



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, 03.02.2025

2 Seiten

Vereinsnachrichten 05-25

36. WINTER LAUF SERIE
Rund um den Haugnisberg
Sonntag, 01.12.2024
Sonntag, 05.01.2025
Sonntag, 02.02.2025
Sonntag, 02.03.2025
Start ab 9:30 Uhr
Start und Ziel:
Jakob-Vogt-Stadion, Ochtendung

Bei eisigen Temperaturen startete der 3. Lauf der WLS in Ochtendung und wieder mit **AchimA**, der jetzt, nach dem 3. Lauf die Wertung der M60 anführt. Nach 44: 51 rannte er nach 8,1 km unter blauem Himmel ins Ziel und klagte nicht über die Bedingungen.

Rund um den Haugnisberg

Achim Neitzel

LLG St. Augustin

Senioren M60

1. Platz

8,1 km

1. Lauf 0:46:41,95 3. Lauf 0:44:50,87
2. Lauf 0:48:33,13 4. Lauf

Im Februar sind im Verein:

Hans Eisenhuth	30 Jahre
Karl-Heinz Bergmann	28 Jahre
Marianne Hohaus	27 Jahre
Franz Lämmlein	26 Jahre
Thomas2 Schmitz	10 Jahre
Harry Putz	10 Jahre
Ilse Schmitz	8 Jahre
Marcus Zink	5 Jahre
Alexander Köder	4 Jahre
Marion Kramer	3 Jahre

Für die LLG am Start:

26.01. Pulheim, 2 Staffeln,
02.02. Ochtendung, NeitzelA
02.02. Porz, Oberndorfer, Lennartz
Menzel, BrandtK
08.02. Dieringhausen, Mauruschat
Hörsch
09.02. Hilden, Lennartz, Lämmlein
02.03. Ochtendung, NeitzelA
08.03. Urmitz, BrandtK
09.03. Leverkusen, Menzel
15.03. Birgel, Brandt
23.03. Hilden, Lämmlein
16.03. Bensberg, Oberndorfer,
Lennartz, Lämmlein, Albert
Hartzsch, Menzel, Köder
23.03. LLG JHV in Braschoss
30.03. Venlo, Schnitzler
06.04. Bonn, Welteroth, Böttcher,
Lennartz, BrandtK, Menzel,
Remenyuk
26.04. Wernigerode, Lennartz, Ilse
05.05. Mainz, TeschN
17.05. Schmiedefeld. Hartnack.

Wer feiert seinen Geburtstag?

03.02. Tim Krause 44 Jahre
04.02. Burkhard Lennartz 58 J.
07.02. Waldemar Böttcher 47 J.
08.02. Marco Peppel 49 Jahre

Verbilligte Startkarten für:

16.03. Bensberg	(2)
06.04. Bonn	(8)
01.05. Mendig	(10)
05.05. Mainz	(2)
15.06. Leverkusen	(2)
18.05. Duisburg	(3)
21.09. Münster	(5)
05.10. Köln	(11)
26.10. Frankfurt	(14)

info@marathon-und-mehr.de

Am 02.02. war mal wieder Leiden in Leidenhausen angesagt. Für die LLG liefen **Birgit 10 km, Martin, Karsten und Wolfgang** über 15 km, was letztlich 3 Runden bedeutete.

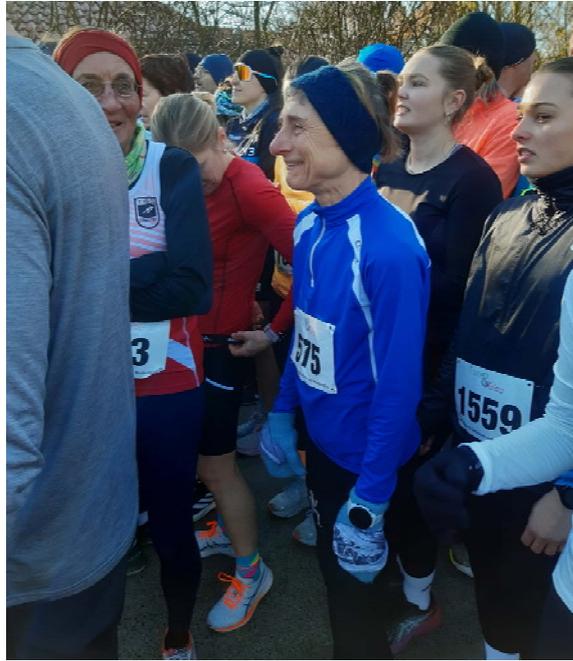
Der Morgen begann eisig, die Starts um die Mittagszeit unter wild entschlossener Sonne den Tag viel freundlicher zu gestalten, aber besser als erwartet. Da ja alle SerienteilnehmerInnen die Startnummer bereits beim 1. Lauf abgeholt hatten, gab es jetzt weder lange Schlangen noch zutreffendes Gemecker, weil keine Zeit für Vorbereitung des Wettkampfes. Nun wurde die große Masse der Serienteilnehmer auf 10 und 15 km verteilt, was die Startfelder ausdünnte und die Staus in den Kurven minimierte, denn daran haben sich doch einige gestört. Birgit nicht gut drauf, kämpfte sich durch, während Martin sein „Alter“ ignorierte und über seine Hausstrecke flog. Seine Tochter Pia war zugegen und sehr angetan. Auch Karsten gelang ein flottes Rennen, was ihm für den

40. WINTERLAUF SERIE
19. JAN / 02. FEB / 16. FEB 2025



BN-MAR25 Sicherheit
verleihen sollte. Wolfgang, in

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



Pulheim noch aufgegeben, erreichte das Ziel.

Am 16.02. dann der 3. Lauf, wo Martin, Karsten und Wolfgang dann 4 Runden vor der Brust haben, also HM.

Unser Veranstaltungswart, RalfG, bitte um Nachdenken/Überlegen – im Vorfeld zur Jahreshauptversammlung am 23. März – welche Ideen/Vorschläge eingebracht werden können, um einen Vereinsausflug für das laufende Jahr zu planen. Vor Ort wird dann darüber diskutiert.

Ab kommenden **Donnerstag, 5.2., soll ab 17** Uhr am Rothenbach wieder gelaufen werden.

Angesprochen sollen sich LäuferInnen fühlen, denen ein Kilometerschnitt von 7 min ++ ausreicht. Das könnte für Ältere, Rekonvaleszenten, Wiedereinsteiger, Neueinsteiger usw. interessant sein.

Ich werde auf jeden Fall vor Ort sein und Strecken von 4 bis 6 km anbieten. Natürlich kann auch schneller gelaufen werden und auch länger.

Bis Ende Februar ab 17 Uhr.

Mit Zunahme der Helligkeit, **ab März, soll der Beginn dann auf 18 Uhr** angesetzt sein.

Ob das auch am Dienstag am RB ein Thema sein könnte, soll dann im Gespräch mit den TeilnehmerInnen besprochen werden. **uLo**