



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

Lohmar, 26.08.2014

## Vereinsnachrichten 44-14

### 32. Bahnlaufserie Bergisch Gladbach

2. Tag am 21.08.

Gleich im ersten Lauf trat **Harald** an. Auch wenn der Lauf etwas zu schnell für ihn, hängte er sich mächtig rein, aber schon nach 1 km signalisierte er, dass seine Befürchtungen eintreffen würden und

Donnerstag, 21.08.

**17.50 Uhr** 5.000 m 20:00 - 21:00 min  
**18.20 Uhr** 5.000 m 19:00 - 20:00 min  
**18.50 Uhr** 5.000 m 18:00 - 19:00 min  
**19.20 Uhr** 5.000 m 17:00 - 18:00 min  
**19.50 Uhr** **1000 m Zeitläufe**  
**20.30 Uhr** 5.000 m 16:15 - 17:00 min  
**20.50 Uhr** 5.000 m schneller 16:15 min  
**21.10 Uhr** 5.000 m langsamer 21:00 min

er heute nicht zurecht kommen wird. Nach 2 km stand er dampfend neben der Piste und wollte von weiteren Auftritten auf der Bahn in diesem Jahr absehen.

**Birgit** hatte wieder den 4 Minutenschnitt im Auge und versuchte sich Runde um Runde daran. Aber es waren stets einige Zehntel mehr und aus Zehnteln werden dann Sekunden und am Ende ein Schnitt von 4:05,6 min/km.

**Martin** war berufsbedingt abwesend. Dafür war im 2. Rennen des Abends **Norbert** gefragt. Von Beginn an drückte er mächtig auf die Tube und lief konstant immer weiter nach vorne. Seine Endzeit erfüllte ihn mit Freude, denn davon konnte vorher nicht ausgegangen werden.

Auch das 4. Rennen mit LLG-Beteiligung. **Klaus**, mit der Absicht alles zu geben, um dafür alles zu bekommen, was an diesem Abend, an diesem Ort möglich war, nämlich eine gute Zeit.

Deutlich geschickter ging er es an und sortierte sich dort ein, wo er sich zeitlich wohlfühlte. Dann sah er, zunächst noch in weiter Ferne, bekannte Läufer und machte sich auf den Weg, deren

Vorsprung von Runde zu Runde aufzuholen. 300 m vor dem Ziel war er dran und da war eine gute 17er Zeit sicher. Sein Endspurt hätte auch Martin erfreut.

Wie immer dann im letzten Rennen, im Schutz der Dunkelheit, meine 12,5 Runden. Es lief nicht so schön locker wie noch eine Woche zuvor, aber einige, die über 3000 noch vor mir waren, sahen jetzt erstmalig meine Rücklichter. Vielleicht setzt sich das dann über 10.000 am 28.08.

Im September sind im Verein:

Birgit Lennartz	21 Jahre
und weitere 11 Gründungsmitglieder LLG	
Rüdiger Hötger	14 Jahre
Olaf Kucher	12 Jahre
Gerd Dürr	11 Jahre
Anne Gerlach	11 Jahre
Waldemar Böttcher	3 Jahre
Mechthild Voigt	2 Jahre

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

23.08. **Köln**, KucherO, Menzel, Teusch  
 24.08. **Leichlingen**, LennartzBi  
 24.08. **Wesseling**, Nitsche  
 28.08. **GL**, LennartzBi, Lohrengel  
 30.08. **Niederzier**, Tesch  
 30.08. **Altenahr**, LennartzBi, Loh.  
 05.09. **Troisdorf**, Oberndörfer  
 12.09. **GL**, Kaymer  
 14.09. **Köln**, Reinisch, Oberndörfer  
 14.09. **Münster**, LennartzBi  
 21.09. **Vettelschoß**, LennartzBi  
 28.09. **Berlin**, WiemkerM+Th, KucherO  
 11.10. **Köln**, SohniM+Th, Braun  
 27.10. **Frankfurt**, SohniTh

Wer feiert seinen Geburtstag?  
 30.08. **Klaus Heckmanns 55 Jahre**

**31.08.**  
**Henning**  
**Ruhser**  
**70 Jahre**

**31.08. Gerhard Pohle 64 Jahre**  
**01.09. Dieter Schuy 69 Jahre**  
**02.09. Stefan Grund 52 Jahre**  
**04.09. Manfred Prokaska 57 Jahre**

Noch Startkarten für:

31.08. Köln  
 14.09. Köln  
 20.09. Vettelschoß  
 05.10. Essen  
 12.10. Essen  
 26.10. Frankfurt  
 09.11. Hennef  
 22.11. Essen

Weitere Veranstaltungen bitte nachfragen.

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**

Veranstaltungswart :  
 Konrad Waßmann



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



Geschäftsführer : Udo Lohrengel  
 Kassierer : Wolfgang Menzel