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, .07.2026

Newsletter 16 - 26

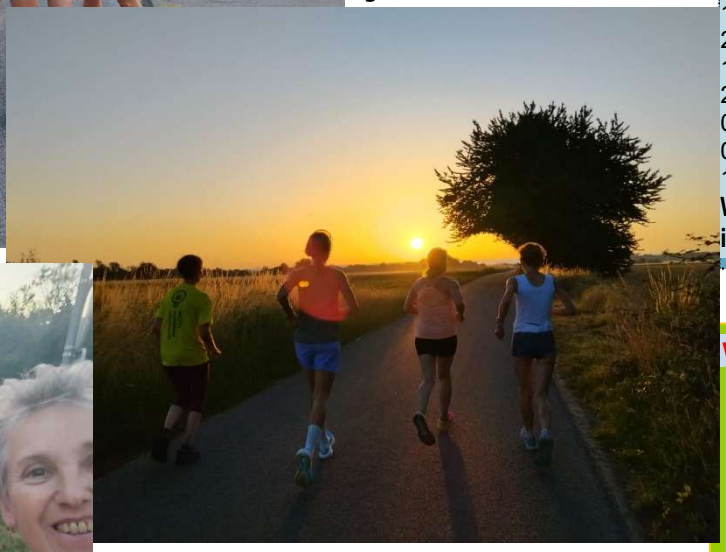
1 Seite

Im **Juli** sind im Verein:

ThomasSchmitz1 22 Jahre
ManfredLicharz 16 Jahre
SimoneJennewein 5 Jahre
SabineLink 5 Jahre

Wenn die Hitze des Tages, und wer erinnert sich nicht, vieles und manchmal alles nicht zulässt oder schwermacht, dann gibt es „Lösungen" dem ein bischen aus dem Wege zu gehen (zu laufen) oder einfach den kühleren Teil der Restnacht ausnutzt und den Tag mit einer erfrischenden Tätigkeit beginnt. Das verlangt einen festen Willen, denn was man sich am Vorabend vorgenommen hat, stellt sich um 4 Uhr meist etwas anders dar. Nicht so bei den LLG-Damen, die sowohl am 23.06. wie auch am 26.06. die frühen Vögel machten

und ab 5 Uhr um den Hangelarer Fluhafen flatterten. So paaren sich Klugheit mit Effektivität und Nutzen für den ganzen Tag, wie Danica schrieb: „Vielen Dank für den schönen Sonnenaufgang-lauf. Bin gerade ganz beseelt bei der Arbeit gelandet."



Warum auf den Fotos kein männliches Wesen zu erkennen ist hat sicher vielfältige Ursachen;--)

27.06. Porz, Lennartz, OberndörferP+M, BrandtK
28.06. Bad Neuenahr, Lennartz
05.07. Völs/ÖST, Lennartz
10.07. Köln, Lennartz, Lohrengel OberndörferP+M
18.07. Schmallenberg, Lennartz
29.08. Bottrop, Carl
06.09. Dresden, Kirsch
04.10. Köln, BrandtK, Montuori, Hartzsch, OberndörferP+M
Gerkum, BraunK Ilse
11.10. Essen
25.10. Remscheid, Montuori
25.10. Königswinter. Ilse, DanielaD SohniT, Hartnack
08.11. Refrath
06.12. Bad Honnef

Verbilligte Startkarten für:

13.09. Münster	(3)
25.09. Linz	(3)
11.10. Essen	(7)
25.10. Frankfurt	(4)
08.11. Refrath	(6)
06.12. Bad Honnef	(20)
14.03. Bensberg	(16)

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

Wer feiert seinen Geburtstag?

02.07. DanielaHeckel 43 Jahre
06.07. HelmutMaatz 79 Jahre
06.07. AdamHochstuhl 33 J.
11.07. MartinPaffrath 57 Jahre
15.07. TillmannStock 64 Jahre
27.07. HarryBergold 79 Jahre
27.07. KlausSchnitzler 71Jahre

30.07.
PirminBraun
60 Jahre