

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, 16.07.2009

Vereinsnachrichten 31-09

Sicherlich hat es sich herumgesprochen, dass der Jahresausflug der

LLG verschoben werden musste, siehe hierzu auch unsere HP. Bis 20.08.09 muss nunmehr klar sein (feststehen) wer dabei sein möchte.

2. Letzten Dienstag war Marlen aus Hennef zum Training am RB und sie monierte hernach, dass es früher viel schöner gewesen wäre, das gemeinsame Laufen. Jetzt würde sich alles in kürzester Zeit verteilen und einzeln unterwegs sein.

Jeder, der den Wert eines gemeinsamen Laufes erfahren hat, wird Marlen nicht widersprechen. Schlage daher vor, schon bei den nächsten Läufen darauf zu achten, zusammen zu bleiben, zumindest bis km 4 der langen Strecke oder noch besser bis km 7 und wenn sich das Feld dann in 2 oder 3 Gruppen aufspaltet ist das völlig in Ordnung. Ich bin Marlen um diesen Einwurf dankbar, da absolut zu Recht geäußert.

3. Läufer gehen ins Wasser – aber keine Selbstmordabsichten erkennbar.

Was ist bloß los in der LLG? Gut, bei Hitze reden die einen vom kühlen Drinks oder kaltem Eis, andere gehen ins Freibad oder fahren in die Berge. Unser Personal benennt als mögliche Ziele Hückeswagen und Hennef!

Was haben die Orte, was andere nicht haben. Richtig – eine Triathlonveranstaltung.

So war denn auch nicht verwunderlich, dass die LLG am nahen Allner See letzten Mittwoch in großer Zahl vertreten war. Mit Schwimmflügeln, mit Armreifchen, mit Schwimmreifen aus Plastik und Natur, allerlei Auftriebshilfen- und mittel wurden genutzt, um über Wasser zu bleiben.

Kuchers zwängten sich in hautenges dünnstes schwarzes glattes Auftriebsmaterial und andere taten es ihnen gleich. Damit waren sie im Wasser schneller, als viele an Land! Sie badeten den See der Länge nach rauf und runter und rauf und runter und kamen ziemlich unversehrt wieder an Land.

Nur badehosenbewaffnete Läufer wie Jörg oder ich mühten sich ebenfalls ab, aber auf verlorenem Posten. Die Wasserqualität war wie die Temperatur – okay bis gut.

Jubiläen-Ecke

Im Juli 09 sind im Verein:

Thomas Schmitz 5 Jahre
Frank Reinisch 1 Jahr

Wer feiert seinen Geburtstag?

19.07. Lutz Forst 51 Jahre
27.07. Harry Bergold 26 Jahre

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

17.07. Köln, Tesch
25.07. Davos, Menzel
26.07. Köln, Dürr
01.08. Heimbach, NeitzelB+A

TRAININGSZEITEN-/Orte:

Montag, Siegrunde, St. Au-Menden
Dienstag, Abendrunde, Rothenbach
Donnerstag, Abendrunde, Rothenb.
Samstag, Lnde, Rothenbach
nach vorheriger Absprache



Die Sonne schaute vorbei und die Enten interessiert zu, wer da in ihrem Revier soviel Alarm macht. Es roch alles nach Wiederholung und dann vielleicht sogar mit Grill. Einige bedurften fremder Hilfe, um sich danach der Teile zu entledigen, was sofort zahlreiche hilfreiche Hände zur Stelle sah.

99; KtoNr. 30 004 485

do Lohrengel
olfgang Menzel

Veranstaltungswart :
Konrad Waßmann



Bankverbindung: Kreiss

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

Geschäftsführer : Udo Lohrengel
Kassierer : Wolfgang Menzel

Veranstaltungswart :
Konrad Waßmann