

Vereinsnummer der LLG St. Augustin im LVN 30141

Tel. 02246 - 911 647 Mobil 0151-42 42 71 98
Priv 02246 - 915 90 80 oder 02246 - 911 300
info@LLG-St-Augustin.de, www.LLG-St-Augustin.de
www.marathon-und-mehr.de

Lohmar, 03.01.2024

2 Seiten

Vereinsnachrichten 01-24



16.12.23 Ellscheid Cross
Auftakt Vulkaneifel-Crosslauf-Serie

Im Januar sind im Verein:

Wolfram Hohaus	30 Jahre
Siegfried Klein	27 Jahre
Bernd Nitsche	27 Jahre
Dierk Vollmer	25 Jahre
Gerhard Pohle	25 Jahre
Gisela Buslei	21 Jahre
Günter Stolzenberg	27 Jahre
Johannes Kaymer	10 Jahre
Britta Breunig	7 Jahre
Rainer Kuck	7 Jahre
Sven Becker	6 Jahre
Timur Trinks	5 Jahre
Daniela Drose	5 Jahre
Jörg Hartnack	5 Jahre
Dirk Mauruschat	4 Jahre
Ludger Staskiewicz	3 Jahre
Daniela Starck	2 Jahre

Für die LLG am Start:

- 31.12. Bonn, Ilse, Trinks, Menzel
- 31.12. Saarbrücken, Hartnack, Drose
- 07.01. Ochtendung, Neitzel
- 13.01. Mehren, BrandtK
- 21.01. PdVeracruz/MEX Oberndorfer
- 28.01. Pulheim, 2 Staffeln
- 28.01. Königswinter, Albert, Hartzsch
- 04.02. Ochtendung, Neitzel
- 03.03. Ochtendung, Neitzel
- 17.03. Bensberg, Lämmlein, Oberndorfer, Ilse, Hartzsch, Albert, Schnitzler, GerkumR, Starcke

Wer feiert seinen Geburtstag?

01.01. Marcus Zink	57 Jahre
01.01. Zella Brandt	56 Jahre
03.01. Stephanie Antoniou	54 J.
07.01. Birgit Wilms	58 Jahre
10.01. Manfred Licharz	81 Jahre
11.01. Eugen Kuntzmann	85 J.

Verbilligte Startkarten für:

17.03. Bensberg	(3)
14.04. Bonn	(41)
11.05. Luxembourg	(4)
16.06. Leverkusen	(24)
06.10. Köln	(54)

info@marathon-und-mehr.de

Klaus Braun

mit **KarstenB**, der es vom Weißen Stein nicht sehr weit nach Ellscheid in die Südeifel hat. Auf die LäuferInnen wartet eine abwechslungsreiche 2 km lange Runde über feste Feld- und Waldwege und einem 200 m langen gut asphaltierten Stück. Weiter geht es über Weiden- und Wiesenwege und schmale Waldwege. Diese unterschiedlichen Bodenbeschaffenheiten erfordern gute Planung hinsichtlich Schuhwerk und Lauftechnik. Karsten lief beide Strecken, also 6 Runden und kannte hinterher die Bäume mit Vornamen.



Neujahrslauf am Rothenbach mit **Ilse, Dani, Birgit, Udo** und dem am Stock gehenden **Ralf**
Für mich nach März21 der erste Laufversuch mit den Rothenbächern.



Rechtes Foto zeigt Ileses Stubentiger, der es sich auf der LLG Vereinstasche bequem gemacht und wie Ilse schrieb – sich sawohl gefühlt hat.

Wer ebenfalls eine Katze, Hund oder Eigeninteresse zum Ausruhen auf dieser Unterlage verspürt, kann diese Tasche gerne über die LLG erwerben.

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



Ein herrliches Foto aus Garmisch-Partenkirchen. Gut, zum einen wegen der tollen Aus- und Weitsicht und natürlich und zum anderen, wegen der beiden attraktiven jungen sportlichen Menschen – Sylvia und Adam, die seit einigen Wochen der LLG angehören und die wohl südlichste Filiale bilden. Im LLG-Outfit die Berge zu erlaufen ist Vergnügen pur.

Pulheim 28. Januar
Winterstaffel - Marathon - Halbmarathon - 10 km - 5 km
Schon bei Klaus1 gemeldet?

49. Internationaler Sparverein Silvesterlauf 2023

Int. Sparverein Silvesterlauf 10km
Jörg Hartnack
 LLG St. Augustin
 belegte in seiner Zeit von
 48:26
 den
133. Platz unter allen Männern
17. Platz in der AK M45
 Gemessene Nettozeit: 48:23
 Saarbrücken, den 31. Dezember 2023

Den 10 km-Rundkurs mit Start und Ziel im Stadion, der zum größten Teil durch den Saarbrücker Stadtwald führt, wurde von Daniela und Jörg erfolgreich getestet.



49. Internationaler Sparverein Silvesterlauf 2023

Int. Sparverein Silvesterlauf 10km
Daniela Drose
 LLG St. Augustin
 belegte in seiner Zeit von
 45:59
 den
9. Platz unter allen Frauen
1. Platz in der AK W35
 Gemessene Nettozeit: 45:57
 Saarbrücken, den 31. Dezember 2023