

Langlaufgemeinschaft Sankt Augustin
Geschäftsstelle
Feldstraße 4 D-53797 Lohmar-Inger



Vereinsnummer der LLG St. Augustin im LVN : 1430

Tel. 02246 - 911 647 Mobil 0171 - 28 47 286
 Fax 02246 - 911 301
 info@LLG-St-Augustin.de, www.LLG-St-Augustin.de
www.marathon-und-mehr.de

Lohmar, 31.03.2008

Vereinsnachrichten 18-08

1. 34. (33.) Königsforst-Marathon am 29.03.08

Da keiner von den 9 gestarteten Vereinsmitgliedern etwas zum Geschehen geschrieben hat ein paar Worte von mir.

Es war der Lauf in den Frühling, denn selbst im Wald waren es zweistellige Temperaturen. Nun gut, einige hatten davon nichts mitbekommen und trabten im Grönlandoutfit durch die Gegend.



Schon seit Wochen zeichnete sich eine gute Beteiligung ab und am Vorabend gab es schon 75 Nachmeldungen, am Renntag noch mal ca. 400. Das hat sich für alle gelohnt, denn dieser Erfolg wird dem erkrankten Organisator Manfred Blasberg sicherlich gut tun. Dieses Mal lag die Last der Verantwortung allein auf den Schultern seiner Frau und ihrem Team.

Aus Remscheid war **Gerd Dürr** gekommen, der sich in Comrades-Laune auf der Strecke vergnügte. Der Comrades Marathon ist aus den ungeheuerlichen kameradschaftlichen Leistungen unter den südafrikanischen Soldaten während des 1. Weltkrieges erwachsen und genau diese Kameradschaft legte auch Gerd an den Tag indem er zunächst **Birgit Neitzel** über die Runde „half“ und dann

später auch Wolfgang Menzel in der 2. Runde. Seine Endzeit 4:17:45 h. **Wolfgang Menzel** war nach 4:24:37 h im Ziel. Beide haben ihre Beine auf Comrades Tempo justiert. Ebenfalls im Marathon **Birgit Lennartz** auf der Strecke. Bei Halbzeit 2. oder 3. und im Ziel dann an Eins in 3:17:36 h.

Eine Runde hatten sich Kuchers, Neitzels, Müllers und Ziegerts vorgenommen. **Jürgen lief 1:48:29, Harald 1:43:00, Antje 1:43:36, Birgit 2:10:28, Olaf 1:30:37 und Achim 1:37:46 h.**

2. Dagmar Klandt wird in Bonn den HM nicht laufen können und sucht Ersatz für ihre HM-Startnummer. Wer Interesse hat möchte sich mit Ihr in Verbindung setzen.

3. Am 30.03. fand in Bad Godesberg der 21. Frühjahrslauf statt. Einziger Teilnehmer: Ralf Kläser Er schreibt: *Die ersten vernünftigen Sonnenstrahlen in diesem Jahr mussten sinnvoll genutzt werden. So schwang ich mich am Sonntagmorgen bei einer steifen Brise aus Nordost auf mein Trekkingrad und fuhr auf den nahe gelegenen Heiderhof, wo alljährlich der Frühjahrslauf über 10 Km stattfindet.*

Im Gegensatz zum Herbst, wo drei Waldstunden (15 Km) gelaufen werden, sind es im März nur derer zwei (10 Km), da ja zu Beginn eines Laufjahres noch nicht alle Laufkörner verschossen werden sollen.

Bei einer wie immer gut organisierten Veranstaltung machte es richtig Spaß, die 10 Kilometer anzugehen. Der Himmel riss immer mehr auf, so dass man sich bei guter sauerstoffreicher Läuferluft ordentlich ins Zeug legen konnte. Für mich war der Lauf nach 51:29 Minuten beendet. Dies bedeutete den 90. Platz in der Gesamtwertung und den 21. Platz in der Altersklasse M40. Weitere Läufer unserer LLG konnte ich nicht ausmachen.

Der nächste Start wird am kommenden Samstag in Gimmigen (Wald- und Wiesenlauf der LG Gimmigen) über 10 km sein. Hierbei handelt es sich um eine sehr anspruchsvolle Strecke mit zwei starken Anstiegen um die Landskrone herum. Schauen wir mal, wie es wird.

4. Rund um den Wasserturm am 29.03. in Engers

Jung trifft Alt, **Natalie** gegen **Wolfgang** und es war der befürchtet knappe Ausgang. Beide gewannen, Wolfgang die M75 in 46:29 und Natalie in 41:21 die Frauenklasse. **Norbert** bekam von dem harten Kampf hinter ihm nichts mit, denn er war bereits nach 40:34 im Ziel.

Bankverbindung: Kreissparkasse Siegburg, BLZ 370 502 99; KtoNr. 30 004 485

Jubiläen-Ecke

Im April 08 sind im Verein:

Jürgen Ziegert	13 Jahre
Reinhold Frank	11 Jahre
Marion Sohni	3 Jahre
Sigurt Zacher	2 Jahre

Wer ist wann u. wo für die LLG am Start/ gemeldet:

05.04. **Gimmigen**, LennartzBi, Kläser
 12.04. **St. Wendel**, LennartzBi

Termine ++ Termine +

- 29.03. Engers
- 30.03. Bad Neuenahr
- 05.04. Gimmigen
- 12.04. Benrath
- 12.04. Porz
- 12.04. Mendig
- 19.04. Düsseldorf
- 19.04. Gummersbach
- 20.04. Bonn

Wer feiert seinen Geburtstag?

02.04. **Dierk Vollmer 67 Jahre**



04.04.84 **Najim Al Abas 24 Jahre**



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

Geschäftsführer : Udo Lohrengel
 Kassierer : Wolfgang Menzel

Veranstaltungswart :
 Konrad Waßmann