

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
 Priv 02246 - 915 90 80
 info@LLG-St-Augustin.de, www.LLG-St-Augustin.de
 www.marathon-und-mehr.de

Vereinsnachrichten 21-14

Lohmar, 24.04.2014

34. Kölner-Mannschaftslauf 9. Mai 2014

15 km Mannschaftslauf für 5er Mannschaften. Start und Ziel ist an der Jahnwiese, hinter dem Sportpark Müngersdorf.

Liebe StaffelläuferInnen,

ich habe drei Staffeln für den Staffellauf in Müngersdorf gemeldet:

LLG St. Augustin Männer

Klaus Braun
Olaf Kucher
Martin Oberndörfer
Thorsten Sohni
Norbert Tesch

Wie Ihr aber erkennen könnt, noch etwas lückenhaft.

Die Männerstaffel steht.

Bei der gemischten habe ich noch Stephanie Antoniou und Gisele Müsseler in der Hinterhand, die aber erst kurzfristig zusagen können. Für die Frauenmannschaft werde ich mich auch noch umhören. Wenn wir keine Läufer mehr finden, holen wir uns welche bei der „Börse“ vor Ort. Das war bisher immer recht problemlos und förderte auch den sozialen Aspekt und das Miteinander.

Weitere Informationen wie Treffpunkt, Treffzeit etc. kommen dann in den

Tagen zuvor. Wenn Ihr Änderungswünsche habt oder auch weitere Läufer kennt, die noch einspringen könnten, meldet Euch. Viele Grüße
 Birgit

LLG St. Augustin gemischt

Birgit Lennartz
Udo Lohrengel
Frank Reinisch
 ?
 ?



LLG St. Augustin Frauen

Anne Gerlach
Birgit Neitzel
Marion Sohni
Christine Staskiewicz
 ?

Im Mai sind im Verein:

Helmut Maatz	18 Jahre
Frank Steinhauer	17 Jahre
Nadine Groß	5 Jahre
Marco Trinks	4 Jahre
Marion Wiemker	3 Jahre
Thomas Wiemker	3 Jahre
Klaus Brendel	2 Jahre

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

27.04. Düsseldorf, KucherO
01.05. Mendig, WiemkerM+T, Tesch, Reinisch
04.05. Frechen, Reglin, BöttcherW
04.05. Kassel, Oberndörfer
09.05. Köln, versch. Teams
10.05. Lohmar, BöttcherW, Reglin
18.05. Darmstadt, WiemkerM+T
01.06. Pietermaritzburg, Menzel
15.06. Hennef, Braun, Reinisch
29.06. Brixen, Steeger
14.09. Köln, Reinisch

Wer feiert seinen Geburtstag?

29.04. Marco Trinks	44 Jahre
03.05. Burkhard Vitt	66 Jahre
04.05. Hans Eisenhuth	73 Jahre

Noch Startkarten für:

10.05. Lohmar (3)
18.05. Refrath (5)
18.05. Gelsenkirchen (7)
31.05. Mannheim (3)
01.06. Duisburg (1)
15.06. Hennef (4)
18.06. Bonn (5)
29.06. Hennef (2)
14.09. Münster (2)
14.09. Köln (56)
(In Klammern Restkontingent)
Weitere Veranstaltungen bitte nachfragen.

Aufgenommen nach dem Bahntraining in Troisdorf am 23.04.

Alle 3 haben Großes vor. Der Kleine, er will in Mendig am 1. Mai seine Klasse U8 über 500 m gewinnen und seine Chancen stehen nicht schlecht. Die Große, seine Mutter, hat ebenfalls in Mendig einen Brötchenplatz über die 10 km-Strecke ins Visier genommen.

Der Große ist schon kommenden Sonntag, in Düsseldorf, über die Marathonstrecke im Einsatz.

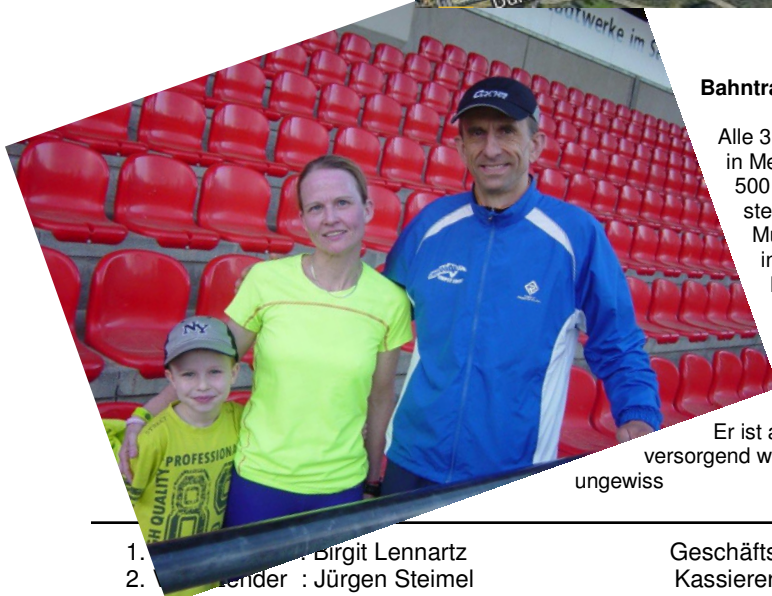
Bei seinem Abschlusstraining am Mittwoch lief er einige 1000er im Marathonrenntempo und es sah ganz leicht und locker aus.

Einzig die Aufgabe, dass 42 mal am Stück, also ohne Pauschen, hinzukriegen ist die sonntägliche Aufgabe.

Er ist allerdings gut vorbereitet und mit Antje an den neuralgischen Punkten ihn versorgend wird das schon was werden. Ob sich das Wetter daran hält ist derzeit eher ungewiss

TRAININGSZEITEN-/Orte:

Montag, 18.00 Uhr Menden
Dienstag, 18.30 Uhr Rothenbach
Mittwoch, 18.00 Uhr Aggerstadion
Donnerstag, 18.00 Uhr Rothenbach
Samstag, 10.30 Uhr Aggerstadion
Samstag, 16.00 Uhr Rothenbach



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

Geschäftsführer : Udo Lohrengel
 Kassierer : Wolfgang Menzel

Veranstaltungswart :
 Konrad Waßmann