

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, 29.09.2026

Newsletter 21 - 26

1 Seite

Im Oktober sind im Verein:

Achim Neitzel	26 Jahre
Thorsten Sohni	21 Jahre
Sandra Wingen	9 Jahre
Carina Lichtenthäler	6 Jahre
Claudia Brandl-Meyer	4 Jahre
Sylvia Hochstuhl	3 Jahre
Marion Longerich	3 Jahre
Adam Hochstuhl	3 Jahre
Thomas Carl	3 Jahre
Matthias Albert	3 Jahre
Henning Bock	2 Jahre

Mitglieder für die LLG am Start:

- 04.10. Köln, BrandtK, Puschin,
Hartzsch, OberndörferP+M
Gerkum, BraunK, Ilse,
Lennartz
11.10. Essen,
18.10. Bonn, OberndörferP+M,
Remenyuk, Lennartz
25.10. Remscheid, Puschin,
Lämmlein
25.10. Königswinter. Ilse, DanielaD
SohniT, Hartnack
08.11. Refrath, Remenyuk, Obern-
dörferP+M, Lohrengel
06.12. Bad Honnef, Drose, Hartnack
BraunP, Oberndörfer
14.03. Bensberg, Bornemann,
Tesch, Oberndörfer

Verbilligte Startkarten für:

11.10. Essen	(4)
08.11. Refrath	(4)
06.12. Bad Honnef	(10)
14.03. Bensberg	(8)

Weitere auf Anfrage

info@marathon-und-mehr.de

Wer feiert seinen Geburtstag?

17.09. PiaOberndörfer	16 Jahre
18.09. AnneGerlach	76 Jahre
25.09. JürgenSteimel	71 Jahre
25.09. DagmarKlandt	65 Jahre
28.09. Hans-JörgKuck	65 Jahre
28.09. JörgHartnack	52 Jahre
30.09. AchimNeitzel	62 Jahre
08.10. BettinaKnappe	62 Jahre
08.10. ChristofHess	62 Jahre
16.10. IlseSchmitz	63 Jahre

5. HochRhön-BergTrail Hilders am 13.9.

Strecke 29K/800hm

52./128 Gesamt

1./4 AK GRAND MASTER MEN (M60)

Zeit 03:01:37.0

Leider gab es am Veranstaltungstag viel Regen, im Gegensatz zum schönen Wetter an den Tagen vorher. Die Strecke führte auf gut lauffbaren Wald- und Wiesentrails sowie auf Schotter zunächst viel auf und ab an zwei Aussichtspunkten auf ca. 800 Metern Höhe vorbei. Die Strecken waren gut markiert und das Laufen machte Spaß, aber auf dem letzten Drittel, mittlerweile im Dauerregen, wurde der Wunsch größer ins Ziel zu kommen.

Dieser Teil hatte zum Glück nur noch wenige Höhenmeter

und mehr
Downhill-
Passagen.

Vor dem
Ziel
ließ
der

Die Geschäftsstelle der LLG zieht um, weil wir umziehen. Zukünftig lautet die Adresse: **LLG St. Augustin, Schiffsstr. 14a, 53757 Sankt Augustin**

Regen zum Glück nach und der Veranstalter hatte Liegestühle unter großen Schirmen aufgestellt, in denen man die Zielverpflegung genießen konnte. Mit einer Zeit von 3:01:37h konnte ich mich zudem über den AK-Sieg in der Klasse "Grand Master Men (M60)" und einen neuen Pokal freuen. **Norbert**

Das herannahende WE wird die Stadt Köln in Ausnahmezustand versetzen, denn mit ca. 42 Tsd TeilnehmerInnen wird gerechnet. Die Hotspots Deutzer Bahnhof, Messe, Hohenzollernbrücke, Dom und Zieleinlauf werden dann von ca. 300Tsd heimgesucht und was das bedeutet macht es für alle schwierig. Für alles mehr Zeit einplanen und locker bleiben.

Wer noch kein **Vereinstrikot, Jacke, Windjacke, Langarmshirt** o.v.m. von und mit **LLG Aufdruck** hat, kann diese bei uns gegen kleines Geld erwerben. Anruf oder Mail zwecks TV in der neuen Geschäftsstelle in Sankt Augustin jederzeit möglich.

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

Geschäftsführer: Udo Lohrengel
Kassierer: Wolfgang Menzel

Veranstaltungswart:
Ralf Gerkum

