

Langlaufgemeinschaft Sankt Augustin
Geschäftsstelle
Zum Friedenskreuz 7 D-53797 Lohmar

Vereinsnummer der LLG St. Augustin im LVN 30141

Tel. 02246 - 911 647 Mobil 0151-25866395
Priv 02246 - 915 90 80 Mobil 0151-42427198
info@LLG-St-Augustin.de, www.LLG-St-Augustin.de
www.marathon-und-mehr.de



Lohmar, 01.01.2021

Vereinsnachrichten 01-21

SILVESTERLAUF der LLG auf Birker Strecke

Bereits 1990 fand der Birker Silvesterlauf statt und es war für die heimischen Ausdauerer eine sehr schöne, aber auch höchst anspruchsvolle Gelegenheit, sich am Jahresende seinen Fans zu zeigen. Für die Jüngeren ein Aufwärmprogramm für die anstehenden, nächsten Aktivitäten. Für die Älteren oft eine Möglichkeit, die bisherige AK erhobenen Hauptes zu räumen und mit Freude in die neue AK zu starten.

Die Konkurrenzsituation zu anderen Silvesterlaufanbie-

tern,
fehlen-
de
Unter-
stützung

des TuS Birk, kaum noch Helfer und Streckenposten stoppten diese sehr schöne, familiäre und ortsnahe Veranstaltung vor ca. 15 Jahren. Nach einigen Jahren Pause gab es einen kurzen Neuanfang, der sich aber nach 2 Austragungen auch erledigte.

Die LLG und ihr Vorgänger der ASV, waren stets mit zahlreichen LäuferInnen am Start und hatten, insbesondere am Ab- bzw. Nachspann im Bürgerhaus



stets, manchmal sogar ausuferndes Interesse bis spät in den Abend. Unten findet ihr eine Übersicht von LLG-LäuferInnen mit ihren besten Zeiten am Birker Silvesterlauf. Viele davon sind auch heute noch läuferisch aktiv. Interessant zu sehen, zu vergleichen, sich zu freuen, sich zu erinnern, wann, was, wo und mit wem so alles lief oder möglich war.

Am 31.12.20 rief Birgit zum Ablaufen der damaligen Strecke auf und gut erinnern konnten sich **Harry, MarionS, Birgit, Olaf und Udo. KlausK, Christine, Ilse und Ludger** lernten die Strecke erstmalig kennen.

Vom Rothenbach über die breite Zufahrt zum Friedwald trafen wir am Anstieg zum Schweigeberg auf die Wettkampfstrecke bei km 3,3. Flach ging es weiter bis zur

in Januar sind im Verein:

Wolfram Hohaus	27 Jahre
Günter Stolzenberg	24 Jahre
Siggi Klein	24 Jahre
Bernd Nitsche	24 Jahre
Dierk Vollmer	22 Jahre
Gerhard Pohle	22 Jahre
Gisela Buslei	18 Jahre
Johannes Kaymer	7 Jahre
Britta Breunig	4 Jahre
Rainer Kuck	4 Jahre
Sven Becker	3 Jahre
Jörg Hartnack	2 Jahre
Timur Trinks	2 Jahre
Daniela Drose	2 Jahre
Dirk Mauruschat	1 Jahr

Für die LLG am Start:

17.01. Pulheim verlegt auf 28.02.

Wer feiert seinen Geburtstag?

01.01.	Marcus Zink	54 Jahre
03.01.	Stephanie Antoniou	51J.
04.01.	Herbie Engels	73 Jahre
07.01.	Birgit Wilms	55 Jahre
07.01.	Max-Th. Wiemker	14 Jahre
10.01.	Manfred Licharz	78 Jahre
11.01.	Eugen Kuntzmann	82 Jahr
16.01.	Sandra Wingen	38 Jahre

TRAININGSZEITEN-/Orte:

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





Zwölf-Apostel-Buche bei km 5, wo wir rechts abbogen und 1 km bergan liefen bis auf den Höhenweg nach rechts bei km 6. Diesen Weg liefen wir bis Ende und bogen oben angekommen nach links ab Richtung Albach bei km 8. Durch Albach überquerten wir nach steilem Anstieg die Franzhäuschenstraße und durch eine Wohnstraße verlief die Strecke wieder im Wald Richtung Fernmeldeturm. An diesem Anstieg gab der Wald den Blick auf das Birker Sportgelände – oben – frei und früher war dann das Ziel, anfangs im und später vor dem Stadion, erreicht. Wir hatten jetzt die Hälfte und liefen einen Alter-

nativweg zurück nach Albach und dann auf dem Original bis zum Ende des Schweigeberges. Von dort nach links zum Parkplatz zurück und schon waren 12 km eingesammelt. Ilse entdeckte neue Strecken, Christine, Marion und Klaus freuten sich über den Fernblick von Inger auf die weit entfernten Konturen des Doms.

Am Parkplatz angekommen packte die stets vorausdenkende Marion eine Flasche Sekt aus und im Abstand von 1 Ilse erfreuten wir uns an diesem köstlichen Tropfen. Sich mit guten Wünschen ins nächste Jahr verabschiedend wurde die fröhliche Runde aufgelöst.

Zeit	Jahr	Name	Vorname	AK	Noch im Verein
00:33:50	1997	Lennartz	Burkhard	M30	ja
00:35:31	2004	von Witsch	Felix	M30	nein
00:38:13	1994	Lohrengel	Udo	M40	ja
00:38:15	1993	Müller	Harald	HK	ja
00:38:17	1994	Steeger	Udo	M30	nein
00:38:18	1997	Hassel	Bernhard	M35	nein
00:39:01	1999	Lennartz	Birgit	W30	ja
00:39:50	1998	Schmidt	Jörg	M30	ja
00:41:10	2003	Nitsche	Bernd	M45	ja
00:41:57	1997	Maatz	Helmut	M50	ja
00:42:02	2000	Kuck	Rainer	M35	ja
00:42:03	2001	Engert	Frank	M35	nein
00:42:19	1999	Rausch	Alexander	M45	nein
00:42:37	2003	Neitzel	Achim	M35	ja
00:42:43	1993	Rettig	Helmut	M55	nein
00:42:44	1994	Gust	Ernst	M50	ja
00:42:44	1997	Bergmann	Karl-Heinz	M35	ja
00:43:02	2003	Kucher	Olaf	M40	ja
00:43:02	2005	Günther	Marlen	WHK	nein
00:43:11	2001	Ziegert	Jürgen	M35	nein
00:43:27	1994	Hempel	Peter	M50	nein
00:43:29	1994	Steeger	Ulrike	W30	ja
00:43:30	1998	Klein	Siegfried	M55	ja
00:43:32	2006	Dürr	Gerd	M50	nein
00:44:16	1994	Schuy	Dieter	M45	ja
00:44:45	2005	Sohni	Thorsten	M35	ja
00:45:15	2003	Prokaska	Manfred	M45	ja
00:45:22	1996	Zimny	Georg	M50	†
00:45:58	2003	Oberndörfer	Martin	M30	ja
00:46:13	2003	Koppatsch	Wolfgang	M70	ja
00:46:15	1996	Bergold	Herbert	M45	ja
00:46:21	2006	Hötger	Rüdiger	M45	ja
00:46:25	2000	Vollmer	Dierk	M55	ja
00:46:55	2005	Hess	Christof	M40	ja

Zur gleichen Zeit war [Timur](#) in Bonn unterwegs, um auf der dortigen Silvesterlaufstrecke 10 km zu laufen. Dafür gab es ein Zeitfenster von 24 Stunden. Aber es ist nunmehr verbrief, dass Timur dieses nicht voll ausgeschöpft hat und bereits nach 46:03 Min zurück war.

[MartinO](#) vor der Haustüre...

Mit Startnummer und Buff vom Nürnberger Silvesterlauf lief ich von Porz am Rhein entlang über Zündorf nach Langel, von dort landeinwärts zum Wahner Golfplatz. 10 km sollten es werden. Der Regen hat nicht gestört, sondern die Rheinuferstrecke frei von Passanten gehalten.

Ja, es ist kein echter Wettkampf, es fehlt die Konkurrenz. Trotzdem versuchte ich mich so gut es ging zu einem flottem Tempo zu motivieren.

Einen geschlossenen Schlagbaum musste ich umlaufen, doch leider war dort viel Matsch und ich wollte die Geschwindigkeit nicht zu sehr verringern. Schon lagen die Beine senkrecht im Dreck, viel geflucht aber nichts passiert, die Verzögerung hat lediglich die angestrebte Zeit unter 45 Minuten erschwert.

Nach 45:05 Min und gemessenen 10,04 km stoppte ich schließlich den Chronometer. Kurz durchgeschnauft und danach recht zufrieden in langsamem Tempo nach Hause getrabt.

Nun kann ich im Internet beobachten zu welcher Platzierung die errungene Zeit reichen wird, freue mich auf das neue Jahr und den morgigen Lauf am Rothernbach.

00:47:04	1998	Menzel	Wolfgang	M40	ja
00:45:53	2006	Neitzel	Achim	M40	ja
00:47:46	1996	Poppe	Klaus	M35	nein
00:48:36	2002	Waßmann	Konrad	M45	nein
00:49:05	1994	Müller	Walter	M55	ja
00:49:10	1997	Neu	Thomas	M40	nein
00:49:13	1993	Lennartz	Karl	M50	†
00:49:44	2003	Kucher	Antje	W35	ja
00:50:06	2002	Knappe	Dietmar	M35	nein
00:50:41	2002	Kläser	Ralf	M35	nein
00:51:11	2006	Buslei	Gisela	W45	ja
00:51:46	1997	Worms	Gerlinde	W40	nein
00:52:18	1997	Stolzenberg	Günter	M55	ja
00:52:22	2006	Schmitz	Thomas	M40	ja
00:53:11	2006	Vitt	Burkhard	M55	nein
00:53:41	1998	Eisenhuth	Hans-G.	M55	ja
00:54:15	2000	Faßbender	Norbert	M50	ja
00:54:53	2004	Gerlach	Anne	W50	ja
00:55:07	1999	Wierig	Klaus	M45	nein
00:55:38	2002	Weitermann	Ursula	W50	Nein
00:56:36	2000	Knappe	Bettina	W35	Ja
00:57:33	2003	Steinhauer	Frank	M35	Ja
00:57:42	2000	Ratte	Katja	W30	ja
00:57:47	2002	Lehmann	Manfred	M50	nein
00:58:44	2006	Hülstrunk	Christine	W30	nein
01:00:00	2006	Müller	Brigitte	W50	nein
01:00:46	1994	Clemens-Ngoupayo	Monika	W40	nein
01:01:05	2001	Poreski	Elke	W35	ja
01:01:35	2006	Nitschke	Carsten	M35	nein
01:02:13	2003	Wimmeroth	Marlies	W50	nein
01:03:03	2006	Neitzel	Birgit	W40	ja
01:04:45	2005	Sohni	Marion	W35	ja
01:22:28	2005	Wilms	Birgit	W35	ja