

**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, 16.05.2012

**Vereinsnachrichten 31-12**

Die diesjährige Volkswanderung durch das Siebengebirge "7 auf einen Streich" fand am **13. Mai 2012** statt.

Mit ca. 1000 Teilnehmern ist die Traditionsveranstaltung seit mehr als 40 Jahren ein gelungenes Event, das immer wieder zahlreiche Wanderer aus Nah und Fern an den Rhein führt. Auf knapp 28 km führt der Weg vom Start am Rheinufer, an der Insel Grafenwerth, vorbei auf den Drachenfels. Entlang des Burgberges der Wolkenburg führt der Weg weiter zum

"Milchhäuschen", um im weiteren Verlauf zum Petersberg zu gelangen. Über die eigentümlichen Felsformationen und Schluchten des Stenzelbergs führt der Weg weiter zur Burgruine Rosenau. Von der Spitze des Ölberges, dem höchsten Berg des Siebengebirges, hat man einen herrlichen Panoramablick in westliche Richtung über den Verlauf des Rheines im Bonner Bereich. Über die Margarethenhöhe erreichen wir den Nasseplatz, der sich mit seinen zahlreichen Hütten für eine Rast anbietet. Der weitere Verlauf führt über den Lohrberg, woraufhin sich der letzte Anstieg der Wanderung anschließt.

Die sehenswerte Ruine der Löwenburg, von der noch der Grundriss und einige Mauern vorhanden sind, bietet ebenfalls eine atemberaubende Fernsicht in fast alle Himmelsrichtungen. Von hier aus beginnt der kontinuierliche Abstieg durch das wildromantische Annatal über den Bad Honnefer Stadtteil Rommersdorf zum Ausgangspunkt der Wanderung.

Dort warten wie immer viele fleißige Helfer des Ski Club Bad Honnef auf die Wanderer um sich mit kalten Getränken und heißen Snacks zu verwöhnen.

*Dieses Erlebnis gönnt sich SigiK seit vielen Jahren und mag nicht mehr davon lassen. Auch wenn er samstags schon weiß, was ihn Montag erwartet,*

*denn es ist eine für ihn artfremde Bewegungsform, die nachhaltige Wirkung hinterlässt. Muskelkater. Meist so, dass er bei der montäglichen Siegrunde passen muss oder einfach nicht zu gebrauchen ist. Aber der Erlebniswert dieses „Spazierganges“ hat es einfach auch in sich und so wird er die nächsten 20 Jahre sicherlich immer wieder dabei sein.*

**Ab kommenden Samstag findet regelmäßig ab 15.30 Uhr, gemeinsam mit den Triathleten des SV Hellas, gemeinsames Laufen am/ab Rothenbach statt. NorbertT wird dabei sein.**

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

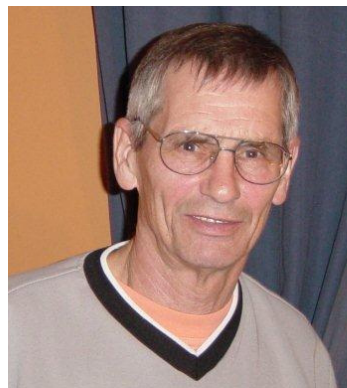
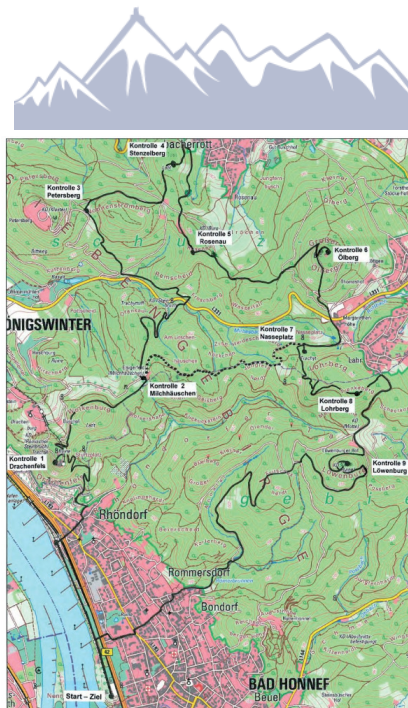
Geschäftsführer : Udo Lohngengel  
 Kassierer : Wolfgang Menzel

Veranstaltungswart : Harry Bergold

41. VOLKSWANDERUNG IM SIEBENBERGEBIRGE



**7 SONNTAG 13. MAI 2012 AUF EINEN STREICH**



**Jubiläen-Ecke**

Im Mai sind im Verein:

Helmut Maatz	16 Jahre
Frank Steinhauer	15 Jahre
Nadine Groß	3 Jahre
Corinna Pehlke	2 Jahre
Marco Trinks	2 Jahre
Marion Wiemker-S.	1 Jahr
Thomas Wiemker	1 Jahr

**Wer ist wann und wo für die LLG am Start / gemeldet:**

12.05.	Lohmar, Isbanner, Tesch LennartzBi, MüllerH
17.05.	Sinzig, LennartzBi
17.05.	Köln, Reinisch
20.05.	Refrath, Oberndörfer, Pohle
20.05.	Duisburg, WiemkerT+M
20.05.	Bonn, Lohngengel
27.05.	Bonn, Tews, Dürr
28.05.	Siegburg, Reinisch
02.06.	Koblenz, Klein
03.06.	Südafrika, Menzel
06.06.	Bonn, Pohle, LennartzBi, WiemkerM
30.06.	Köln, WiemkerT+M
30.06.	Troisdorf, Menzel

**Wer feiert seinen Geburtstag?**

21.05. Uschi Günther 46 Jahre

**Noch Startkarten für:**

- 27.05. Bonn (1)
  - 10.06. Waxweiler (2)
  - 16.06. Bad Neuenahr (3)
  - 22.06. Bensberg (4)
  - 08.07. Köln (4)
  - 28.07. Bad Pyrmont (2)
  - 23.09. Karlsruhe (2)
  - 07.10. Brüssel (2)
  - 14.10. Köln (7/2)
  - 14.10. Essen (5)
  - 28.10. Lucerne (2)
  - 28.10. Frankfurt (5)
  - 28.10. Remscheid (3)
- (In Klammern Restkontingent)  
 Weitere Veranstaltungen bitte nachfragen.

**TRAININGSZEITEN/-Orte:**

Montag,	18.00 Uhr Menden
Dienstag,	18.30 Uhr Rothenbach
Mittwoch,	18.00 Uhr Aggerstadion
Donnerstag,	18.30 Uhr Rothenbach
Samstag,	10.30 Uhr Aggerstadion
Samstag,	15.30 Uhr Rothenbach

**Nächste VN berichtet über 25. Lohmarer VL mit Fotos von BerndN.  
 Da ich noch auf einen Beitrag warte, erst in der nachfolgenden VN.**

