

Langlaufgemeinschaft Sankt Augustin
Geschäftsstelle
Feldstraße 4 D-53797 Lohmar-Inger



Vereinsnummer der LLG St. Augustin im LVN : 1430

Tel. 02246 - 911 647 Mobil 0171 - 28 47 286
 Fax 02246 - 911 301
 info@LLG-St-Augustin.de, www.LLG-St-Augustin.de
www.marathon-und-mehr.de

Lohmar, 04.08.2010

Vereinsnachrichten 42-10



Geburtstag am Rothenbach

Er wurde mit Konfetti beschmissen, als hätte er soeben geheiratet. Sie kamen von überall her um ihm zu gratulieren. Manche gemütlich, andere rannten aus dem Wald auf ihn zu, einer fuhr mit dem Auto vor. Jemand, den Sie Martin O. nennen, brachte leckeren, selbst gebackenen Kuchen von seiner Frau mit. Sichtlich gerührt, um nicht zu sagen fast den Tränen nah, fehlten ihm die Worte. Die Rede ist von unserem lieben Herbert B., genannt Harry, der wieder ein Jährchen älter geworden ist, was man ihm natürlich nicht ansieht. Bei gemütlichem Zusammenstehen und netten Gesprächen gab er noch eine Runde seiner mitgebrachten Getränke aus. Alle tranken noch einige Schluck - natürlich alkoholfrei - auf sein Wohl. Wir freuen uns noch lange mit ihm laufen zu können. *KB*

2. In Davos und Berguen waren **BrittaM** (K42) und **BirgitL** (C42) jeweils marathonmäßig im Einsatz. Während der K42 doch etliche HöM und einen nicht unerheblichen Schweregrad aufweist und mal eben 2 Stunden auf die normale Marathonzeit draufzurechnen ist, muss man vor dem C42 eigentlich keine Angst haben und kann es rollen lassen. Beide haben ihre Aufgaben erfolgreich beendet.

3. Kommenden Samstag in Köln-Mülheim werden nunmehr 5 LLG'ler den Halbmarathon durch den grünen Kölner Osten bestreiten. Quartett mit Dame **Nadine** an der Spitze.

4. Für die Bergisch Gladbacher Bahnlaufserie am 12., 19. und 26.08. plant **MartinO**. Es können 3, 5 und 10.000 m gelaufen werden. Es finden jeweils mehrere Läufe, eingeteilt nach Leistungsfähigkeit/Endzeit statt, so dass keiner über- oder unterfordert wäre – sofern richtige Selbsteinschätzung.

uLo

Jubiläen-Ecke
 Im August sind im Verein:
Rainer Kuck
 10 Jahre
 Uschi Günther 3 Jahre

Wer ist wann u. wo für die LLG am Start/ gemeldet:
 06.08. **Nochern**, LennartzBi
 07.08. **Köln**, Braun, KucherO, Groß Pohle, Ziegert
 07.08. **Brodenbach**, LennartzBi
 08.08. **Monschau**, Lämmlein
 12.08. **Bergisch G.** Oberndorfer
 13.08. **Hausen**, Reinisch, Lennartz Bi
 19.08. **Bergisch G.** Oberndorfer
 19.08. **Köln**, Köster, LennartzBi

TRAININGSZEITEN-/Orte:
Montag, Siegrunde, St. Au-Menden
Dienstag, Abendrunde, Rothenbach
Donnerstag, Abendrunde, Rothenb.
Samstag, Lange Runde, Rothenbach
 oder nach vorheriger Absprache

Wer feiert seinen Geburtstag?
 29.07. **Nadine Groß** 29 Jahre
 01.08. **Helga Dick** 48 Jahre
 05.08.
Alexander Rausch
 60 Jahre

09.08. **Holger Hofmann** 43 Jahre
 10.08. **Karl-H. Bergmann** 51 Jahre

Noch Startkarten für:
 28.08. Niederzier (3)
 29.08. Simmern
 05.09. Darmstadt
 05.09. Köln
 05.09. Leverkusen
 12.09. Münster
(In Klammern Restkontingent) Weitere Veranstaltungen bitte nachfragen.

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

Geschäftsführer : Udo Lohrengel
 Kassierer : Wolfgang Menzel

Veranstaltungswart :
 Marion Sohni

