

**Langlaufgemeinschaft
Geschäftsstelle
Feldstraße 4 D-5379**



Vereinsnummer der LLG St. Augustin im LVN : 1430

Tel. 0221 46-1116 Mobil 0171-2847286
Fax 02146-91101
Info LLG St. Augustin e. V. www.LLG-St-Augustin.de
www.sportmonat.de

Gesundheit! Augustin

Lohmar, 02.01.2009

Vereinsnachrichten 01-09

ERGEBNISSE in Bonn – ERLEBNISSE in Birk

Zum zweiten Mal luden die Veranstalter des Bonn-Marathon zu einem Silvesterlauf nach Bonn ein. Gestartet wurde auf der bekannten Laufstrecke, etwa bei km 10,5 und man lief 5 km Richtung altes Bundesgartenschau Gelände – stromaufwärts und dann mit Rückenwind und bergab (oder wie sollte der Rhein sonst vorankommen) zum Ausgangspunkt zurück. 1.250 Anmeldungen, ca. 1000 Starter darunter 4 Läufer, einer der noch so gerade M35, einer der noch gerade M40, einer der schon länger M45 ist und einer der seit einem Jahr in der M50 vorbeischaute. Es war um die Null Grad



aber ein leichter, fieser Wind, machte die Geschichte deutlich kühler. **Bernd Nitsche** musste leider zuschauen und hielt das Geschehen im Bilde fest.



Jörg Holzschneider, der Maßarbeiter als Kaldauen, unterstrich mit 36:59, 4. M45 seine seine Dominanz in dieser AK und im Verein.

Thorsten Sohni aus der Frischlingklasse biss sich rechtzeitig fest, um klar unter 39 in



38:25, 8.M35 einen tollen Jahresabschluss hinzulegen.

Frank Reinisch lieferte als 2.M50 eine Topplatzierung in 39:22 ab. Sigurt Zacher sorgte auf dem letzten Drücker für einen versöhnlichen Abschluss mit dem Sportjahr 08 in 53:08 Min.

Der 19. Silvesterlauf von Birk,

der durch die Orte Heide, Albach, Siegburger Wald, Lohmarer Wald zurück nach Albach, hoch nach Inger und zurück nach Birk führt war normal gut besucht. Seit der ersten Austragung kenne ich diesen Lauf von innen und von außen und egal wie, was war – es war immer ganz nett und schön danach.

Dann nämlich packten unsere mitgereisten Schlachtenbummler, meist Damens, ihre Körbe aus und kredenzten diverse feste und flüssige Köstlichkeiten. Die Stimmung erreicht dann schnell einen Zustand wie bei km 8 auf der Strecke und ich kann mich nur allzu gut erinnern, dass wir schon oft zu den Letzten gehört haben, die sich erst bei Licht aus anschickten, den Laden an die Veranstalter zurück zu geben. Will jetzt hier keine Namen aufzählen, derer, die sich besonders hervortaten, denn da müsste ich mich in der ersten Reihe sehen. Auf jeden Fall waren deutlich mehr an als auf der Strecke, aber ohne deren optische und akustische Hilfe, wäre es mitunter öde.

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

Hautnah
Kosmetikstudio
Birgit Wilms
Lambertstr. 3,
Siegburg-Wolsdorf
02241-1460298
hautnah-wellness.de
DECLÉOR
PARIS

Jubiläen-Ecke
Im Jan09 sind im Verein:

Karl-Heinz Formanski	15 Jahre
Bernd Nitsche	12 Jahre
Siegfried Klein	12 Jahre
Günter Stolzenberg	12 Jahre
Alexander Rausch	12 Jahre
Gerhard Pohle	10 Jahre
Dierk Vollmer	10 Jahre
Frank Grischke	10 Jahre
Ralf Kläser	8 Jahre
Gisela Buslei	6 Jahre
Marlies Wimmeroth	5 Jahre
Marion Bader	4 Jahre
Brigitte Müller	4 Jahre
Anja Isbanner	1 Jahr

Wer ist wann u. wo für die LLG am Start/ gemeldet:
31.12. **Wuppertal**, Lämmlein
31.12. **Wehr**, Waßmann
31.12. **Montabaur**, NeitzelB+A

TRAININGSZEITEN-/Orte:
Montag, Siegrunde, St. Au-Menden
Dienstag, Abendrunde, Rothenbach
Donnerstag, Abendrunde, Rothenb.
Samstag, Lange Runde, Rothenbach
nach vorheriger Absprache /Vereinbarung

Wer feiert seinen Geburtstag?
07.01. **Birgit Wilms** 43 Jahre
11.01. Eugen Kuntzmann
70 Jahre

SOZIALE Termine:
14.01. Beginn Kraulkurs
18.01. Staffelmarchon in Pulheim
07.01. Meldung Staffeln für Pulheim
15.02. Jahreshauptversammlung

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

Geschäftsführer : Udo Lohrengel
Kassierer : Wolfgang Menzel

Veranstaltungswart :
Konrad Waßmann

Interessiert, becherndes Personal am Streckenrand.



Zahlreiche Fotos von Marion und Sigurt bezeugen, dass es mal wieder schön war, ein bisschen zu rennen, ein bisschen mehr für hinterher, aber nicht zu viel, weil sonst zu früh am pennen. Nette Gespräche reihum, Austausch von Absichten und Vorsätzen für den Tag danach, Revue passieren lassen des Jahres, u.v.m.

Ach ja, gelaufen wurde ja auch:

Burkhard Lennartz 38:24, 2.M40
Gisela Buslei 54:48, 4.W45
Siegfried Klein 52:12, 3.M65
Birgit Lennartz 44:21, 1.W40
Frank Kyrion 46:51, 16.M40
Harald Müller 53:17, 36.M40
Wolfgang Menzel 58:53, 30.M50
Georg Zimny 59:35, 9.M60



Diese, ca. 15-mal zugreifende Hand gehört dem allseits beliebten Frank K. aus H.



Start und Ziel wurden an das Bürgerhaus verlegt. Die letzten 1,5 km waren ebenfalls neu. Die Strecke wohl deutlich länger als 10 km. Es waren ca. 380 Anmeldungen und 320 LäuferInnen kamen über 10,x km ins Ziel.

3. Gerd Dürr wohnt in Remscheid und da ist es kein Wunder, wenn er auch dort an einem Silvesterlauf teilgenommen hat. Allerdings hatte er auch mit einem Start in Birk geliebäugelt.

„14 Km über eine hügelige und vereiste Strecke entlang der Wupper. Recht anspruchsvoll mit "Killerberg" zum Schluss.

Noch am Start war ich davon überzeugt, der einzige Starter der LLG St. Augustin in Remscheid zu sein (Tews war in Essen auf "Zollverein"), da traf ich auf einen weiteren LLG'ler. Es war der freundliche "Typ", der auf dem Foto von unserem Heiligabend/morgenlauf der 5. von links ist, der mit der roten Brille. Ich weiß leider (noch) nicht seinen Namen. Na, wer sagt es denn. Ab und zu traut sich auch einer aus der rheinischen Tiefebene zu den rheinischen Brüdern in den Bergen.“

Auflösung: Dieser jugendlich aussehende Held früherer Tage ist unser **Jürgen Ziegert**, der auf der Suche nach einem besonderen Silvesterlauf in RS aufgelaufen ist. Gerd brauchte 1:05:56 und Jürgen war 1:16:29 h unterwegs. Also haben diese beiden deutlich mehr geleistet, als z.B. die Rheinrenner oder die Birkfeierer.

4. Irgendwie namentlich gleich, aber doch in Köln fand der 33. Heide-Silvesterlauf statt, an dem **Norbert Tesch** wissen wollte, was so am letzten Tag des Jahres, quasi am Vorabend zur M50 noch so geht. Er wollte wohl an diesem schweren Tag allein sein...Jetzt ist er in der M50 und kann auf seine 1. Lebenshälfte zurückschauen, die er mit einer 39:15 läuferisch abgeschlossen hat.

5. Ich sprach es ja schon an und möchte es jetzt noch mal hervorheben, dass so einige des LLG-Personals sich in die nächste AK gerettet haben.

Es ist ganz hilfreich, wenn Aussehen und AK irgendwie zusammen passen und noch viel schöner ist, dass man dann wieder neue persönliche Bestleistungen aufstellen kann und dafür 5 Jahre Zeit hat. Natürlich sind da auch einige ganz beklagenswerte Fälle darunter, denen man nur wünschen kann, es nicht zu schwer zu nehmen, denn es gibt auch ein Leben in der neuen AK!

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

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

Geschäftsführer : Udo Lohrengel
Kassierer : Wolfgang Menzel

Veranstaltungswart :
Konrad Waßmann