



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, 22.01.2025

2 Seiten

## Vereinsnachrichten 04-25



### 19.01. und zum 40. Mal WLS in Porz.

Ein frostiger Morgen konnte dennoch über 1000 LäuferInnen nicht davon abhalten, sich über 5 oder 10 km zu messen.

Davon versuchten sich um die 500 an den 10 km auf schneefreier Strecke aber noch gefrorenem Waldwegstück. Das war auch gut so, denn sonst wäre es bei 1000 Füßen mal 2 eine ziemliche Matschtreterei geworden, die dann schon von den über 200 Kindern und 300 LäuferInnen über die 5 km vorbereitet worden wäre.

Um die Mittagszeit war die Sonne bereit und in der Lage, über die Waldspitzen auf die Strecke zu lugen und taute verfrorene Gesichter zu einem Lächeln auf. Der Andrang nach 11 h war gewaltig, denn viele wollten wohl nur für den Lauf kommen, aber solcherlei Vorhaben scheitert dann an der bereits vergebenen Parkplatzzkapazität und den nur 2 bis 3 HelferInnen für die Startkartenausgabe.

Eine lange Schlange bildete sich und als es um 12 h eigentlich hätte auf die Reise gehen sollen, musste der Start um knapp 20 min geschoben werden.

Für das Ein- bzw. Warmlaufen und dann lange am Start Herumstehen nicht förderlich und für die Spätkommer Hektik ohne Ende, was Um- bzw. Ausziehen im Freien und sofort in den Startblock müssen, ohne Toilettengang oder gar Warmlaufen.

40. WINTERLAUFSERIE  
19. JAN / 02. FEB / 16. FEB 2025



### Im Januar sind im Verein:

Wolfram Hohaus	31 Jahre
Siggi Klein	28 Jahre
Günter Stolzenberg	28 Jahre
Bernd Nitsche	28 Jahre
Gerhard Pohle	26 Jahre
Dierk Vollmer	26 Jahre
Gisela Buslei	22 Jahre
Rainer Kuck	18 Jahre
Johannes Kaymer	11 Jahre
Britta Breunig	8 Jahre
Sven Becker	7 Jahre
Timur Trinks	6 Jahre
Jörg Hartnack	6 Jahre
Daniela Drose	6 Jahre
Dirk Mauruschat	5 Jahre
Daniela Starck	3 Jahre

### Für die LLG am Start:

- 19.01. Porz, Menzel, Lennartz BrandtK
- 19.01. Funchal, Madeira/POR Drose, Hartnack
- 26.01. Pulheim, 2 Staffeln, Lennartz Menzel
- 08.02. Dieringhausen, Mauruschat Hörsch
- 09.02. Hilden, Lennartz, Lämmlein
- 08.03. Urmitz, BrandtK
- 09.03. Leverkusen, Menzel
- 15.03. Birgel, Brandt
- 23.03. Hilden, Lämmlein
- 16.03. Bensberg, Oberndörfer, Tesch, Lennartz, Lämmlein, Albert, Hartzsch, Menzel Köder,
- 23.03. LLG JHV in Braschoss
- 20.03. Vaino, Schnitzler

### Wer feiert seinen Geburtstag?

23.01. Alois Weyer	70 Jahre
29.01. Walter Müller	88 Jahre
30.01. Klaus Braun	58 Jahre
03.02. Tim Krause	44 Jahre

### Verbilligte Startkarten für:

16.03. Bensberg	(2)
06.04. Bonn	(8)
01.05. Mendig	(12)
05.05. Mainz	(2)
15.06. Leverkusen	(2)
18.05. Duisburg	(4)
21.09. Münster	(5)
05.10. Köln	(15)
26.10. Frankfurt	(19)



2. Vorsitzender: Jürgen Steimel



Kassierer: Wolfgang Menzel



Daraus kann dann jeder wertvolle Erfahrungen sammeln und in seine eigenen Planungen zukünftig einbauen.

**Karsten, Birgit und Wolfgang** waren rechtzeitig vor Ort und hatten damit kein Problem. **Martin** fehlte leider ganz, weil eine kurzfristige Erkrankung ihn vom Laufen abhielt. Eine Runde, gleich 5



km, hat man relativ schnell abgespult, da Start und Ziel ja gleich sind und man schließlich zurück möchte, auch wenn der Akku schwächeln sollte. Bei 10 km, gleich 2 Runden, kommt man knapp am Ziel vorbei und weiß ganz genau, was jetzt noch kommt und verlangt eine gewisse Bereitschaft ab. Dann hat das Gelände auch noch den süffisant erscheinenden Namen: Erholungsgebiet Leidenhausen! Zwei Dinge, die sich für die Renndauer anziehen und dennoch ausschließen, was nicht unerheblich von einer passenden Selbsteinschätzung abhängt. Die Strecke hat keine Höhenunterschiede, ist eigentlich schnell, wenn es um Laufzeiten geht. Wenn man nur einfach teilnehmen will, Zeit laufend verbringen, vielleicht andere kennen lernen, die Augen streifen lassen oder mit anderen zusammen sich zu einem Würstchen danach verabredet hat, dann ist das alles gut.



Der Funchal Marathon am 19.01.25 ist ein Sportereignis mit internationalem Charakter, das jährlich in der Stadt Funchal stattfindet und Athleten aus vielen Ländern zusammenbringt. Dabei liegt der Schwerpunkt eher auf Freizeit und Erholung, ohne dabei natürlich den Wettkampfteil zu vernachlässigen. Die Strecke ist fast vollständig eben, ein geschlossener Rundkurs mit einer außergewöhnlichen Landschaft, die sich hervorragend für Teilnehmer mit langen Distanzen eignet. Zögern Sie nicht. Kommen Sie und lernen Sie die Perle des Atlantiks in einer lustigen, festlichen Umgebung kennen.

Werbebotschaft des Veranstalters.



*Ein Halbmarathon der anders war als gedacht. Das Wetter war mit 19 Grad und Sonne fast wie in den Tropen. Die Strecke war nicht flach am Wasser, sondern es gab schon 127 hm. Teilnehmeransicht, Jörg + Daniela.*

