



Lohmar, 17.06.2024

2 Seiten

Vereinsnachrichten 24-24



am 25. Mai 2024 mit
Danica am Start über
die 10 km.

Seit vielen Jahren und so-
mit „eingelaufen“ das
stadtgrüne Laufereignis in
Brühl.

Ziemlich gutes Laufwetter

ließ die TeilnehmerInnen-
zahl wachsen, so dass 340
zusammenkamen.
Start und Ziel sind in der



sehr belebten fußgänger-freundlichen Innenstadt auf
dem Marktplatz und dann geht es auf eine flache as-
phalтиerte und sehr gute Parkanlagenstrecke mit
einem Stück Kopfstein-pflaster. Danica hat sich
diese Runden genau 1 h lang gegönnt.

Im JUNI sind im Verein:

Kerstin Kuhnke	12 Jahre
Klaus Braun	17 Jahre
Klaus Kaiser	5 Jahre

Für die **LLG** am Start:

- 18.05. Karlovy Vary, Kaiser
- 25.05. Brühl, Montuori
- 26.05. Köln, Brandtk
- 26.05. Neunkirchen, Labonde, Oberndörfer
- 02.06. Salzkotten, Lennartz
- 01.06. Salzburg, Mauruschat
- 08.06. Solingen, Lennartz
- 09.06. Wuppertal, Lämmlein
- 12.06. Köln, Menzel
- 16.06. Leverkusen, Nitsche, Montuori, Lennartz. Remenyuk Menzel
- 22.06. Hennef, Lennartz, Menzel
- 27.06. Düsseldorf, Lennartz, Lohrenge
- 30.06. Losheim, Mauruschat
- 30.06. Porz, Oberndörfer
- 17.08. Berlin, Mauerweglauf, 2 Teams
- 25.08. Köln, Mauruschat
- 01.09. Bergisch Gladbach, Oberndörfer
- 15.09. Köln, Mauruschat
- 25.09. Köln, Mauruschat
- 06.10. Köln, Montuori, Mauruschat, Marschner
- 13.10. Essen, Lämmlein
- 13.10. Refrath, Oberndörfer
- 27.10. Remscheid, Lämmlein

Wer feiert seinen Geburtstag?

- 15.06. Simone Jennewein 44 J.
- 17.06. Ingo Retzmann 56 Jahre
- 25.06. Suha von Martial 64 Jahre

Verbilligte Startkarten für:

- 06.10. Köln (4)
- 01.09. Bergisch Gladbach (6)
- 13.10. Refrath (8)
- 13.10. Essen (9)
- 27.10. Frankfurt (7)

info@marathon-und-mehr.de



pulsschlag
event : marketing : service

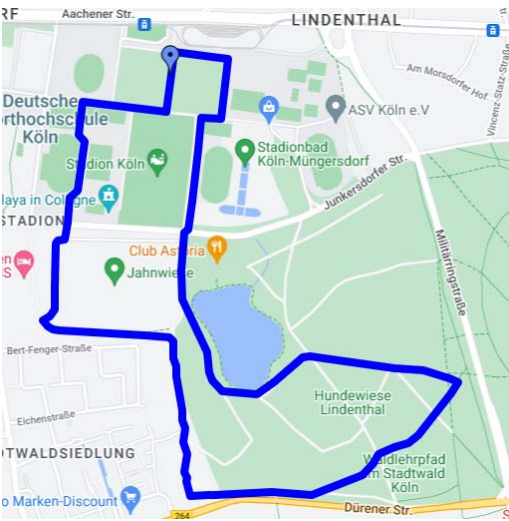


Am 26. Mai war wieder Stadionlauf in Köln
mit einem erneut umfangreichen
Streckenangebot. Für die 10 km und 10 Meilen LäuferInnen gab es sogar
noch eine Zugabe und es kostete deswegen nicht mehr...

Der Veranstalter schreibt dazu:

*Eine Anmerkung zur Streckensperrung: Aufgrund eines Einsatzes der
Rettungssanitäter wurde OHNE unsere Zustimmung die Strecke am Stadion durch
den Sicherheitsdienst der UEFA, der aktuell das Kölner Stadion für die Fussball-
Europameisterschaft bewacht, eigenmächtig gesperrt. In der Folge mussten einige*

des 10 Kilometer- und des 10-Meilen-Laufes einen Umweg laufen. Auch wenn wir die Streckensperrung nicht verantwortet haben, möchten wir uns trotzdem dafür entschuldigen. Evtl. war **Karsten**, als Teilnehmer



am 10 Meilen-Lauf, davon betroffen. Start und Ziel befinden sich direkt am Stadion und von dort geht es auf die flache 5 km-Runde auf überwiegend schattiger Piste in den Stadtwald. Knapp 1.300 LäuferInnen genossen Sonnenschein und freuten sich über das gesamte Geschehen/Programm auf den Stadion-Vorwiesen bei dieser 15.Austragung.

Schnappschüsse von diversen Trainingsorten und Zeiten am Rothenbach, in Sankt Augustin Park der Generationen, Sportzentrum Sankt Augustin, an der Wahnbachtalesperre.



1440 Minuten hat ein Tag. Da darf man sich gerne 60 Minuten Freude, Ablenkung, Erholung, Entspannung, Spaß, Lust und Laune gönnen. Und es sind ja nur knapp 5% eines Tages...

