



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

Augustin

Lohmar, 09.01.2024

3 Seiten

## Vereinsnachrichten 02-24

Es war längst nicht sicher, ob an Silvester am Rhein entlanggelaufen werden kann und so teilte der Veranstalter im Vorfeld auch mit:

*Das Wasser steht nach wie vor relativ hoch, so dass Teile des Heimkehrerweges unterhalb des Posttowers beim finalen Streckencheck noch überschwemmt oder stark verdreckt waren. Dies zwingt uns zu einer kleinen Änderung der Strecke in der Rheinaue, aber wir können laufen.*

Mit 1.500 Anmeldungen war der Lauf ausgebucht, aber nur gut 1.150 verspürten dann noch die richtige Lust auf die Strecke zu gehen bzw. zu laufen. Die LLG war mit 3 LäuferInnen unter den 629 Finishern über 10 km vertreten, wobei **Ilse und Timur** in Ihren AK ganz weit vorne landeten. Der Wind hat evtl. noch bessere Zeiten verhindert.

### Start und Ziel des Bonner Silvesterlaufs

befinden sich wie gewohnt weiter am Rathenauufer / Ecke Zweite Fährgasse.

Die **nahezu komplett flache Strecke** führt Euch dann erst einmal am Rheinufer entlang in die Bonner Rheinaue. **Wir laufen dort – wie in den ersten Jahren der Veranstaltung schon genutzt – wieder über die zwei Brücken an den Teichen. Nach Überquerung der zweiten Brücke halten wir uns zweimal links (also nicht mehr zum Bismarkturm) und laufen am Gelände des Kunstrasen vorbei schon wieder zurück.** Den Parkplatz Rheinaue Nordwest umrunden wir rheinseitig und treffen am Kiosk / Rondell wieder auf die alte Strecke. Von dort geht es geradeaus zurück in Richtung Start/Ziel.  
Info Veranstalter

### Die 3.W60– Ilse schreibt:

*Der Silvestermorgen 2023 war trüb und dicke Wolken am Himmel! Meine Motivation, nach Bonn zu fahren, hielt sich sehr in Grenzen. Schon bald besserte sich meine Laune, in Menden traf ich ebenfalls mit dem Fahrrad unterwegs Frank*

1. Vorsitzende: Birgi

2. Vorsitzender: Jürgen Steimel

Kassierer:

Wolfgang Menzel



Der Veranstalter teilt mit, dass die 10 km-Strecke mit mehreren GPS-Geräten vermessen wurde.

### 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
- 07.01. Ochtendung, Neitzel
- 13.01. Mehren, BrandtK
- 21.01. PdVeracruz/MEX Oberndorfer
- 28.01. Pulheim, 2 Staffeln
- 28.01. Königswinter, Albert, Hartzsch
- 03.02. Dieringhausen, Mauruschat
- 04.02. Ochtendung, Neitzel
- 03.03. Ochtendung, Neitzel
- 17.03. Bensberg, Lämmlein, Oberndorfer, Ilse, Hartzsch, Albert, Schnitzler, GerkumR, Starck, Böttcher, Köder
- 07.04. Bad Dürkheim, Hartzsch, Ilse

### Wer feiert seinen Geburtstag?

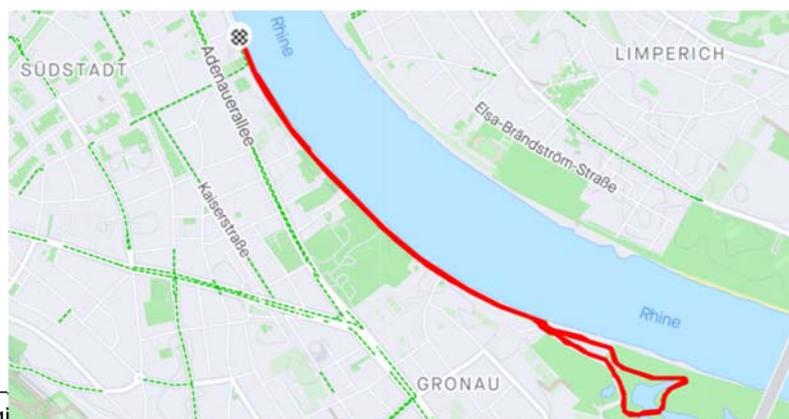
- 03.01. Stephanie Antoniou 54 J.
- 07.01. Birgit Wilms 58 Jahre
- 10.01. Manfred Licharz 81 Jahre
- 11.01. Eugen Kuntzmann 85 J.
- 16.01. Sandra Wingen 41 Jahre
- 18.01. Achim Teusch 72 Jahre

### Verbilligte Startkarten für:

- 17.03. Bensberg (1)
- 14.04. Bonn (36)
- 11.05. Luxembourg (4)
- 16.06. Leverkusen (19)
- 06.10. Köln (49)

info@marathon-und-mehr.de

Klaus Braun



Reinisch, der mir bis zum Start Windschatten bot, was nichts daran änderte, dass ich schon recht ko in Bonn ankam. Jede Menge Leute am Rheinufer unterwegs und so traf ich auch das eine oder andere bekannte Gesicht.

Nach dem Einlaufen stellte ich mich am Ende des vorderen Drittels in die lange Warteschlange am Start, in der Hoffnung, dass mir so einige Läufer Windschatten bieten konnten. Ein Fehler, wie sich herausstellte, Windschatten hatte ich, aber so viele LäuferInnen vor mir, dass es die ersten 800 m gefühlt im Walkingtempo losging.

Ich fasste es positiv auf: So bestand nicht die Gefahr, dass ich mal wieder zu schnell anging. Die Strecke stellte keine großen Ansprüche an die Läufer und Läuferinnen: Den Rhein entlang bis zum Rheinauenteich, dann zurück, das ganze zweimal. So konzentrierte ich mich auf das Laufen und den Versuch, den ein oder anderen Teilnehmer vor mir noch zu überholen. Nach gut 51 Minuten war ich glücklich im Ziel. Dort traf ich noch einen recht zufriedenen **Timur**, der schon auf dem Weg nach Hause war. Der Wettergott meinte es gut mit uns: Sowohl während des Laufes als auch bei Hin- und Rückfahrt blieb es gegen alle Voraussagen trocken. Ein schöner Jahresabschluss.



## 49. Internationaler Sparverein Silvesterlauf 2023



Int. Sparverein Silvesterlauf 10km

**Daniela Drose**

LLG St. Augustin

telego in dieser Zeit von

45:59

9. Platz unter allen Frauen

1. Platz in der AK W35

Das war wirklich eine schöne Veranstaltung und der Start im Olympiastützpunkt auf der neuen Bahn mal etwas Besonderes. Am Vortag konnten wir nach dem Abholen der Startnummern den Olympioniken beim Training in der Indoorhalle zugucken..die sind schon echt schnell :) Auch die Strecke war schön abwechslungsreich, aus dem Stadion heraus kam noch ein kurzes Stück Asphalt und dann ging es immer wieder bergauf und ab über (teils auch matschige) Waldwege. Mit den Höhenmetern hatten wir nicht gerechnet, aber dafür lief es bei uns beiden umso besser. Ich konnte am Ende sogar nochmal Gas geben und eine andere Läuferin überholen, wodurch ich dann sogar den 1. Platz in meiner Altersklasse gewann. Und dann gab es noch leckeren Kuchen in der warmen Olympiahalle :) Ein perfekter Start für das neue Jahr! **Daniela**

**Ende kommender Woche melde**

**ich die 2 Staffeln für den Staffelmарathon in Pulheim am 28.01.**

**Derzeit sieht die Staffel 1 so aus: BirgitL, JohannesK, WaldemarB, RalfG, AnnaB, MartinO**

**Staffel 2: DirkM, DaniSt, Ilse, KlausB, TimG, RalfG.**

**Gerne nimmt Klaus1 noch Anmeldungen entgegen, damit wir nicht auf Doppeleinsätze angewiesen sind.**



Winterstaffel - Marathon - Halbmarathon - 10 km - 5 km



Ochtendung 1920 e.V.

**Am Sonntag, den 07. Januar war der 2.Lauf der WLS der DJK Ochtendung „Rund um den Haugnisberg“.**

Mit dabei wieder Achim über die 8,1 km-Strecke

Diese Veranstaltung hat schon eine lange Tradition im winterlichen Wettkampfprogramm der Region. Es werden wieder vier Wertungsläufe angeboten. Die Strecke führt um den am Stadion gelegenen Haugnisberg. Wer in der Serienwertung geführt werden will, muss drei der vier Wertungsläufe, die im Weiteren jeweils am ersten Sonntag im Januar, Februar und März 2024 stattfinden, absolvieren. Natürlich ist auch an jedem Sonntag ein Einzelstart möglich.



## In eigener Sache.

Wenn die Anmeldung zu einer Laufveranstaltung gewünscht wird, dann bitte dies per Mail mitzuteilen.

Von den Mitgliedern der LLG liegen mir alle Daten vor. Nicht jedoch diese, die Veränderungen unterworfen sein können.

Diese sind **Zielzeit, Notfallkontakt, dessen Mobilnummer, T-Shirtgröße, geplante Wettkampfschuhmarke, Anfahrt zur Veranstaltung.** Diese Daten werden nicht immer, aber immer öfter von den Veranstaltern/Zeitmessfirmen bei der Anmeldung gefordert.

Für den oft daraus resultierenden Schriftverkehr/Rückfragen, nachfolgende Geldflüsse und Dokumentation ist unbedingt der Mailverkehr zu nutzen. Der sonst entstehende Aufwand bei einigen Hundert Anmeldungen im Monat ist sonst nicht zu leisten. WhatsApp ist dafür, für mich, kein geeignetes Kommunikationsmedium.

Bitte diesen Termin vormerken.  
Um Teilnahme wird besonders gebeten.

**Anmeldung aus formalen und Platzgründen unbedingt erforderlich.**

# Jahreshauptversammlung

der

**LLG St. Augustin**

am

**Sonntag, den 18. Februar 2024  
um 17.00 Uhr**

im

**Gasthaus „Zum Turm“**

**Zeithstraße 442, 53721 Siegburg, OT Schreck/Braschoss**