



Vereinsnummer der LLG St. Augustin im LVN : 1430

Tel. 02246 - 911 647 Mobil 0151-25866395
Priv 02246 - 915 90 80
info@LLG-St-Augustin.de, www.LLG-St-Augustin.de
www.marathon-und-mehr.de

Vereinsnachrichten 02-18

In Deutschland kommt als erster Marathon des Jahres seit 15 Jahren Kevelaer um die Ecke und weil in frommen Kreisen als Pilgerort bekannt, hat sich das auch bei den LäuferInnen herumgesprochen.



16. LLG KEVELAER MARATHON 07. Januar 2018

Lohmar, 11.01.2018

Im Januar sind im Verein:

Wolfram Hohaus	24 Jahre
Bernd Nitsche	21 Jahre
Siegfried Klein	21 Jahre
Günter Stolzenberg	21 Jahre
Alexander Rausch	21 Jahre
Dierk Vollmer	19 Jahre
Gisela Buslei	15 Jahre
Johannes Kaymer	4 Jahre
Britta Breunig	1 Jahr
Rainer Kuck	1 Jahr

Wer ist wann und wo für die LLG am Start

07.01. Kevelaer, Lämmlein
13.01. Bensberg, LennartzBi
21.01. Porz, Oberndörfer
28.01. Pulheim, Lämmlein 1 oder 2 Teams
03.02. Dieringhausen, Schmittlse Reinisch, LennartzBi
04.02. Königswinter, Kaulbach Lorenz-Kimmich
04.03. Leverkusen, NeitzelA
18.03. Bensberg, Lorenz-Kimmich NeitzelA, Lämmlein
05.04. Bonn, Schmitzllse
15.04. Bonn, Lorenz-Kimmich, Braun, Schmitzllse, Paffrath Wilms
15.04. Bockenheim, NeitzelA

Wer feiert seinen Geburtstag?

07.01. Birgit Wilms	52 Jahre
07.01. Max-Thoms Wiemker	11 Jahre
10.01. Manfred Licharz	75 Jahre
11.01. Eugen Kuntzmann	79 Jahre
16.01. Sandra Wingen	35 Jahre
18.01. Achim Teusch	66 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	(2)
04.03. Leverkusen	(6)
10.03. Köln	(5)
18.03. Bensberg	(4)
18.03. Köln	(5)
15.04. Bonn	(16)
22.04. Refrath	(6)

Weitere Veranstaltungen bitte nachfragen.



Ca. 420 wollten es so früh im Jahr wissen, ob die weihnachtliche Schlemmerei folgenlos blieb oder dies zum Anlass nahmen, die Gewichtsverhältnisse wieder gerade zu rücken. Nach dem Genuss der Kalorien nun der Kilometergenuss.

Da so ein Marathon nicht unter 42 km zu haben ist und längst nicht alle Laufwilligen diese Ausdauer präsentieren können, gab es in diesem Jahr erstmalig ein Staffelanbot, was schon nach einem Tag Anmeldung ausgebucht war.

So war man dabei, konnte mitlaufen und auf sich abfärben lassen, was geht oder gehen

könnte...

Es ist ein 7 Rundenkurs und verlangt neben antrainierter Fähigkeit auch läuferische Disziplin, denn sonst ist man schneller im „Ziel“ als erhofft, weil man 6-mal an selbigem vorbeilaufen muss. Aber auch das Auge muss für den Blick auf Kleinteiliges geschult und gewillt sein, denn es ist Landschaft pur, durch die man läuft. Etwas Wald, viele Felder, bewirtschaftete und unbewirtschaftete Grünflächen. Zweibeinige Lebewesen findet man an der Verpflegungsstelle und auf dem Begegnungskilometer. Diese Zusammenstellung von „Auf-fälligkeiten“ lässt auch beim Unbedarften erahnen, dass es ein spezielles Vergnügen sein muss und jeglicher Marathon-Eleve wäre schon bald von See-lenpein befallen.

Anfang Januar, also zu Beginn des Winters, kann es ebensolchen geben und wenn winterliche Zutaten das



u.U. 4 und mehr Stunden währende Geschehen begleiten, dann ist viel von dem gefordert, was vielen dann oft bis in den März fehlt. Leidenschaft und Biss.

Das mag ja auf so manchen zutreffen, aber nicht auf Franz, denn der kanns! Viele Male ist er zu Jahresbeginn nach Kevelaer gepilgert und hat sich dort die Marathon-Absolution für das Jahr geholt. Wer hier in passabler Zeit durchkommt, hat zwar immer wieder Respekt vor der Aufgabe aber keine Angst mehr.

Es war frisch am Sonntagmorgen und LäuferInnen wappneten sich mit wärmenden Textilien. Jedenfalls die meisten, denn das Foto zeigt einen in Blauf, der damit nix am Hut hat. Er ist von Hause aus Schotte und mit den vorherrschenden Bedingungen stieg in ihm wohl die wärmende

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

Geschäftsführer : Udo Lohrengel
Kassierer : Wolfgang Menzel

Veranstaltungswart :
Marion Sohni



heimatliche Vertrautheit auf. Insider haben sich aber gewundert, denn er trug eine Kniertight, Handschuhe und ein Hütchen. Accessoires, die man bei ihm nicht kennt. 2° und böiger Wind, Leben in Deutschland haben ihn verweichlichen lassen. Und fragt man sich, wie er es trotzdem gut ausgehalten hat, dann gibt es eine höchst einfache Erklärung: Er ist gerannt. Jeden Kilometer in 3:30-3:35 und war nach 2:31 h im Ziel – als Sieger!

Franz (Nr. 97) ein Garant für Podestplatzierungen in seiner AK machte sich zügig auf den Weg und legte die ersten 6 Runden deutlich unter 30 min zurück. Erst in der letzten Runde kam ein Konkurrent angefliegen, den er nicht mehr halten konnte. Franz: Wollte etwa 3:35 laufen und habe in 3:27:18 die



Erwartungen über erfüllt. Das so ein Außerirdischer Karl Graf (Foto links. Rechts von Franz in kurzer Hose) mir den ersten Platz geklaut hat war schon dreist... So Platz 2 von 13 in der AK und Platz 34 von 241 Gesamt. P.S.: die M 60 mit 27 TN hätte ich gewonnen...hätte ja noch unten melden können...Genug geweint, alles Stöhnen auf hohem Niveau! Das Wetter hatte mitgespielt, kein Regen, etwa 3 Grad und freilich teilweise Gegenwind. Insgesamt gut laufbar: muss ja nicht immer Schneesturm wie vor 4 Wochen im Siebengebirge sein. Gehe im Königsforst von guten Bedingungen aus. Wenn nicht, laufe ich trotzdem.

Pulheim Staffelmarahton

Mangels Interesse derzeit eine Teilnahme nicht erkennbar.

3. Tag der WLS Bockenbergr entfällt, da umgestürzte Bäume die Strecke nicht belaufbar machen.

Jahreshauptversammlung der L L G

am 18. Februar 2018

und wieder im Restaurant
„En de Kohweed“ Siegstraße 8
53757 Sankt Augustin