Noch Startkarten für:

- 04.11. Bensberg (4)
- 11.11. Bottrop (1)
- 11.11. Leverkusen WI
- 02.12. Mondorf (4)
- 09.12. Aegidienberg (7)
- 09.12. Köln (4)
- 31.12. Bonn (16)



(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

2. Vorsitzender : Jürgen Steimel

Geschäftsführer : Udo Lohngel
Kassierer : Wolfgang Menzel

Veranstaltungswart :
Harry Bergold

1:03:34. Bei km 34 wird es spannend- Tempoverschärfung, eine 4er Gruppe übernimmt die Führung. Neumarkt, km 39, jubelnde Menschenmassen, 2 Läufer setzen sich ab, der 22 jährige Äthopier Limenih Getachew, und der deutlich erfahrenere Kenianer Alfred Kering. Deutzer Brücke, die letzten 200 m, die Siegprämie von 10.000 Euro fest im Blick, legt Getachew noch mal zu und führt. Die vorfahrenden Begleitmotorräder verlassen nun die Rennstrecke, und biegen kurz vor dem Ziel in eine Seitenstraße ab. Getachew, den sicheren Sieg vor Augen, hinterher und ins Aus! Kering geht vorbei, und gewinnt in 2:07:37, neuer Streckenrekord. Getachew wird zweiter in 02:07:39, vor dem Kenianer Duncan Koech in 02:07:53. Am Abend konnte er aber schon wieder lachen, da seine Siegprämie angehoben werden sollte. Die Begleitmotorräder sollten sich eigentlich schon frühzeitig vom Feld absetzen, um ein Fehllaufen zu verhindern. Kommunikationsprobleme zwischen Verantwortlichen und dem erfahrenen Motorradfahrer führten letztlich zur Fehlleitung. Bei den Damen stellte die 7 fache Mutter, Helena Kiprop, aus Kenia mit 2:25:35 einen neuen Streckenrekord auf.