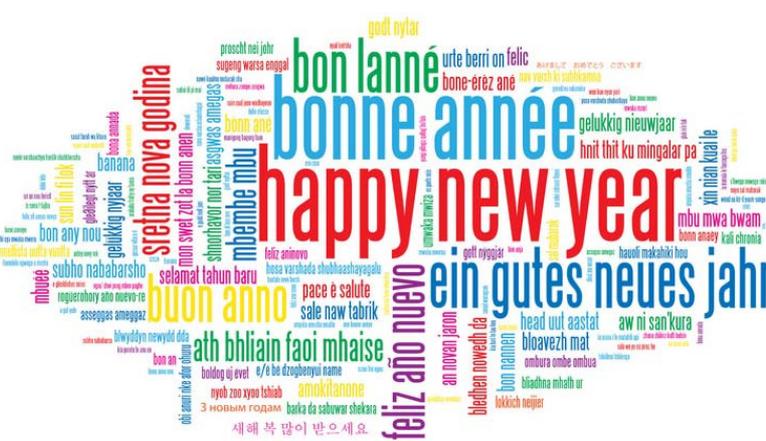


# Langlauf Geschäft Zum Frie

Vereinsnumm

Tel. 02241  
Priv 0224  
info@LLG-



## Augustin

Lohmar, 29.12.2015

## Vereinsnachrichten 58-15

### 26.12. Weihnachten Tag 2

Wir treffen uns zu einem Verdauungsläufchen in Sankt Augustin.

Stehe auf dem Parkplatz zwischen Stapels und CHR, vor mir Hellweg.

Aus den blechernen Boxen an der Dachkante tröpfelt Weihnachtsgelümper auf die Straße. Von rechts kommen die ersten Fastfoodjunkies, um die MD-Station anzufahren. Der Müllsammelwagen von MD erklärt den Herangebrachten, dass der Laden heute an Weihnachten erst um 10 Uhr öffnet. Entsetzte Gesichter fahren davon.

Mittlerweile treffen Birgit und Harry ein, die sich mit dem Rad auf den Weg zum Treffpunkt gemacht hatten. Man macht sich weihnachtsfein und schon bald können sie sich in die Reihe der Läufer einreihen.

Als es um 9 Uhr auf die Runde geht sind wir sechs. Entlang der Sieg, bei knackigem Sonnenschein auf Höhe Zange, kommen uns drei gut aussehende, ebenso knackige Läufer entgegen.

Als sie mit ihren Körpern Schatten für unsere geblendeten Augen spenden erkennen wir Thorsten, Klaus und Norbert, die sich von Hennef kommend bis zu uns schon vorgearbeitet hatten.

Nach Begrüßung legte Birgit die nächsten Laufkilometer offen und wir bogen nach rechts von der Sieg Richtung Burg Niederpleis und Pleistal ab. Derweil klärte uns Norbert auf,

dass die üppigen Mengen an Weihnachtsgelümper bei ihm keine Spuren hinterlassen haben, auch wenn die Ausbeulungen seiner Jacke solche Verdachtsmomente zuließen.

Von Klaus war zu hören, dass er den Kummer ob seines Weihnachtsgeschenkes – ein neuer Schlitten – fast überwunden hat, denn mit Schnee und Eis ist ja erst im nächsten Jahr zu rechnen und da ist ja schon wieder Weihnachten!

Nach einigen schönen Kilometern im Pleistal, noch immer von der Sonne begleitet, zogs uns wieder an die Sieg. In Buisdorf verabschiedeten wir uns von den Hennefern, die pünktlich zum Frühstück oder Mittagessen zu Hause sein wollten, bevor die Weiblichkeiten die frühmorgendliche Abwesenheit bemerkten.

Nun gings auf der anderen Siegseite zurück zum Ausgangspunkt. Die Themen gingen nicht aus und Frank versorgte uns mit den speziellen Erlebnissen mit seinen Enkelkindern, derweil Michael die bange Frage, wie weit es denn noch bis zum

Parkplatz wäre, in immer kürzeren Abständen stellte. Harry ließ durchblicken, dass die Arbeit, nächstens in der Backstube völlig unübel sei, denn dort ist nie schlechtes Wetter, immer die gleiche Temperatur, Nebel und Glatteis völlig fremd. Als ich dazu beitrug, dass

ich im kommenden Jahr, als Mitglied in der M65, endlich mit dem Einbau des erhofften Treppenlifts zu Weihnachten rechnen darf, sah ich in durchweg höchst erstaunte Gesichter. Am Parkplatz verabredeten wir uns für den Sonntag, Harry fuhr mit dem Rad nach Hause, Michael sah etliche Gründe für ein Päuschen und Frank Notwendigkeiten sich zu Hause einzumischen. Martin war dann am Sonntagmorgen pünktlich vor Ort und frühstückte mit uns 15 Kilometerchen.



Am 31.12. ist Silvester und für LäuferInnen ein fester Termin noch- und letztmalig so halbwegs wettkampfmäßig in Erscheinung zu treten. Mit über 800 werden sich 12 LLG'ler am Rathenauufer treffen und das Jahr beschwingt läuferisch ausklingen lassen. Die 10 km sind flach und zunächst geht es rheinaufwärts mit einigen Millimetern Anstieg, dann in die schnee- und eisfreien Rheinauen und den gleichen Weg zurück mit 2 km Zielgerade, damit man das Einläufcheln üben kann. Spätentschlossene sollten sich vor Ort mit mir in Verbindung setzen.



**Im Januar sind im Verein:**

Karl-Heinz Formanski	22 Jahre
Marlies Wimmeroth	22 Jahre
Bernd Nitsche	19 Jahre
Alexander Rausch	19 Jahre
Siggi Klein	19 Jahre
Günter Stolzenberg	19 Jahre
Gerhard Pohle	17 Jahre
Dierk Vollmer	17 Jahre
Gisela Buslei	13 Jahre
Johannes Kaymer	2 Jahre

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

31.12. Bonn, NeitzelB+A, EngelsA+H, Reinisch Hötger, KucherA+O, LennartzBi, Kaymer.
31.12. Köln, Oberndörfer
16.01. Bensberg, LennartzBi
17.01. Pulheim, 3 Teams
23.01. Straberg, Reinisch
06.03. Leverkusen, Reinisch
19.03. Erpel, Reinisch
15.03. Bensberg, Lämmlein, Menzel
10.04. Bonn, Rasten, Kaulbach, Reinisch, Engels

**TRAININGSZEITEN-/Orte:**

Montag, 18.00 Uhr Menden
Dienstag, 18.30 Uhr Rothenbach
Mittwoch, 18 Uhr Tempotraining
Donnerstag, 18.00 Uhr R'bach
Samstag, 15.30 Uhr Rothenbach

**Wer feiert seinen Geburtstag?**

24.12. Christine Staskiewicz 48 J.
04.01. Herbie Engels 68 Jahre
07.01. Birgit Wilms 50 Jahre
10.01. Manfred Licharz 73 Jahre
11.01. Eugen Kuntzmann 77 Jahre

**Jahreshauptversammlung der LLG am 21.02.2016 zur gleichen Zeit am gleichen Ort wie 2015. Einladung folgt.**

**Noch Startkarten für:**

31.12. Bonn (3)
10.01. Kevelaer (1)
10.01. Leverkusen (4)
15.03. Königsforst (2)

**Weitere Veranstaltungen bitte nachfragen**

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

Geschäftsführer : Udo Lohngel  
Kassierer : Wolfgang Menzel

Veranstaltungswart :  
Birgit Lennartz

Die Teams für Pulheim stehen, zumindest jetzt.  
Dennoch wäre es sehr schön und wichtig, wenn sich Interessenten melden, um evtl. Ausfälle kompensieren zu können.

# 19. GVG-Staffelmarathon

17. Januar | Pulheim

- Marathon
- Halbmarathon
- Staffel-Marathon
- 10 Kilometer
- 5 Kilometer



Die Kosten für die Teilnahme zahlt die LLG (immerhin 3 x 57 Euro).  
Es entstehen also nur Fahrtkosten, die sich aber bei Fahrgemeinschaften in engen Grenzen halten lassen.

Vor Ort werden wir wieder unser angestammtes Plätzchen einnehmen.  
Für mitzubringende Speisen und Getränke auf Kleinigkeiten beschränken, damit es keine Verstimmung mit dem Catering vor Ort gibt.

Wie alle Jahre werde ich gegen 06.30 Uhr vor Ort sein und alles Notwendige regeln.



## Frauen:

7,2 km	Birgit Lennartz
5,0 km	Birgit Neitzel
10 km	Antje Kucher
5,0 km	Anne Gerlach
10 km	Barbara Kaulbach
5,0 km	Marion Sohni

## Männer 1:

7,2 km	Martin Oberndörfer
5,0 km	Olaf Kucher
10 km	Klaus Braun
5,0 km	Thomas Schmitz 2
10 km	Harry Putz
5,0 km	Norbert Tesch

## Männer 2:

7,2 km	Waldemar Böttcher
5,0 km	Udo Lohrengel
10 km	Thorsten Sohni
5,0 km	Johannes Kaymer
10 km	Achim Neitzel
5,0 km	Rüdiger Hötger