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

LLG St. Augustin

Lohmar, 05.06.2026

Newsletter 13 - 26

1 Seite

Im **Juni** sind im Verein:

KlausBraun	19 Jahre
KerstinKuhnke	14 Jahre
KlausKaiser	7 Jahre
TorstenStricker	1 Jahr
UweLörch	1 Jahr

Mit **NinaLAMBERTZ** begrüßen wir ein neues Vereinsmitglied in der LLG St. Augustin.

Nina ist Jahrgang 2012 und hilt mit PiaO (JG2010) indirekt mit, den Alterschnitt der Damen anzuheben.
Klar kann man hier noch nicht von Alter reden, aber wer mit Nina mal gesprochen, gelaufen oder diskutiert hat, der reibt sich schnell die Augen und Ohren mit Verwunderung, denn da hat mein keinesfalls den Eindruck, den gemeinhin 14 jährige Schülerinnen vermitteln. Alles kontrolliert, durchdacht, verständlich uvm.
Im Januar war sie in der LLG-Damenmannschaft bei der Winterstaffel in Pulheim und schon dort nur Grund zur Freude.

Auch bei anderen Wettkämpfen, wie in Ruppichteroth, konnte sie total überzeugen.

Als im letzten Jahr die Gesamtschule Meyersheide eine Benefiz-Laufveranstaltung anbot, lief sie die 5 km-Runde direkt 5x und auf dieser Basis waren auch einige Trainigseinheiten in der Folge, die sie alleine oder mit Elke & Co. in Hennef absolviert. So ist für sie klar, beim Europalauf am 20.06. den Brückenlauf, also den HM zu absolvieren. Das ist möglich, da „Kinder" stets in der nächsthöheren Klasse starten können.

Nina ist in ihrem sportlichen Treiben vielseitig und ihre Entdeckerin und Mentorin Elke hat großen Anteil an ihrer Fitness, die sich im BodyCross, Pilates oder Hyrox zeigt und weit von der einer 14 jährigen abweicht.

Mitglider für die LLG am Start:

05.06. Höchstenbach, Heckel
07.06 Bonn, LLG-Blitz-Hellas Team
14.06. Leverkusen, Lennartz, Menzel, Nitsche
20.06. Hennef, Menzel, Zamani, Kaymer, Lennartz, Nitsche Lambertz
21.06. Köln, BrandtK, Krause
28.06. Bad Neuenahr, Lennartz
29.08. Bottrop, Carl
05.07. Völs/ÖST, Lennartz
06.09. Dresden, Kirsch
04.10. Köln, BrandtK, Montuori, Hartzsch, OberndörferP+M Gerkum, BraunK Ilse
25.10. Remscheid, Montuori

Verbilligte Startkarten für:

20.06. Hennef	(2)
13.09. Münster	(3)
25.09. Linz	(3)
04.10. Köln	(1)
11.10. Essen	(8)
25.10. Frankfurt	(4)
08.11. Refrath	(8)

Weitere auf Anfrage
info@marathon-und-mehr.de

Wer feiert seinen Geburtstag?

06.06.
FrankSchwabe
60 Jahre

07.06. WolfgangMenzel 71 J.
09.06. BerndNitsche 68 J.
10.06. WolframHohaus89 J.
11.06. RainerKuck 62 J
11.06. UweNiederprüm 59J.
13.06. ElkeZamani 53 J.
15.06. SimoneJennewein 46J.
17.06. IngoRetzmann 58 J.
17.06. Markus Zöll 58 Jahre

eranstaltungswart:
lf Gerkum