

**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](http://www.LLG-St-Augustin.de)  
[www.marathon-und-mehr.de](http://www.marathon-und-mehr.de)

Lohmar, 21.01.2010

**Vereinsnachrichten 05-10**

**1. Hurra, Nachwuchs ist da.**

Mit Freude kann der Rothenbach Nachwuchs vermelden und es wird kaum wundern, dass es sich um eine weitere Läuferin handelt. Derzeit bevölkern 51,1% Frauen die Republik, aber am RB besteht, trotz vieler Beitritte noch ein Defizit. Grob überschlagen liegen wir bei 2 zu 5. **Marion KRAMER** aus Siegburg hat sich angemeldet. Den meisten ist sie längst bekannt, da sie schon seit dem Sommer sowohl am Lauftraining wie auch an einzelnen Festivitäten teilgenommen hat.



**2. Pulheim.** Gut, das Wetter war nicht vergnügungssteuerpflichtig, aber dafür alles andere. Wenn alles andere stimmt, dann kann das Wetter keinen Strich durch die Rechnung machen. Sicherlich habt Ihr schon die verschiedenen Beiträge auf der HP gelesen. Bestens von A+O mit Bildern aufbereitet, die lebhaft Zeugnis über einen schönen Tag, auf der Strecke, am Buffet oder bei der Siegerehrung widerspiegeln. Es war halt für jeden etwas dabei. Wer ferngeblieben ist, wird seine Gründe dafür haben.



**3. Am Vortag, also am 16.01.,** war der letzte Lauf der 40. WLS in Bensberg, den sich BirgitL natürlich nicht entgehen ließ. Die 11,7 km-Strecke war, wen wundert's, sehr eisig. Nach 50:30 war diese Aufgabe erledigt und der Seriensieg sicher.

**4. Vor einigen Tagen** mailte **BerndN** alle triathlonverdächtigen an, um sie über seine Ideen/Planungen für 2010 zu informieren und Teilnahmewünsche abzufragen. Es dauerte mal gerade eine Woche und die Resonanz war groß für Teilnahmen in Bonn, Hennef, Hückeswagen usw. Er koordiniert Mannschafts- und Einzelstarts.



**5. Mit VN 01** bot ich einen Kalender mit Marathonmotiven an. 680x420 mm groß. Zwischen-zeitlich waren alle vergriffen, aber einen konnte ich noch erhalten und kann bei mir bezogen werden.

**6. Diesjährige Jahreshauptversammlung (JHV)** wird am 28.02. im Restaurant „En de Kohweed“ in Sankt Augustin Menden, Siegstraße 8 um 17 Uhr stattfinden.

Eine separate Einladung ist in Vorbereitung und wird in wenigen auf der HP abgelegt werden. Darüber hinaus wird jedem Vereinsmitglied diese Einladung per e-mail, sofern bekannt, zugestellt. Mitglieder, die wir nicht per e-mail erreichen können, erhalten die Einladung per Post.

**7. Die unlängst** beim abendlichen Training von MarionS vorgeführten Running Spikes können auf der Seite [www.running spikes.de](http://www.running spikes.de) angesehen und auch bestellt werden. Der Preis beträgt € 12,99. Bei einer größeren Bestellung rezeziert sich der Preis nochmals deutlich. Da allgemeines Interesse besteht, auch, weil die Wege wohl noch längere Zeit vereist bleiben oder wieder werden, müsste es einfach einer in die Hand nehmen, den Bedarf abfragen und bestellen. Das Laufen mit diesen, unter die normalen Laufschuhe gelegten strapazierfähigen Gummis mit Stahlspikes, erhöht die Sicherheit erheblich und kann das Laufgefühl nur positiv beeinflussen.

**8. Da vereinsseitig** von der Möglichkeit verbilligt in Leverkusen, Bonn, Bensberg, Düsseldorf oder wo auch immer zu starten kaum Gebrauch gemacht wird, werde ich die vorhandenen Restkontingente anderweitig vergeben.

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

uLo

**Jubiläen-Ecke**

Im Jan 10 sind im Verein:

|                      |          |
|----------------------|----------|
| Karl-Heinz Formanski | 16 Jahre |
| Wolfram Hohaus       | 16 Jahre |
| Siegfried Klein      | 13 Jahre |
| Bernd Nitsche        | 13 Jahre |
| Alexander Rausch     | 13 Jahre |
| Günter Stolzenberg   | 13 Jahre |
| Frank Grischke       | 11 Jahre |
| Gerhard Pohle        | 11 Jahre |
| Dierk Vollmer        | 11 Jahre |
| Ralf Kläser          | 9 Jahre  |
| Gisela Buslei        | 7 Jahre  |
| Marlies Wimmeroth    | 6 Jahre  |
| Marion Bader         | 5 Jahre  |
| Anja Isbanner        | 2 Jahre  |

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

24.01. **Dormagen**, Reinisch, Pohle, Dürr, Tesch  
 24.01. **Köln**, LennartzBi

**TRAININGSZEITEN-/Orte:**

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

**Wer feiert seinen Geburtstag?**

20.01. **Marlies Wimmeroth 59 Jahre**  
 23.01. **Alois Weyer 55 Jahre**  
 29.01. **Walter Müller 73 Jahre**

**Noch Startkarten für:**

07.03. Leverkusen (6)  
 14.03. Erftstadt (3)  
 27.03. Königswinter (5)  
 18.04. Bad Dürkheim (2)  
 25.04. Bonn (9)  
 25.04. Düsseldorf (5)  
 25.04. Antwerpen (2)  
 25.04. Dresden  
 01.05. Leverkusen  
 02.05. Frechen  
 02.05. Düsseldorf  
 15.05. Lohmar (5)  
 16.05. Refrath  
 15.05. Luxembourg  
 16.05. Heilbronn  
 29.05. Koblenz  
 05.06. Köln  
 08.06. Menden  
 13.06. Waxweiler (2)  
 07.08. Köln  
 28.08. Niederzier  
 12.09. Münster  
**(In Klammern Restkontingent)**

**Weitere Veranstaltungen bitte nachfragen.**

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

Geschäftsführer : Udo Lohrengel  
 Kassierer : Wolfgang Menzel

Verwaltung: Konrad Waismann