

Langlaufgemeinschaft Sankt Augustin
Geschäftsstelle
Zum Friedenskreuz 7 D-53797 Lohmar



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, 13.03.2013

Vereinsnachrichten 15-13



In Kandel waren letzten Sonntag alle überaus zufrieden, denn der Erfolg verteilte sich nicht nur auf die Sieger oder das Wetter.

Beim traditionsreichen Bienwald-Marathon im südpfälzischen Kandel gingen 1930 Anmeldungen ein, am Start heute waren es 1619, darunter 504 Marathonläufer.

Die Meldezahlen sind lediglich ein Faktor, die

Typologie der Strecke, die Organisation und der Service sind wesentlich wichtigere, die in der Laufszene über das Wohl und Weh einer Veranstaltung entscheiden. Das auf dieser Strecke ganz Besonderes möglich ist erfuh auch BirgitL, die dort 1989 in 2:41 h Deutsche Marathonmeisterin wurde und ein Jahr darauf 2:38:15 lief und ebenfalls gewann.

Neben der schnellen Strecke, die durch die langen Geraden allerdings auch windanfällig sein können, bietet der Bienwald-Marathon eigentlich fast alles, was ein attraktiver Stadtmарathon ausmacht. Zum Beispiel Marathonmesse, Zuschauer-Shuttle oder Geäckdepot. Oder die Promi-Starter. Dies ließ sich der inzwischen als Ministerpräsident a.D. zu betitelnde Kurt Beck einmal mehr nicht nehmen, die mehr als 1600 Starter auf die Reise zu schicken. Lediglich die dicht gedrängt stehenden Zuschauermassen am Rande der Strecke wird man im Bienwald vergeblich suchen, selbst im Stadion sind die Athleten samt Betreuer oder Familienangehörigen eher unter sich. Eines jedenfalls ist sicher, die Zeiterjäger wie auch die Landschaftslauf-Anhänger kommen ebenso auf ihre Kosten wie auch diejenigen, die ohne Druck zum vermeintlichen Ausgang des Winters ihre Form einmal testen möchten.

Ihre Form testeten auch **BirgitN und Achim** und die Freude stand ihnen hernach ins Gesicht geschrieben, weil beide mit Leistungen einliefen, an die sie im Vorfeld nicht zu glauben gewagt hatten. Birgit zeigt das Foto oben auf der Strecke und auch auf der Zielgeraden immer noch stilsicher vorwärtstrebend. Von Achim gibt es keine Fotos, was evtl. mit der Geschwindigkeit zu tun haben könnte, man weiß es nicht, aber deswegen halt 2 x Birgit.



Im März sind im Verein:

Achim Teusch	17 Jahre
Thomas Neu	16 Jahre
Helmut Altenrath	9 Jahre
Rolf Köster	9 Jahre
Birgit Neitzel	8 Jahre
Karsten Dzialis	7 Jahre
Frank Kyron	6 Jahre
Angelika Engels	3 Jahre
Bernhard Lichtenberg	1 Jahr

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

10.03. Erfstadt , Kyron
16.03. Rodenkirchen , LennartzBi
17.03. Bensberg , Menzel, Tesch, KucherO
17.03. Friedberg , Oberndörfer
23.03. Ibbenbüren , LennartzBi
30.03. Erpel , LennartzBi, Lohren-gel
07.04. Freiburg , Tesch
14.04. Bonn , SohniT, KucherA+O, Kyron, Köster, WiemkerM
Brendel, Oberndörfer
28.04. Dresden , KucherA+O

Wer feiert seinen Geburtstag?

19.03. Karl Lennartz 73 Jahre
20.03. Thomas Schmitz 47 Jahre
28.03. Arnold Pietras 62 Jahre

Wir sind immer noch klar über 100 Mitglieder, was für einen reinen Lauf- also Ausdauerverein stattlich ist. Gleichwohl werden wir alle seit Jahren älter und das Durchschnittsalter im Verein steigt natürlich mit. Aber richtig schön, wertvoll und spannend wäre eine Mischung von vielleicht 30 Jahren bis alt und sehr alt.

Ich möchte hiermit aufrufen, Mitglieder zu werden und einen jeden bitten, sich daran zu beteiligen. Lediglich eine kleine Einschränkung würde ich gerne beachtet wissen, nämlich dass zu Werbende möglichst aus dem näheren Umfeld bis Rhein-Sieg-Kreis kommen, damit Kontakt gewahrt werden kann. Alle, die sich erfolgreich daran beteiligen, werden besonders bedacht.

Was geschah vor 15 Jahren?
 Entnommen: LLG Jahrbuch 1998

ZDF März/April 1998 vor Ort Nordrhein-Westfalen
 Läuferin Birgit Lennartz ist in „Conrad und Co“ zu Gast
 Die achtmalige Deutsche Meisterin im 100-Kilometer-Lauf, die Siebgerin Birgit Lennartz, ist bei Susanne Conrads Nachmittags-Talk-Show Conrad und Co (ZDF, Samstag, 7. März 1998, 16.00 Uhr) zu Gast. Birgit Lennartz erzählt in der Sendung mit dem Untertitel „Fit oder Fertig? Zwischen Sport und Fitneßwahn“ über ihre Erfahrungen mit dem Maßhalten beim Sport: „Vor allen Dingen darf man nie vergessen, daß Sport als eine der schönsten Nebensachen des Lebens in erster Linie Spaß machen soll“, meint die 32jährige Diplom-Sportlehrerin und Fachbuchautorin. Verbissenheit und bitterer Ernst seien dabei gerade nicht angebracht. Wer sehr viel Sport treiben wolle, erklärt die Europarekordhalterin, die seit Januar wieder voll trainiert, müsse unbedingt einen Ausgleich für die Belastungen schaffen. Lennartz selbst, die sich gerade zur Krankengymnastin ausbilden läßt, bevorzugt dazu Gymnastik, Massagen, Saunagänge und eine gesunde Ernährung. Weiterer prominenter Gast bei „Conrad und Co“ ist der ehemalige Mittelstreckenläufer Thomas Wessinghage.

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

Noch Startkarten für:

17.03. Bensberg (2)
24.03. Köln (4)
30.03. Erpel (3)
07.04. Freiburg (1)
14.04. Bonn (4)
14.04. Düsseldorf (2)
21.04. Antwerpen (2)
28.04. Düsseldorf (5)
05.05. Heilbronn (2)
05.05. Frechen (4)
11.05. Lohmar (5)
29.05. Bonn (4)
26.05. Weeze (5)
26.05. Königswinter (3)
26.05. Refrath (4)

(In Klammern Restkontingent)
 Weitere Veranstaltungen bitte nachfragen.



Im März 1998
 Ein herzliches Dankeschön für die Aufmerksamkeit anlässlich meines 100jährigen Geburtstags.
 Mit sportlichen Grüßen
 Josef

Veranstaltungswart : Frank Kyron

2. Vorsitzender : Jü