

**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, 06.01.2009

**Vereinsnachrichten 02-09**

Norbert Tesch

**Model oder Modell?**

1. Ich berichtete ja bereits in 01-09 über **Norberts** erfolgreiches M45 Abschlussläufchen in Köln. Er wollte an diesem „schweren“ Tag allein sein, ohne beäugende LLG-Augen in seiner Nähe und in Ruhe seine Weihnachten erstandenen neuen Vereinstextilien vorführen. Und das war natürlich der Knaller, der ihn beflügelte und zur tollen Zeit verholpen hat. Er schreibt:



*„Dank des tollen Wetters, erfreute sich der TuS Köln rrh., an einer regen Teilnahme am 33. Silvesterlauf in der Merheimer Heide. Die Strecke führte in drei Runden jeweils über die Tartanbahn im Stadion hinaus in den großen angrenzenden Park. Die Strecke war flach und dadurch, dass es zwei Läufe gab (über und unter 45 Min) und dass sich die Anzahl der Spaziergänger in Grenzen hielt, wurde es auch nicht zu eng. Einen Tag vor meinem Wechsel in die M50 kam ich auf den 4./48, M45 in 39:15 Min. Insgesamt ein schöner Silvesterlauf, nur das Kuchenbuffet fehlte mir zum Ausklang und von den Zuckerbrezeln, die (fast) jeder Teilnehmer bekam, waren nicht ausreichend bestellt worden.“*



**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
<b>Gerhard Pohle</b>	<b>10 Jahre</b>
<b>Dierk Vollmer</b>	<b>10 Jahre</b>
<b>Frank Grischke</b>	<b>10 Jahre</b>
Ralf Kläser	8 Jahre
Gisela Buslei	6 Jahre
Marlies Wimmeroth	5 Jahre
Marion Bader	4 Jahre
Brigitte Müller	4 Jahre
Anja Isbanner	1 Jahr



**2. Jahreshauptversammlung am 15.02.09. Einladung auf der HP**

**3. Franz Lämmlein** hat das alte Jahr mit einem superlangen Vergnügen in Wuppertal ausklingen lassen, damit die Beine nicht vergessen, was nur 4 Tage später anstand.

*„Nachdem ich Sylvester als Scout beim Eulenkopf-Marathon 4:35 h durch die Gegend gelaufen bin, hatte ich mir für den einen 4:30 Min/km-Schnitt vorgenommen.“*

**7. LLG-Kevelaer-Marathon 2009**

*Obwohl es am Ende doch recht schwer geworden ist, habe ich mit 3:09:53 h mein Ziel punktgenau erreicht. Es war dies Platz 12 gesamt/2.M55;*

*ins Ziel kamen 252.*

*Meine nächsten Termine sind wahrscheinlich im Februar Bertlich und im März Königsforst; kürzere Strecken stehen momentan nicht auf dem Plan.“*

**4. Der nächste größere – familiäre – Auftritt der LLG steht für den 18. Januar an.**

Die Staffeln sind gemeldet und Marion und ich hoffen, dass sich keine Änderungen mehr ergeben, die erst am Veranstaltungsmorgen dann eingepflegt werden könnten. Die aufopferungsvoll Kämpfenden, mit der Strecke, dem Kuchen, den Säften usw. freuen sich über jeden, der einfach nur so dabei ist.

Wer ist wann u. wo für die LLG am Start/ gemeldet:  
 18.01. **Pulheim**  
 4 Staffeln der LLG im Einsatz

**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**

**12. PULHEIMER Staffel MARATHON Lauf**  
 18. JANUAR '09

**LLG St. Augustin 1:**

7,2 km	Klaus Braun
5 km	Norbert Tesch
10 km	Jörg Holzschneider
5 km	Thorsten Sohni
10 km	Bernd Nitsche
5 km	Frank Reinisch

**LLG St. Augustin 2:**

7,2 km	Achim Neitzel
5 km	Frank Kyron
10 km	Gerd Dürr
5 km	Jürgen Ziegert
10 km	Olaf Kucher
5 km	Udo Lohregel

**LLG St. Augustin 3:**

7,2 km	Birgit Neitzel
5 km	Anne Gerlach
10 km	Birgit Lennartz
5 km	Uschi Weitermann
10 km	Gisela Buslei
5 km	Birgit Lennartz

**LLG St. Augustin 4:**

7,2 km	Thomas Schmitz
5 km	Uschi Günther
10 km	Gisela Zacher
5 km	Anja Isbanner
10 km	Dierk Vollmer
5 km	Marion Sohni

**5. Klaus Braun**, allgemein als Läufer vom Rothenbach bekannt, hat einmal im Jahr großen Badetag, den er im weit entfernten Bonn zu nehmen pflegt. Er nutzt dafür zum einen und verständlicherweise die warme Jahreszeit und zum anderen das große Gewässer, das wir Rhein nennen.

Da er aber nicht gerne alleine badet und auch Zeugen haben möchte, die bestätigen können, dass... ruft er hiermit Gleichgesinnte auf, die evtl. auch noch Radfahren oder gar Laufen können sollten.

#### **LLG-Staffel für den Bonn-Triathlon 2009**

Wer hat Interesse am **14. Juni 2009 teilzunehmen:**

Wir brauchen für die Staffel/n:

- Schwimmer (3,8 km) -
- Radfahrer (60 km)
- Läufer (15 km)



**Anmeldung dazu ist am 18.01.2009!!**

Die Startplätze sind in der Regel schnell vergeben!

Erste Eindrücke im Video und weitere Infos unter:

<http://www.bonn-triathlon.de/>

Rückmeldungen an:

Klaus Braun

[mail@klaus-braun.com](mailto:mail@klaus-braun.com)

Tel. 02241 9999-497

Viele Grüße

Klaus

**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