

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, 18.08.2013

Vereinsnachrichten 45-13

Im August sind im Verein:
 Uschi Günther 6 Jahre

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

- 10.08. Köln, WiemkerM, Lennartz
- 11.08. **Monschau**, Lämmlein
- 15.08. **Leverkusen BLS**, Oberndörfer, Reinisch, Tesch
- 22.08. **Leverkusen BLS**, Oberndörfer, Reinisch, Lohregel
- 25.08. **Witzhelden**, LennartzBi
- 31.08. **Altenahr**, Steeger
- 06.09. **GL**, LennartzBi
- 07.09. **Wesseling**, Oberndörfer
- 15.09. **Königswinter**, KucherO
- 20.09. **Vettelschoss**, Tesch, LennartzBi



Women's Run 2013
 am 11.08. in Köln
 Gleich waren die Strecken bei der 6. Auflage (5 und 8 km), aber mit viel mehr Teilnehmerinnen als in den Vorjahren. Weit über 7.000 gingen bei bestem Wetter an den Start und präsentierten Fröhlichkeit, Vergnügen, Stimmung und Lebensfreude, wobei der sportliche Gedanke nicht zu kurz kam, aber bei vielen Frauen auch Schwerpunkt war.
 Rund um den Tanzbrunnen, über



Noch Startkarten für:

- 31.08. Köln (3)
- 07.09. Nürburgring (2)
- 22.09. Vettelschoß (3)
- 29.09. Ertstadt (3)
- 13.10. Essen (4)
- 27.10. Frankfurt (5)
- 02.11. Leverkusen (3)
- 10.11. Hennef (3)
- 10.11. Bottrop (1)
- 23.11. Essen (2)



Wer feiert seinen Geburtstag?

- 18.08. Jürgen Ziegert 49 Jahre
- 22.08. Gerd Dürr 59 Jahre
- 23.08. Günther Stolzenberg 72 Jahre
- 25.08. Andreas Gebauer 43 Jahre
- 30.08. Klaus Heckmanns 54 Jahre
- 31.08. Henning Ruhser 69 Jahre



zwei Rheinbrücken und durch die Kölner Altstadt gingen die Fünf- oder Acht-Kilometer-Strecken des Women's Run. Brombeer Powerfrauen und viel Rosa – bis in den Himmel – war die bestimmende Farbe. Musik, Tanz, Produkte, Angebote, Motivation, Beratung, ein riesiger Cocktail für Freude und Ablenkung. Natürlich konnte man auch seine Kinder mitbringen und die nebst Männern zur Betreuung abgeben, wovon auch **MarionW** Gebrauch gemacht hat und dann ganz entspannt ein tolles Rennen, klar unter 23 min für die 5 km, hingelegt hat. Ihr Mann Thomas, ebenfalls vor Ort, suchte und sammelte für seinen Bericht auf Laufreport. Gut, die kölsche-rheinische Lebensfreude war marktbeherrschend aber die Autokennzeichen auf den Parkplätzen und die vielen Busse zeigten auf, dass 200-300 km Anreise gerne in Kauf genommen wurden, um am Tanzbrunnen in Deutz dabei zu sein.
 Der bunte Zug den Rhein entlang, über die Brücken und durch die Altstadt hat was und motiviert und veranlasst zum Stehenbleiben und Zuschauen, was ansonsten bei vielen Laufveranstaltungen eher nicht der Fall ist. So braucht sich der Veranstalter – Agentur sportvorort – auch keine Sorgen für die Zukunft dieses Ereignisses zu machen.
 Im karnevalaffinen Köln, wo man schnell jeck wird, weil ein Zooch kütt, ist sofort Stimmung und Ausgelassenheit normal und keiner nimmt daran Anstoß. Geehrt wurden jeweils nur die ersten Drei und Birgit war dabei.

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

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

Geschäftsführer : Udo Lohregel
 Kassierer : Wolfgang Menzel

Veranstaltungswart :
 Frank Kyrión