



Vereinsnummer der LLG St. Augustin im LVN 30141

Tel. 02246 - 911 647 Mobil 0151-42 42 71 98
 Fax 02246 - 915 90 80 oder 02246 - 911 300
 E-Mail @LLG-St-Augustin.de, www.LLG-St-Augustin.de
 www.marathon-und-mehr.de

Lohmar, 26.02.2022

Vereinsnachrichten 08-22

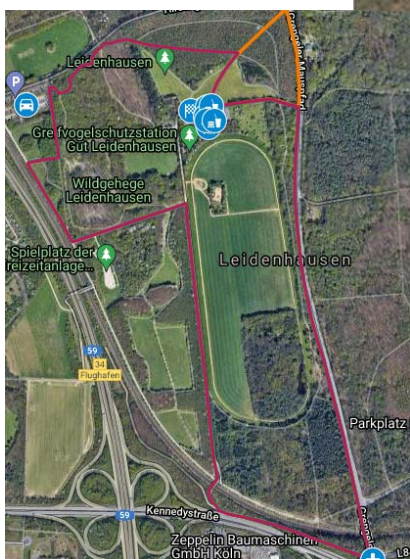
1 seitige VN

3. Tag der Winterlaufserie in Köln-Porz am 20.02.2022

Mit jedem Veranstaltungstag werden die Laufstreckenangebote länger, wenn man die große Serie gewählt hat, wie Carina und Marco, die sich akribisch auf den Marathon in HH am 24.04. vorbereiten.

Thorsten nutzte die kl. Serie (3 x 5 km), um sich konzentriert aber beharrlich der 20 min-Grenze zu nähern. Keine Konstanz gab es beim

Wetter, denn es regnete mal nicht – so wie an den ersten beiden Tagen und an den Laufkostümen ist zu erkennen, dass vereinzelt Frühlingsgefühle aufgekommen waren.



10. HILDENER WINTER LAUF SERIE



Auch in Hilden stand der 3. Tag der WLS an.

Sorgten die umtriebigen Wetterereignisse in Porz für einige matschige Streckenteile, so war man in Hilden nicht gewillt, den Lauf auf der grünen Runde ohne gehörige Bauchschmerzen zuzulassen. Förster, Feuerwehr und Stadt erzwangen eine Absage, um der Sicherheit im Wald den Vorzug zu geben und Gefährdungen zu vermeiden.

Für FranzL, dem Senioren-Vorläufer ganz bitter, denn so blieb ihm der Seriensieg versagt, aber er hat ja noch weitere 4 Jahre in der M70.

Derzeit wird im OK des Veranstalters überlegt, den 3. Tag der WLS nachzuholen.

Franz' Fokus richtet sich jetzt verstärkt auf seine Teilnahme am Königsforst-Marathon, wo er sein laufendes Uhrwerk in Dauerschwingung bringen will.

Im März sind im Verein:

Manuela Becker	4 Jahre
Birgit Neitzel	17 Jahre
Marco Peppel	3 Jahre
Bernhard Lichtenberg	10 Jahre
Frank Kyriion	15 Jahre
Hans-Jörg Kuck	5 Jahre
Achim Teusch	26 Jahre
Helmut Altenrath	18 Jahre
Karsten Dzialas	16 Jahre

Für die LLG am Start:

- 19.02. Monschau, Starck, Lennartz, Bi Ilse
- 20.02. Porz, Weltheroth, Lichtenthäler, Sohni
- 06.03. Leverkusen, Neitzel, A
- 13.03. Köln-R'kirchen, 2-3 Staffeln, 4 x 5 km
- 20.03. Bensberg, Lämmlein, Drose, Hartnack, Köder, Ilse, Schnitzler, Kaiser, Oberndörfer, Starck
- 03.04. Bonn, Mauruschat (abgesagt)
- 03.04. Berlin, Drose, Hartnack, Strack
- 16.04. Köln, Menzel
- 24.04. Darß, Schnitzler
- 24.04. Hamburg, Lichtenthäler, Weltheroth
- 02.10. Köln, Starck, Mauruschat, Ilse+2, Lichtenthäler, Weltheroth

Wer feiert seinen Geburtstag?

28.02. Katja Ratte	52 Jahre
03.03. Mathias Hörmann	70 Jahre
06.03. Marion Kramer	63 Jahre
12.03. Ingrid Lennartz	82 Jahre
20.03. Thomas Schmitz	56 Jahre



TRAININGSZEITEN-/Orte:

Montag,	17.30 Uhr	Menden
Dienstag,	18.30 Uhr	Rothenbach
Mittwoch,	18 Uhr	Tempotraining
Donnerstag,	17.00 Uhr	Rothenbach
Samstag,	16.00 Uhr	variierend

Siehe auch Birgits Wochenvorschau auf WhatsApp der LLG

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

Geschäftsführer: Udo Lohrengel
Kassierer: Wolfgang Menzel

Veranstaltungswart : Klaus Braun