

Langlaufgemeinschaft Sankt Augustin Geschäftsstelle Zum Friedenskreuz 7 D-53797 Lohmar

Vereinsnummer der LLG St. Augustin im LVN 30141

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



Lohmar, 05.11.2025

1 Seite

Vereinsnachrichten 47-25-

Im November sind im Verein:

WalterMüller	32 Jahre
HarryBergold	29 Jahre
ArnoldPietras	29 Jahre
JörgSchmidt	28 Jahre
Katja Ratte	26 Jahre
AntjeKucher	22 Jahre
NatalieMücke	18 Jahre
JörgHolzschneider	17 Jahre
FrankRoland	10 Jahre
MarcoWelteroth	5 Jahre
RalfGerkum	3 Jahre
AnnaBornemann	2 Jahre

Für die LLG am Start:

12.10. Gillrath, Hartnack
18.10. Porz, BrandtK
19.10. Bonn, Oberndörfer, Montuori
26.10. Remscheid, Lämmlein
26.10. Thomasberg, Ilse
02.11. Refrath, Oberndörferx2, Lohren- engel
09.11. Düsseldorf, Lämmlein
09.11. Königswinter, Ilse
11.11. Köln, Lennartz
22.11. Köln, Hartzsch, Lennartz Kaymer, BrandtK
22.11. Bensberg, Schmitz2
30.11. Mondorf, Hartzsch, Albert, OberndörferM+P, BrandtZ+K
06.12. Bensberg, Schmitz2
07.12. Bad Honnef, BrandtK, Hart- nack, Oberndörfer, Ilse, LennartzBu, SohnIT, Braunk
10.01. Bensberg, Schmitz2
15.03. Bensberg, Jennewein, Obern- dörfer Bornemann, Boman

Wer feiert seinen Geburtstag?

06.11. SvenBecker	64 Jahre
07.11. GabrieleBöning	66 Jahre
11.11. SigurtZacher	61 Jahre
12.11. UdoLohrengel	74 Jahre
13.11. KarstenDzialas	53 Jahre
16.11. AntjeKucher	61 Jahre
21.11. Thomas1Schmitz	65Jahre

Verbilligte Startkarten für:

02.11. Refrath	(2)
07.12. Bad Honnef	(1)
08.03. Kandel	(1)
15.03. Bensberg	(4)
12.04. Bad Dürkheim	(4)
19.04. Bonn	(26)
info@marathon-und-mehr.de	

Veranstaltungswart:
alf Gerkum

Volkslauf in Gillrath am 21.10. mit Jörg im

HM, aber er war nicht der älteste Läufer, denn der war 83 Jahre alt. Es war die 45. Auflage mit 370 TeilnehmerInnen, (50 mehr als 2024) was eher als normal gewertet werden kann. Engagierte zahlreiche Helfer einer vereinsgebundenen Veranstaltung, aber dann doch eher in die Jahre gekommene Veranstaltung in und durch die Landschaft, wo alles sich im Normalbereich bewegt. Das Mehr an TeilnehmerInnen

53. Herbstlauf in Porz - Herbstfarben, Bestzeiten, Begeisterung

Gut Leidenhausen ist seit etlichen Jahren die letzte Bastion, wo eine Winterlaufserie angeboten wird. Den-noch ist die Bereitschaft dort überschaubar. Die Temperatur passte, es war trocken, aber dennoch nur kleinere Startfelder. 182 ZE über 5 km mit Karsten als 3. in seiner AK. 160 ZE gar nur auf der 10 km-Strecke. Die Strecke ist zur Hälfte verkehrsfrei, kurvenfrei und die 2.Hälfte entlang des Mauspfad max. von Autos auf der Straße auf-munternd angehüpft, aber auf dem Radweg ohne Hindernisse. Alles geteert, alles in sehr ordentlichem Zustand, für gute Zeiten geeignet, wenn es um die Zeit geht. Erlebnischarakter hat die Strecke nur ganz individuell gesehen.



Geschäftsführer:
Kassierer: Wolf

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

Streckenplan HM

DJK-Gillrath 1911 e.V.



Wir freuen uns über das neue Vereinsmitglied **Pia OBERNDÖRFER**

Am letzten Sonntag beim Refrather Herbstlauf waren Vater Martin und Pia über 10 km am Start und noch bevor es auf die Piste ging, wurde Pia aufgenommen. Mit 15 ist man noch Schülerin der 10. Klasse und läuft in der AK U16, wo sie direkt Kontakt mit dem Siegerpodest nach 56 min hatte. Vater Martin, Läufer seit über 22 Jahren, hat bei der Entscheidung wohl assistiert und Pia war außer- und innerhalb der Familie stets mit Vaters Lauferei konfrontiert und ein hoffnungsvoller Anfang ist geschafft. 2014 sah man Pia schon mal an der Startlinie, beim VL in Ehreshoven (VN35-14), wo sie eine 350 Strecke erfolgreich unter die Füße nahm. Neben Interesse und Talent an Sprachen stehen auch 3 x T, Turnen, Tanzen und Taekwondo auf ihrer Playlist.

