

**Langlaufgemeinschaft Sankt Augustin**  
**Geschäftsstelle**  
**Zum Friedenskreuz 7 D-53797 Lohmar**



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, 13.03.2026

**Newsletter 7 - 26**

1 Seite

Für die LLG am Start:

Wer keine Gelegenheit hatte an der JHV der LLG teilzunehmen und somit auch keine Vereinstextilien erwerben konnte, kann ich zusätzliche Gelegenheiten bieten. Bitte Mail an [Info@LLG-St-Augustin.de](mailto:Info@LLG-St-Augustin.de)

Am **15.03.** findet in **Bensberg/ Königsforst** selbiger Marathon statt, der aus HM, MAR u. UM besteht. Hatte Euch die letzte Mail-Nachricht des Veranstalters zugeschickt, um das ganze stressfrei zu gestalten.

Jeder holt seine Startnummer selber ab. Die Taschen können in diesem Jahr nicht bei mir am Stand gelagert werden, da in der Halle. und einfach zu wenig Platz.

Im März sind im Verein:

<b>AchimTeusch</b>	<b>30 Jahre</b>
HelmutAltenrath	22 Jahre
BirgitNeitzel	21 Jahre
FrankKyriion	19 Jahre
BernhardLichtenberg	14Jahr
Hans-JörgKuck	9 Jahre
ManuelaBecker	8 Jahre
MarcoPeppel	7 Jahre
DanielaHeckel	1 Jahr

Am 13.03. fand die große AuftaktPK in Bonn im altern Rathaus statt. 22.200 Anmeldungen liegen vor und es hätten noch einige 1000 mehr sein können, aber die Infrastruktur verkräftet einfach nicht mehr.

Startzeiten für HM

- Block 1: 08:15 – 08:45 Uhr
- Block 2: 08:50 – 09:20 Uhr
- Block 3: 09:30 – 09:45 Uhr
- Block 4: 09:45 – 10:00 Uhr

Wer in welchem Block zu starten hat, wird vorher natürlich mitgeteilt.

Marathon unverändert startet um 11 Uhr.

- 15.03. Bensberg,** Oberndörfer Bornemann, Remenyuk Hartzsch, Lämmlein LennartzBu, LennartzBi
- 15.03. Birgel,** BrandtK+Z
- 22.03. Köln,** Zemani, Menzel
- 10.04. Bonn,** Menzel, LennartzBi Montuori, Remenyuk
- 19.04. Bonn,** Carl, BrandtK, SohniT Hartzsch, Zöll, Montuori, Starck, Gerkum, Braunk Schwabe, BrandtZ, OberndörferP+M
- 26.04. Dresden,** Kirsch
- 09.05. Schmiedefeld,** Hartzsch, Lennartz
- 20.06. Hennef,** Menzel, Zemani, Kaymer
- 21.06. Köln,** BrandtK, Krause
- 04.10. Köln,** BrandtK, Montuori, Hartzsch, OberndörferP+M Gerkum, Braunk

Verbilligte Startkarten für:

10.04. Bonn	(2)
03.05. Frechen	(4)
10.05. Duisburg	(1)
17.05. Düsseldorf	(1)
03.06. Bonn	(5)
14.06. Leverkusen	(2)
20.06. Hennef	(6)
13.09. Münster	(3)
04.10. Köln	(5)

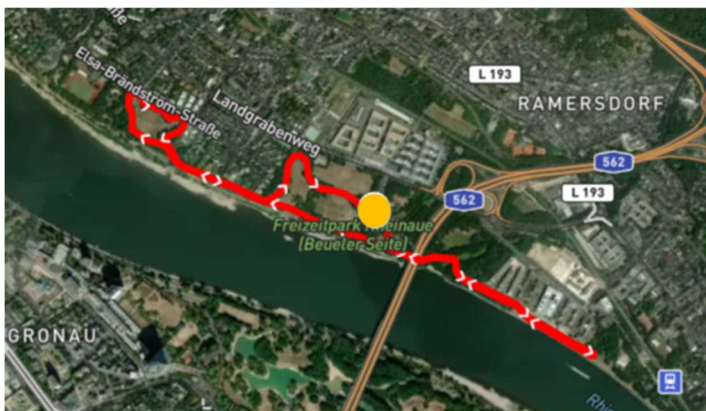
Weitere auf Anfrage  
[info@marathon-und-mehr.de](mailto:info@marathon-und-mehr.de)

Wer feiert seinen Geburtstag?

- 13.03. UweLörch 62 Jahre
- 14.03. MaikKirsch 61 Jahre
- 15.03. AnnaBornemann 40 Jahre**
- 20.03. ThomasSchmitz 60 Jahre**
- 28.03. ArnoldPietras 75 Jahre**
- 02.04. Dierk Vollmer 85 Jahre
- 02.04. Marion Longerich 60 Jahre**

Ca. 1 Woche vor dem BN MAR-HM-10km findet in der Rheinaue der **Beueler10er** statt. Und das im 13. Jahr.

Die LLG war und ist stets mit einer größeren Gruppe am Start und hat auch einen eigenen Platz auf dem Gelände mit einem Zelt, wo man sich trifft und auch sein Gepäck ablegen/abstellen kann.



Es spielt sich alles mit dem Blick auf den Rhein im Grünen ab. Winzige Höhenunterschiede auf der 5 km langen Runde ermöglichen den Blick voraus. Das ganze hat Event-Charakter, wo das Laufen zumindest als gleichwertig erkannt werden kann.

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

Geschäftsführer: Udo Lohrengel  
 Kassierer: Wolfgang Menzel

Veranstaltungswart:  
 Ralf Gerkum