

Langlaufgemeinschaft
Geschäftsstelle
Zum Friedenskreuz

Vereinsnummer der LLG St. Augustin

Tel. 02246 - 911 647
Priv 02246 - 915 90 80
info@LLG-St-Augustin.de, www.
www.marathon-und



Lohmar, 28.12.2017

Vereinsnachrichten 36-17

Weihnachts- und Nachweihnachtslaufprogramm



25.12.
Menden Treffpunkt Siegrunde
Als Ilse Martin fragte, warum er

noch die Pantoffel anhatte, da fiel es auch ihm auf. Aber im Kofferraum fand er doch die Laufschuhe. Thorsten führte uns seine neue Kopfbedeckung vor und Klaus versteckte sich hinter Ilse, da er uns die weihnachtlichen Mahlzeiten nicht sofort zeigen wollte. 14,5 km wurden nach zurückgegangenem Hochwasser gelaufen.



26.12.
Um 9 Uhr morgens noch dunkel aber der Tagschläfer Harry und Frühaufsteher Frank kamen zum RB, bei ordentlich Nass von oben. Im dichten Tann und auf dem HoTchi spürten wir den Regen nicht mehr, weil die Beine und der Rest zu tun hatten. Frank lief als wäre er auf der Flucht.



27.12.
Es war eine Millimeterentscheidung... Dennoch mussten wir einige, die nicht passten, zurück lassen:-)
Es ging über Zäune in die nahe Heide, denn das Aggerstadion ist großflächig rundherum gesperrt, weil man der Vorstellung erlegen ist, dass sich die Flutlichtmasten zur Erde neigen ob der oftmals grausigen Anblicke oder aus Altersgründen? Martin und Klaus tanzten durch und über matschige Wege und so mancher Spaziergänger heftete seine Augen an diese sich gazellen-gleich Fortbewegenden. Mir wurden solcherlei Blicke nicht zuteil. Vielleicht wurde meine Leichtigkeit der Fortbewegung nach außen nicht so

Im Dezember sind im Verein:

Eugen Kuntzmann	23 Jahre
Alois Weyer	23 Jahre
Dagmar Müller-Lennartz	22 Jahre
Martin Oberndörfer	14 Jahre
Christof Hess	12 Jahre
Norbert Tesch	10 Jahre
Ingo Retzmann	4 Jahre

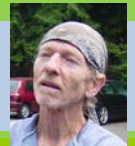
Wer ist wann und wo für die LLG am

03.12.	Mondorf, Reinisch, KuckR, Lorenz-Kimmich, Maatz, Braun
31.12.	Köln, Oberndörfer, Neitzel B+A, LennartzBi, Reinisch
31.12.	Bonn, Lorenz-Kimmich
07.01.	Kevelaer, Lämmlein
13.01.	Bensberg, LennartzBi
28.01.	Pulheim, 1 oder 2 Teams
03.02.	Dieringhausen, Schmittllse
04.02.	Königswinter, Kaulbach
18.03.	Bonsberg, Lorenz-Kimmich
15.04.	Bonn, Lorenz-Kimmich, Braun, Schmittllse

Wer feiert seinen Geburtstag?

03.01. Stephanie Antoniou 48 Jahre

04.01.
Herbie Engels
70 Jahre



TRAININGSZEITEN-/Orte:

Montag,	18.00 Uhr	Menden
Dienstag,	18.30 Uhr	Rothenbach
Mittwoch,	18 Uhr	Tempotraining
Donnerstag,	18.00 Uhr	R'bach
Samstag,	15.30 Uhr	Rothenbach

Noch Startkarten für:

03.02.	Dieringhausen (5)
04.03.	Leverkusen (7)
10.03.	Köln (5)
18.03.	Bensberg (5)
18.03.	Köln (5)
15.04.	Bonn (16)
22.04.	Refrath (6)

Weitere Veranstaltungen bitte nachfragen.

Freitag, 29.12.	Alter Sportplatz St. Augustin-Niederpleis <i>Strecken der Kindheit</i>
Sonntag, 31.12.	diverse Silvesterläufe Letzte Möglichkeit die Jahresbestzeit über 10 km zu erreichen
Montag, 1.1.	Jahreswillkommenslauf oder Alkoholverdunstungslauf 15 Uhr Zum Friedenskreuz 7 in Lohmar-Inger <i>Fernsichten in die Kölner Bucht und ins Siebengebirge</i>

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

sichtbar...