

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, 13.09.2012

Vereinsnachrichten 61-12

"Irgendwann musst Du nach Münster"



Da es bei mir in diesem Jahr nur ein Marathon werden sollte, musste es ein besonders schöner sein. In Läuferkreisen fielen in diesem Zusammenhang immer wieder die Namen Berlin - Frankfurt - Münster. Berlin fiel schon mal flach, da ich überbeuerte Massenläufe überhaupt nicht mag. Na ja, die Skyline von Frankfurt konnte mich noch nie überzeugen. Also blieb noch Münster, Veranstaltungsmotto " Lauf der Emotionen ".

Und in Münster wird noch richtig Marathon gelaufen, der inzwischen immer beliebtere Halbmarathon ist nicht im Angebot. Eine Marathonstaffel ist auch noch möglich, deren Läufer kurz nach dem Hauptfeld gestartet, für reichlich Unruhe sorgen. Startunterlagenausgabe im Gymnasium

Paulinum in der Nähe des Starts. Parkplatzempfehlung ist der Hindenburgplatz, für den Wettkampftag für pauschal 3,-.

Parken ist in Münsters Innenstadt übrigens in der Regel recht teuer, deshalb frühzeitig anreisen um noch am Start zu parken. Die Startpistole wurde von der Kunstturnlegende Eberhard Gienger übergeben. Als Transportmittel wählte er ein Flugzeug und landete per Fallschirm unmittelbar vor der Startlinie.

Er hatte schon seinen Eendorphinschub für den Tag, für uns Läufer sollten noch einige folgen. Pünktlich um 9 Uhr machten sich um die 5000 Läufer bei strahlendem Sonnenschein auf die lange Runde.

Während sich in anderen Städten potentielle Zuschauer um diese Uhrzeit noch mal im Bett umdrehen, war halb Münster schon auf den Beinen. Möbel raus, das Frühstück wurde vors Haus verlegt, die Stereoanlage aufgebaut, selbst ein

Altenheim engagierte einen Alleinunterhalter und die Senioren verfolgen gespannt das Geschehen. Die Strecke bietet eine Mischung aus Stadt und Landschaftsmarathon. Der Start ist am Schlossplatz vor dem Fürstbischöflichen Schloss. Zunächst biegt man am Aegiditor in Richtung Stadtzentrum ab, läuft an der Überwasserkirche vorbei und passiert nördlich den St.-Paulus-Dom. Über die Promenade geht es zum Buddenturm. Über eine Schleife kehrt man zur Promenade zurück und läuft am Zwinger vorbei in Richtung Süden bis zum Ludgeriplatz. Dort schließt sich eine weitere Schleife durch das Stadtzentrum an, die an St. Ludgeri vorbei auf die Salzstraße führt. Nun geht es in Richtung Südwesten aus dem Stadtzentrum auf eine Schleife um den Aasee und den Zentralfriedhof, bevor es an Gievenbeck vorbei in Richtung Nordwesten

Nachdem in Nienberge der nördlichste Punkt der Strecke bei km 21 erreicht wird, geht es in die Landschaft westlich der Bundesautobahn 1 und über die Aa in den Stadtteil Roxel. Von dort auf eine Schleife durch Gievenbeck und dann wieder in die Innenstadt bis zum Ziel auf dem Prinzipalmarkt. Verpflegungsstände gab's alle 2,5 km und ab km 10 auch schon Isogetränke. Der Kurs ist ziemlich flach, mit einem Höhenunterschied von 19 Metern zwischen tiefstem und höchstem Punkt.

Es gibt an fast jedem zweiten Kilometerpunkt ein Highlight - Bands, Stelzenlauftheater, Straßenkünstler, Tänzerinnen und Tänzer. Man wird förmlich auf einer Welle ins Ziel getragen, auch wenn es zwischenzeitlich recht warm (29 Grad) wurde.

Der Zieleinlauf auf den beflaggten Prinzipalmarkt ist dann das Sahnehäubchen bei dieser tollen Veranstaltung. Auf dem letzten Laufkilometer standen gefühlte 20.000 Zuschauer Spalier und klatschten die Läufer ins Ziel. So oft habe ich während eines Laufs noch nie meinen Namen gehört. Dies beflügelte auch meinen Schritt und ich konnte wieder an meine Laufzeiten vor 15 Jahren anknüpfen.

Heißt es für den Ultraläufer " Irgendwann musst Du nach Biel " so sollte für den Marathonläufer selbiges für Münster gelten. **ThomasW**

Heißt es für den Ultraläufer " Irgendwann musst Du nach Biel " so sollte für den Marathonläufer selbiges für Münster gelten. **ThomasW**

Heißt es für den Ultraläufer " Irgendwann musst Du nach Biel " so sollte für den Marathonläufer selbiges für Münster gelten. **ThomasW**

Heißt es für den Ultraläufer " Irgendwann musst Du nach Biel " so sollte für den Marathonläufer selbiges für Münster gelten. **ThomasW**

Heißt es für den Ultraläufer " Irgendwann musst Du nach Biel " so sollte für den Marathonläufer selbiges für Münster gelten. **ThomasW**

Heißt es für den Ultraläufer " Irgendwann musst Du nach Biel " so sollte für den Marathonläufer selbiges für Münster gelten. **ThomasW**

Heißt es für den Ultraläufer " Irgendwann musst Du nach Biel " so sollte für den Marathonläufer selbiges für Münster gelten. **ThomasW**

Heißt es für den Ultraläufer " Irgendwann musst Du nach Biel " so sollte für den Marathonläufer selbiges für Münster gelten. **ThomasW**

Heißt es für den Ultraläufer " Irgendwann musst Du nach Biel " so sollte für den Marathonläufer selbiges für Münster gelten. **ThomasW**

Am Mittwoch, den 3. Oktober findet um 10 Uhr zum dritten Mal der Staffelmara-thon in Waldbreitbach statt.

Bis zu 7 TeilnehmerInnen pro Staffel sind erlaubt, die zu laufende Runde ist ca. 2 km lang.

Laufreihenfolge und wie oft jeder zum Einsatz kommt ist den Staffeln überlassen. Es gibt folgende Wertungen:

- Männer: höchstens 7 männliche Teiln.**
 - Frauen: höchstens 7 weibl. Teiln.**
 - Mixed: mind. 2 weibl. Teiln.**
 - Senioren: höchstens 7 TeilnehmerInnen der Jahrg.72 und älter (ab M/W 40)**
- Einzelstarter: ab Jahrgang 1994 und älter
 Weitere Infos finden sich unter www.staffelmara-thon.info
 Bitte **nur** bei Teilnahmeinteresse bis zum 20. September eine Nachricht an mich (lennartz@marathon-und-mehr.de).

Ich versuche Mannschaften zusammen zu stellen und werde dann nach Rücksprache mit den Teilnehmern die entsprechenden Staffeln melden.

Im September sind im Verein:

Jürgen Banse	19 Jahre
Heinz Günther	19 Jahre
Ernst Gust	19 Jahre
Mathias Hörmann	19 Jahre
Birgit Lennartz	19 Jahre
Karl Lennartz	19 Jahre
Ingrid Lennartz	19 Jahre
Burkhard Lennartz	19 Jahre
Heiner Lindner	19 Jahre
Udo Lohrengel	19 Jahre
Wolfgang Menzel	19 Jahre
Henning Ruhser	19 Jahre
Dieter Schuy	19 Jahre
Jürgen Steimel	19 Jahre
Tillmann Stock	19 Jahre
Rüdiger Hötger	12 Jahre
Gerd Dürr	9 Jahre
Anne Gerlach	9 Jahre
Waldemar Böttcher	1 Jahr

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

- 09.09. **Köln**, Dürr
- 15.09. **Engelskirchen**, LennartzBi Oberndörfer
- 16.09. **Königswinter**, Maatz, LennartzBi, Tesch, Ziegert
- 21.09. **Vettelschoss**, LennartzBi, WiemkerM
- 22.09. **Vettelschoss**, LennartzBi, WiemkerM, Tesch, Menzel
- 23.09. **Vettelschoss**, LennartzBi, WiemkerM
- 23.09. **Köln**, Oberndörfer
- 23.09. **Bonn**, KucherA+O
- 30.09. **Gummersbach**, LennartzBi Oberndörfer
- 30.09. **Erfstadt**, Tesch
- 03.10. **Leverkusen**, Tesch
- 07.10. **Brüssel**, KucherA+O
- 14.10. **Gardasee**, Lichtenberg
- 14.10. **Köln**, Reinisch, WiemkerTh, BöttcherW, ReglinA
- 14.10. **München**, Lohrengel
- 21.10. **Bonn**, Tesch
- 21.10. **Amsterdam**, Oberndörfer
- 28.10. **Remscheid**, Wiemker
- 28.10. **Frankfurt**, KucherA+O SohnIT
- 11.11. **Istanbul**, Tesch

Wer feiert seinen Geburtstag?

13.09. Gaby Altenrath	62 Jahre
18.09. Anne Gerlach	62 Jahre
19.09. Klaus Brendel	46 Jahre
25.09. Jürgen Steimel	57 Jahre
25.09. Dagmar Klandt	48 Jahre

Noch Startkarten für:

- 30.09. Erfstadt (2)
- 07.10. Brüssel (2)
- 14.10. Köln (7/6)
- 14.10. Essen (5)
- 21.10. Refrath (5)
- 28.10. Lucerne (2)
- 28.10. Frankfurt (2)
- 28.10. Remscheid (2)
- 04.11. Bensberg (5)
- 11.11. Bottrop (1)



(In Klammern Restkontingent)
Weitere Veranstaltungen bitte nachfragen.

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

- Geschäftsführer : Udo Lohrengel
- Kassierer : Wolfgang Menzel