

Langlaufgemeinschaft Sankt Augustin
Geschäftsstelle
Zum Friedenskreuz 7 D-53797 Lohmar



Vereinsnummer der LLG St. Augustin im LVN 30141

Tel. 02246 - 911 647 Mobil 0151-25866395
Priv 02246 - 915 90 80 Mobil 0151-42427198
info@LLG-St-Augustin.de, www.LLG-St-Augustin.de
www.marathon-und-mehr.de

Lohmar, 20.10.2021

Vereinsnachrichten 32-21



Frische äußere Bedingungen konnten um die 600 LäuferInnen nicht von ihrem Start am diesjährigen Brückenlauf in Bonn abhalten. Nach dem Start ab 9 Uhr heizten die arbeitenden LäuferInnen den Nebel weg und waren

mit der Sonne im Einklang.

Gut, es war ein Wettkampf, aber keiner so richtig, denn die Startgruppen zerfledderten und die gewünschte Vereinzlung fand statt. So lief Timur 30 km, 2 große Runden, stramm alleine vor sich hin und hätte sich doch so gerne ein paar MitläuferInnen gewünscht. 11 Startgruppen hatte der Ausrichter TuS Pützchen festgelegt, die alle 30 sec ins Laufen kamen. **Timur und Waldemar** machten die Ganztagestour (30 km), während **MartinO** mit 15 und **Norbert** mit flotten 10 zufrieden waren.

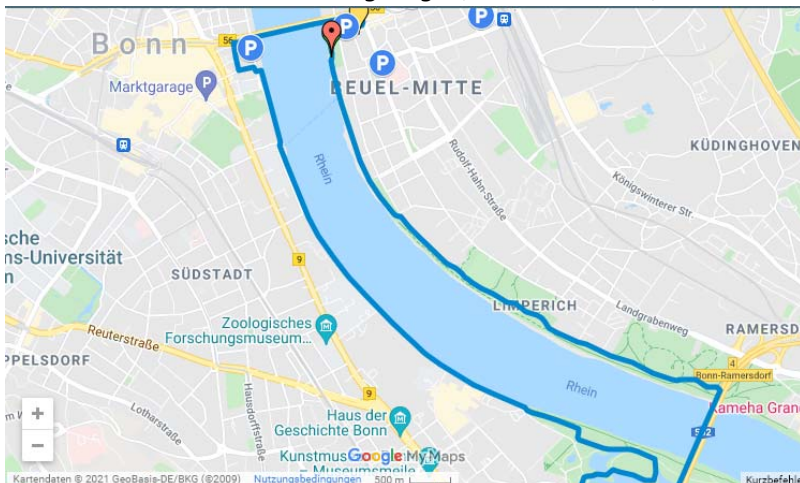


Die vorläufige Spendensumme für die Deutsche Kinderkrebs-

hilfe, an der sich jeder Läuferin mit seinem Startgeld beteiligt, beträgt **6.800 €**

Norbert berichtet:

Es war sehr kühl und Dunstwolken, die sich langsam auflösten, waberten über dem Rhein. Start und Ziel waren an der Konrad-Adenauer Brücke, wo einst auch der Bonn-Triathlon stattfand. Die Strecke zur Südbrücke ist mir von daher noch in guter Erinnerung, dann geht es aber über den Rhein, zurück Richtung Norden und über die Konrad-Adenauer-Brücke zurück. Nach ca. 4km war ich in Schwung gekommen und begann einige vor mir gestartete Teilnehmer einzusammeln. Der Dunst war abgezogen, blauer Himmel, Sonnenschein und der Rhein als malerische Kulisse ließen meine Stimmung steigen. So wurde ich auf den letzten 3km immer schneller und konnte meine Erwartungen an die Zielzeit mit 41:49 min ca. eine halbe Minute unterbieten. Leider traf ich keine anderen LLG'ler, dafür aber nach dem Lauf noch einige Triathleten aus Bonn und Hennef.



Leider traf ich keine anderen LLG'ler, dafür aber nach dem Lauf noch einige Triathleten aus Bonn und Hennef.

Im Oktober sind im Verein:

Bettina Knappe	23 Jahre
Achim Neitzel	21 Jahre
Thorsten Sohni	16 Jahre
Mario Müller	10 Jahre
Sandra Wingen	3 Jahre
Carina Lichtenthäler	1 Jahr

Für die **LLG** am Start:

10.10. Bonn, Oberndorfer, Tesch
Trinks, Böttcher
17.10. Refrath, Oberndorfer, Tesch
23.10. Köln, Oberndorfer
31.10. Luzern, Tesch
31.10. Thomasberg, Trinks
31.10. Des Moines/USA, Oberndorfer
07.11. Winterscheid, Lennartz, Bu, Ilse, Tesch, Zink, Kyrion, Mauruschat
07.11. Bensberg, Kaiser, Oberndorfer Lämmlein

Wer feiert seinen Geburtstag?

20.10. Frank Kyrion	55 Jahre
20.10. Marion Wiemker-S.	54 Jahre
24.10. Kerstin Kuhnke	45 Jahre
29.10. Daniela Drose	34 Jahre
31.10. Thomas Wiemker	56 Jahre
01.11. Gisela Buslei	61 Jahre
02.11. Natalie Mücke	30 Jahre
02.11. Stefan Kaulbach	58 Jahre



TRAININGSZEITEN-/Orte:

Montag,	17.30 Uhr Menden
Dienstag,	18.30 Uhr Rothenbach
Mittwoch,	18 Uhr Tempotraining
Donnerstag,	17.00 Uhr Rothenbach
Samstag,	16.00 Uhr variierend

Siehe auch Birgits Wochenvorschau auf Whatsapp der LLG

Udo Lohrengel
Wolfgang Menzel
Veranstaltungswart : Klaus Braun

Der 27. Mondorfer Weihnachtslauf findet statt.

Draußen mit richtig Laufen!

wir haben in der letzten Woche entschieden, den 27. Mondorfer REWE Weihnachtslauf zu organisieren und durchzuführen. Zum aktuellen Zeitpunkt können wir alle Läufe anbieten und werden die aktuell geltenden Corona Schutzmaßnahmen umsetzen.

Die Online Anmeldung wird in den nächsten Tagen freigeschaltet und die Ausschreibung wird veröffentlicht.

Wir hoffen das sich bis zum 1. Advent die Corona-Situation nicht verschärft und die Läufe in gewohnter Weise durchgeführt werden können. Es kann aber durch Auflagen zu Änderungen kommen.

Der Reinerlös dieser Veranstaltung kommt wieder karikativen Zwecken zugute, wie zum Beispiel der EKKK, der Elterninitiative krebskranker Kinder in Sankt Augustin e.V.



Auch der 7GM findet statt. Allerdings nur als halbe Portion, denn auf den Marathon wird man in diesem Jahr verzichten und nur einen HM anbieten.

300 TeilnehmerInnen dürfen und evtl. noch weitere 200, was aber derzeit noch nicht absehbar ist.

Aufgepasst und die 7GM-Seite im Blick behalten, denn 300 Startplätze sind schnell vergriffen.



Das nächste größere und Laufereignis steht am 07.11. in Bensberg an.

Alles im Freien, aber sonst relativ normal.



19.10. 18.30 h am Rothenbach

Diese Ansammlung Lauf- und Bewegungswilliger hat es lange nicht gegeben und Grund für ein Festhalten im Bilde.

Zu unserer Freude war Johannes, nach längerer kniebedingter Auszeit, wieder dabei. V.l.

Marion, Johannes, Sandra, Birgit, Harry, Ilse.

Nicht im Bild Udo + Waldemar.

Es war wohl die letzte Runde ohne Stirnlampe.