

Langlaufgemeinschaft Sankt Augustin

Geschäftsstelle

Zum Friedenskreuz 7 D-53797 Lohmar



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, 07.01.2013

Vereinsnachrichten 02-13

LLG St. Augustin 1 (Männer):

7,2 km	Martin Oberndörfer
5 km	Olaf Kucher
10 km	Klaus Braun
5 km	Norbert Tesch
10 km	Herbie Engels
5 km	Thorsten Sohni

LLG St. Augustin 2 (Männer):

7,2 km	Jörg Holzschneider
5 km	Udo Lohrengel
10 km	Bernd Nitsche
5 km	Alexander Reglin
10 km	Frank Reinisch
5 km	Waldemar Böttcher

LLG St. Augustin 4 (Frauen):

7,2 km	Anja Isbanner
5 km	Anne Gerlach
10 km	Antje Kucher
5 km	Chr. Staskiewicz
10 km	Angelika Engels
5 km	Birgit Neitzel

16. GVG-Staffelmarathon Pulheim

20. Januar 2013

Erstmals wird die LLG mit 5 Teams in Pulheim an den Start gehen. **Marion** hat sich erneut um die Team-Aufstellungen bemüht und jetzt bleibt allgemein zu hoffen, dass alle gesund bleiben und die gegen Monatsmitte abzeichnenden

Ersatzläufer:
Jürgen Ziegert

LLG St. Augustin 3 (Männer):

7,2 km	Klaus Brendel
5 km	Thomas Schmitz
10 km	Rüdiger Hötger
5 km	Mario Müller
10 km	Thomas Wiemker
5 km	Frank Kyrion

winterlichen Aktivitäten nicht zu streng ausfallen.

Wie in den Vorjahren werden marionseitig noch weitere Informationen über Treffen und das Bilden von Fahrge-meinschaften usw. im Vorfeld erfolgen. Vor Ort werden die Startunterlagen dann von mir ausgegeben. Jeder Mannschaftsführer (Startläufer) sollte den Ablauf für sein Team im Auge behalten, auch wenn es eine kollektive

LLG St. Augustin 5 (Frauen):

7,2 km	Annette Weiß
5 km	Irm Schier
10 km	Marion Wiemker
5 km	Birgit Lennartz
10 km	Ulrike Steeger
5 km	Birgit Lennartz

Leistung über nahezu 4 Stunden sein wird.

Bis zum 19.01. bleibt Marion Ansprechpartner für alles was Pulheim betrifft.

Im Januar sind im Verein:

Karl-Heinz Formanski	19 Jahre
Wolfram Hohaus	19 Jahre
Siegfried Klein	16 Jahre
Bernd Nitsche	16 Jahre
Alexander Rausch	16 Jahre
Günter Stolzenberg	16 Jahre
Gerhard Pohle	14 Jahre
Gisela Buslei	10 Jahre
Marlies Wimmeroth	9 Jahre
Marion Bader	8 Jahre
Anja Isbanner	5 Jahre

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

13.01.	Leverkusen, Oberndörfer
19.01.	Bensberg, LennartzBi, Ziegert, MüllerH
20.01.	Pulheim, 5 Teams
27.01.	Süchteln, Oberndörfer, MüllerH, Tesch, Reinisch, SohniT
27.01.	Hilden, Lämmlein

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

Wer feiert seinen Geburtstag?

07.01.	Birgit Wilms	47 Jahre
10.01.	Manfred Licharz	70 Jahre
11.01.	Eugen Kuntzmann	74 Jahre

Noch Startkarten für:

03.03.	Leverkusen (5)
10.03.	Kandel (2)
10.03.	Erfstadt (4)
17.03.	Bensberg (4)
24.03.	Köln (4)
07.04.	Freiburg (1)
14.04.	Bonn (27)

(In Klammern Restkontingent)
Weitere Veranstaltungen bitte

LLG 1 startet in der M40 und älter
 LLG 2 startet in der M35

LLG 3 startet in der M35

LLG 4 startet in der W40

LLG 5 startet in der W40

Lauf „Rund um das Bayerkreuz“ und Königsforst-Marathon.
 Aus dem Kreis der Vereinsmitglieder habe ich noch keine Anmeldung vorliegen. Halte noch für ca. 14 Tage ein Restkontingent zurück, was ich danach anderweitig vergeben werde.

Der PSD Lauf Cup Köln 2012 ist gelaufen und mal wieder haben sich LäuferInnen der LLG übers ganze Jahr in der Spitzengruppe behauptet und auch in der Endabrechnung zum Ende des Jahres 2012 mit **Martin** einen hervorragenden 8. Gesamtplatz und 2. M40 und **BirgitL** einen 3. Gesamtplatz belegt. In der Gesamtübersicht aller 11 Wettbewerbe sind etliche 100 LäuferInnen aufgeführt und nach erzielten Punkten sortiert. In diesem Jahr wird der Cup 13 Läufe umfassen schon jetzt ist das Interesse daran sehr groß.

Siegburg Triathlon Ende Mai 2013 - erstmals auch mit kurzer Schwimmstrecke beim Jedermann-Triathlon

Im neuen Jahr wurde die Onlineanmeldung

(<http://www.triathlon-siegburg.de>) für den 2-jährig stattfindenden Siegburg Triathlon am 26. Mai 2013 geöffnet. Auf allen angebotenen Strecken darf wieder mit vielen Anmeldungen aus der Region, aber auch darüber hinaus, gerechnet werden. Für die Teilnehmer des Hauptwettkampfes (500m Schwimmen - 20km Rad - 5km Laufen), gleichzeitig auch Siegburger Stadtmeisterschaft, bietet sich früh in der Saison die Möglichkeit ihren Trainingsstand unter erstklassigen Wettkampfbedingungen (vollständig abgesperrte Radstrecke) zu testen. Der Jedermann-Triathlon (200-20-5) ist für Einsteiger gedacht und bietet, bis auf die auf 200m verkürzte Schwimmstrecke, denselben attraktiven Kurs in und um Siegburg. Dank der etwas späteren Startzeiten und kurzen Wege zwischen den Einzeldisziplinen erwartet der Ausrichter SV Hellas Siegburg viele Zuschauer und Betreuer an der Strecke. **Norbert**

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

Geschäftsführer : Udo Lohrengel
 Kassierer : Wolfgang Menzel

Veranstaltungswart :
 Harry Bergold

ALTER	LEISTUNG	NAME	JAHRGANG	DATUM	ORT
17 Jahre	38:36	TESCH Natalie	1991	09.05.2008	Neuwied
18, 19 Jahre					
20 Jahre					
21 Jahre	42:15	GÜNTHER Marlen	1983	20.11.2004	Köln-Porz
22 Jahre	41:30	GÜNTHER Marlen	1983	07.06.2005	Wesseling
23 Jahre	38:17	GÜNTHER Marlen	1983	31.12.2006	Herne
24 Jahre	40:15	KRESSE Nicole	1973	19.01.1997	Köln-Porz
25 Jahre	36:50	KRESSE Nicole	1973	20.05.1998	Sonsbeck
26 Jahre					
27 Jahre	47:50	MENZ Britta	1973	12.06.2000	Herdecke
28 Jahre	44:41	LENK Kerstin	1969	28.06.1997	Troisdorf
29 Jahre	35:52	LENNARTZ Birgit	1965	11.09.1994	Usingen
30 Jahre	36:27	LENNARTZ Birgit	1965	28.05.1995	Bonn
31 Jahre	36:45	LENNARTZ Birgit	1965	26.05.1996	Bonn
32 Jahre	36:25	LENNARTZ Birgit	1965	26.04.1997	Andernach
33 Jahre	37:07	LENNARTZ Birgit	1965	04.04.1998	Wegberg
34 Jahre	36:32	LENNARTZ Birgit	1965	26.09.1999	Hilden
35 Jahre	36:14	LENNARTZ Birgit	1965	05.09.2000	Dürwiss
36 Jahre	35:55	LENNARTZ Birgit	1965	20.05.2001	Bonn
37 Jahre	37:47	LENNARTZ Birgit	1965	06.01.2002	Düren
38 Jahre	38:41	LENNARTZ Birgit	1965	13.07.2003	Troisdorf
39 Jahre	39:21	LENNARTZ Birgit	1965	27.04.2004	Köln
40 Jahre	37:59	LENNARTZ Birgit	1965	23.04.2005	Köln
41 Jahre	42:52	LENNARTZ Birgit	1965	31.12.2006	Lohmar
42 Jahre	39:20	LENNARTZ Birgit	1965	11.05.2007	Refrath
43 Jahre	38:10	LENNARTZ Birgit	1965	28.09.2008	Polch
44 Jahre	38:56	LENNARTZ Birgit	1965	04.10.2009	Polch
45 Jahre	39:34	LENNARTZ Birgit	1965	19.08.2010	Köln
46 Jahre	39:24	LENNARTZ Birgit	1965	01.06.2011	Bonn
47 Jahre	40:36	LENNARTZ Birgit	1965	12.04.2012	Bonn
48 Jahre	46:28	KUCHER Antje	1964	23.09.2012	Bonn
49 Jahre	51:25	SCHUY Gerlinde	1957	05.03.2006	Leverkusen
50 Jahre	52:22	BUSLEI Gisela	1960	19.08.2010	Köln
51 Jahre	53:46	WEITERMANN Ursula	1949	16.01.2000	Köln-Porz
52 Jahre	50:54	WEITERMANN Ursula	1949	20.05.2001	Bonn
53 Jahre	51:34	GERLACH Anne	1950	23.09.2003	Wesseling
54 Jahre	50:34	GUTBRODT Dietlinde	1942	16.09.1996	Friedrichstadt
55 Jahre	45:10	GUTBRODT Dietlinde	1942	06.05.1997	Niebull
56 Jahre	49:03	ENGELS Angelika	1956	17.06.2012	Hennef
57 Jahre	57:00	WEITERMANN Ursula	1949	15.10.2006	Köln
58 Jahre	54:59	WEITERMANN Ursula	1949	02.06.2007	Troisdorf
59 Jahre					
60 Jahre	57:06	GERLACH Anne	1950	29.08.2010	Troisdorf
61 Jahre	57:24	GERLACH Anne	1950	18.06.2011	Hennef
62 Jahre	56:08	GERLACH Anne	1950	31.12.2012	Bonn
63 Jahre	1:06:22	MERTEN Kläre	1933	14.04.1996	Porz-Zündorf

Jahrgangsbesterleistungen Mä/Fr seit 1.1.1994

10 km, HM und Marathon
3.000, 5.000 und 10.000 auf der Bahn

VN 02-13 FRAUEN 10 km Straße

- VN 03-13 Frauen HM
- VN 04-13 Frauen Marathon
- VN 05-13 Männer 10 km Straße
- VN 06-13 Männer HM
- VN 07-13 Männer Marathon
- VN 08-13 Frauen 3000 m Bahn
- VN 09-13 Frauen 5000 m Bahn
- VN 10-13 Frauen 10000 m Bahn
- VN 11-13 Männer 3000 m Bahn
- VN 12-13 Männer 5000 m Bahn
- VN 13-13 Männer 10000 m Bahn