

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



Lohmar, 04.02.2015

Vereinsnachrichten 05-15

Der Lauf, vom Stadion in Königswinter zur Insel Grafenwerth und zurück, fand am 01.02. statt. Ein eigentlich normal beginnender Wintertag – für Königswinterer Verhältnisse. Aber dann wurde es um die Mittagszeit ein echt königlicher Win-ter, denn es begann zu schneien, lange und unaufhörlich und den LäuferInnen wurde auf der 15 km Strecke allerhand Winterspiel geboten.

Mit nahezu 700 Voranmeldungen war man sehr zufrieden und wie so oft, kamen um die 30% nicht, aber dafür wird dieser Schwund durch die lange Schlange von Nachmeldern ergänzt.

Leider führt das dann auch dazu, dass sich die geplanten Startzeiten verschieben und andere dafür frierend auf den Start warten müssen. Meist sind es die Ambitionierten, die dann für die Kurzentschlossenen, 15 min vor dem Start Eintreffenden, Extrarunden auf dem Platz drehen dürfen. Parkkapazitätsprobleme befördern diesen Umstand zusätzlich.

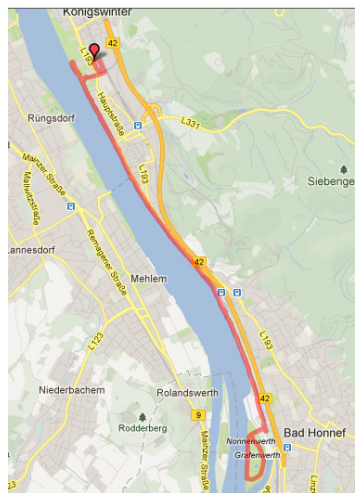


(c) Eventfotografie 24

Ausrichter sind die SSF Bonn Triathlon, die mit Kompetenz und Freude dieses Angebot seit Jahren im Winter vorhalten.

Sowohl Kindern als auch Kurzstrecklern wird ein Angebot gemacht, denn längst nicht jeder hat so großen Appetit im Winter, dass ihm 15 km behagen.

Aus dem Stadion am Ortsrand von Königswinter geht es hinauf auf die Strecke am Rhein stromaufwärts und gegen den Wind. Auf dem nach dem Hamburger Schauspieler und Komödianten Hans Albers benannten Weg hat man etliche



Kilometer die schöne, aber auch Hochwasser beeinträchtigenden Wohnanlagen zur Linken, und zur Rechten das große Rheinwasser. Die Strecke gehörte ganz allein den LäuferInnen, was nicht alle Jahre so war. Zwischenzeitlich fing es an zu Grieseln und von Minute zu Minute wurde es mehr und wer nur lange genug unterwegs war, der hatte richtig winterliche Bedingungen unterm Schuh und vor den Augen. Südlich Königswinter erreicht man Bad Honnef und es geht auf die namensgebende Insel, wo es auch was zu trinken gibt. Die Splitttrunde auf der Insel war nicht so lustig, für die Füße und überhaupt Zeit- und Körner kostend. Über die Brücke zurück aufs Festland und den gleichen Weg zurück mit Rückenwind und dem nun fallenden reichlichen, feinen Schnee nicht mehr in den Augen. Normalerweise sollte der Schnee auf ackernden und rackenden Körpern schmelzen oder zumindest nur wenig Chancen haben, aber jenseits 75 min für die 15 km kamen doch viele Weißlackierte ins Stadion.



Die Zeitnahme mittels Transponder (Papierstreifen am Schuh, der sich mit einem noch vorhandenen Chip am gleichen Schuh nicht wirklich verträglich machte Zicken und bis heute bin ich der Meinung, dass die Ergebnisliste zum einen nicht alle Zieleinläufe erfasst hat und durch die fehlenden Zeiten Nachgeordnete mit besseren Zeiten zwischen 15 sec und 2 min rangieren. Zwischenzeitlich hat es 2 Überarbeitungen gegeben und ob es so akzeptabel ist sollte ein jeder Betroffene mit sich selber ausmachen.

Die LLG war über die 15 km mit **WolfgangM** und Neumitglied **HarryP** (mehr dazu in der nächsten VN) im Rennen. Wolfgang, wie immer die Ruhe in Person, hatte schon auf der Stadionrunde einige Mitläufer gefunden, mit denen er sich für ca. 90 min vergnügen sollte. Auf jeden Fall war er mit einer deutlich schnelleren Zeit als 2014 sehr zufrieden und konstatierte, dass es aufwärts geht. Das aus dem Munde eines gerade in die M60 Gekommenen zu hören, sollte allen auch den Krabbelgruppen Mut

machen.

Harry, ein flotter Jung55er, der am gleichen Tag Mitglied wurde, zeigte mit Bravour sein läuferisches Können und wurde 2. M55 in 61 min. Das ist sehr, sehr ordentlich und in der Bestenliste 56 Jahre werden wohl einige Namen getauscht werden. Im 5 km Rennen wollte sich **Bernhard** unter die 19 min Läufer einreihen, aber er kam mit den Gegebenheiten nicht zurecht. Dennoch ist eine Zeit unter 21 min respektabel und eine gute Basis für Läufe bei besseren äußeren Bedingungen erkennbar.



Kassierer : Wolfgang Menzel

Im Februar sind im Verein:

Eugen Kuntzmann	21 Jahre
Marianne Hohaus	17 Jahre
Lutz Forst	16 Jahre
Franz Lämmlein	16 Jahre
Norbert Dzialis	11 Jahre

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

01.02. Königswinter, Menzel
08.02. Porz, Oberndörfer, Reinisch Reglin
01.03. Leverkusen, Oberndörfer
08.03. Kandel, NeitzelB+O
14.03. Münster, WiemkerM+Th
19.04. Bonn, Böttcher, Reglin, Klein
26.04. Detmold, KucherO

Wer feiert seinen Geburtstag?

04.02. Burkhard Lennartz 48 Jahre
07.02. Waldemar Böttcher 37 Jahre
11.02. Birgit Neitzel 52 Jahre

12.02.

Karl-Heinz Formanski

70 Jahre

23.02. Siegfried Klein 75 Jahre



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

Noch Startkarten für:

01.03. Leverkusen
08.03. Kandel
15.03. Bensberg
22.03. Köln
19.04. Bonn
19.04. Düsseldorf
01.05. Leverkusen
03.05. Frechen
09.05. Mannheim
17.05. Gelsenkirchen
17.05. Refrath
17.05. Heilbronn

Weitere Veranstaltungen bitte nachfragen.

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

Birgit Lennartz kommt:



Der König von Deutschland und sein Schloss

Als Klaus vor nicht allzu langer Zeit seinen 40. Geburtstag mit uns am Rothenbach feierte, da war es auch Winter, auch kalt und über uns die Sterne.

Auch am Boden ein Stern, der mit Können und Freude am Vorbereiten, Kochen, Brutzeln und Präsentieren des Geschaffenen sogleich auffiel und die Maßstäbe für Rothenbachorgien weit verschob. Über alle Jahre hat er das durchgehalten und wir auch, aber das war oft nur möglich, weil

Klaus mit Decken, Wärmeflaschen, heißen Getränken und geschmacklich voll unseren Nerv

treffenden Suppen oder Menüs aufwartete.

Jetzt war die 48. Ausgabe seiner Erdenbürgerschaft fällig und mit ihm feierte ein gutes Dutzend in seinem Schloss, eigens für uns auf dem Rothenbachparkplatz errichtet.

Er hatte seine beiden Frauen, Nicole und Nina dabei, und ab 19.30 war alles parat.

Mit

Hintergrundmusik aus dem Handy saßen wir an den Tischen und ließen uns eine fantastische

Gemüsesuppe und vor allem heiße, mächtig schmecken.



Hallo zusammen,

Rosenmontag ist „Feiertag“ und so kann die abendlich Siegrunde auf 9 Uhr morgens verlegt werden. Treffpunkt wie gehabt unter der Autobahnbrücke zwischen Menden und Troisdorf-FWH an der Melan-Brücke. Streckenlänge ca. 15 km.

Grüße Birgit und Udo



JaHrEsHaUpTvErSaMmLuNg
wieder mit

VERLOSUNG

Auch am **22.02.** wird es wieder eine Verlosung von **100 Preisen** geben. Dafür habe ich 100 Lose vorbereitet.

Es gibt nur Gewinne, die alle klar über dem Lospreis von Euro 2 liegen werden.

Zu gewinnen gibt es:

- 39 Freistarts für Läufe in der Region.
 - Von Bonn bis Köln-Marathon, von Leverkusen bis Hennef u.v.m.
 - sowie lauftypische Accessoires
- Gesamtumfang an Preisen beläuft sich auf ca. 800 Euro.

Lose können ab sofort über mich gekauft werden, bei den versch. Lauftreffpunkten oder wenn man mich trifft.

Die Aushändigung der Preise erfolgt dann am 22.02. nach der JHV. **Udo**

Etliche Lose sind bereits

gezogen worden und möchte vorsorglich darauf hinweisen, dass ein Startplatz bei einem Lauf, wo auch immer, gerne im Kreis der LLG-Mitglieder getauscht werden kann.

Wer also z.B. zur Konfirmation muss und an diesem Wochenende lieber Geschenke zählt, der kann seinen Startplatz mit einem anderen tauschen, der an diesem WE frei hat, weil seine Konfirmation schon Jahrzehnte zurückliegt.

Thorsten zog einen Startplatz für den Altstadtlauf in Köln am 30.07.

Klaus zog einen Startplatz für den VIVAWEST Marathon in Gelsenkirchen am 17.05.

Waldemar zog einen Startplatz für den Frechener Frühlingslauf am 03.05.

Sehr erfreulich ist, dass beide Norberts wieder frohen Mutes sind.

Der eine, NorbertT, ist wieder ohne Gehhilfen unterwegs und er wurde schon im Schwimmbad gesichtet.

Der andere, NorbertS, hat nach Abklärung eines Problems wieder grünes Licht fürs

Laufen erhalten.

Thorsten und Waldemar hadern noch mit ihren unteren Extremitäten und beschäftigen sich mit Ursachenforschung.

Anne hat es leider wieder erwischt. An ihrem Urlaubsort hat sie sich den Arm gebrochen.



/orsitzende : Birgit Lennartz
2. Vorsitzender : Jürgen Steimel

Geschäftsführer : Udo Lohrengel
Kassierer : Wolfgang Menzel

Veranstaltungswart :
Birgit Lennartz komm.