

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, 07.05.2010

Vereinsnachrichten 30-10

1. Uwe Niederprüm (Foto rechts) wurde vor ca. 4 Wochen von JörgH zum Rothenbach mitgenommen, damit er sich mal auslaufen kann. Das tat er – gerne und auch mit sichtbarem Erfolg, wie ich vor einer Woche abends im Hinterherlaufen feststellen durfte. Nun hat er sich der LLG angeschlossen und wir werden sicher noch viel Freude mit ihm haben. Der Siegburger trägt zur Verjüngung des Rothenbach und der LLG erheblich bei, denn mit 43 Jahren, gehört er ins Juniorenteam und hebt den Schnitt.



2. Vor einigen Tagen sah man **MarionK** unterwegs auf Hannovers Straßen. Im Rahmen des Marathon wurden auch 10 km angeboten und, eingespannt von der Verwandtschaft, widmete sie sich ca. 75 Minuten ihrem 13jährigen Neffen und brachte diesen in seinem ersten Lauf ins Ziel.

3. Am Dienstag, den 04.05. konnte ich am RB eine Jahresbestleistung bestaunen. Nein, nicht der sich in Schale geworfene und wohl präparierte M60er, der endlich mal die Blicke aller anwesenden Damen auf sich ziehen konnte. Es war die Masse der Anwesenden, die mein Auge erfreute. 27 Augenpaare konnte ich zählen und als wir über die Brücke uns dem Wald zuwandten, welche Freude, da standen Gisela und MarionB, schon müde von der Strecke Schwere, aber so waren es satte 29 LäuferInnen, die an diesem Abend das Grüne aufsuchten. Der bisherige „Rekord“ stammt aus dem Spätsommer 2008, als wir mal 34 waren.

4. Hinweis für Mitglieder-Portrait online stellen möchten:

Hallo LLG-ler, wer mit seinem Mitglieder-Portrait hier auf der HP erscheinen möchte, den bitten wir uns ein Word-Dokument zuzusenden, in welches er folgende Angaben einträgt:

- Name
- Jahrgang
- im Verein seit (siehe Liste der aktiven Mitglieder)
- warum ich laufe (ein paar Gründe hat schließlich jeder)
- Bestzeiten (für den, der seine Bestzeiten veröffentlichen möchte - nicht unbedingt erforderlich)
- Persönliche Ziele (oder auch Wünsche)

Dieses Word-Dokument hängt ihr als Anlage an eine e-Mail an, fügt noch ein digitales Bild von Euch hinzu (sofern vorhanden) oder Ihr schreibt uns, welches Bild aus der Bildergalerie wir nehmen können und schickt diese e-Mail an uns. AntjeundOlaf@kucheronline.de
 Wir basteln dann aus Euren Angaben das Mitgliederportrait und stellen es auf die LLG-Homepage.
 Wenn Ihr anschließend noch Änderungswünsche habt, ist das kein Problem!



Jubiläen-Ecke

Im Mai sind im Verein:

Helmut Maatz	14 Jahre
Frank Steinhauer	13 Jahre
Nadine Groß	1 Jahre

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

- 07.05. **Köln**, 3 Staffeln am Start
- 08.05. **Hönningen**, LennartzBi
- 09.05. **Hückeswagen**, Tews
- 09.05. **Windhagen**, Menzel
- 15.05. **Lohmar**, Braun, Tesch
- 16.06. **Würzburg**, Oberndorfer
- 29.05. **Koblenz**, Klein
- 29.05. **Rönsahl**, Oberndorfer
- 29.05. **Remscheid**, Tews
- 30.05. **Duisburg**, Tesch, MenzB
- 06.06. **Menden**, Lämmlein
- 12.06. **Wuppertal**, Tews
- 12.06. **Wesseling**, Oberndorfer
- 20.06. **Hennef**, Kyron

der, die IHR

TRAININGSZEITEN-/Orte:

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

Wer feiert seinen Geburtstag?

- 07.05. Olaf Kucher** 47 Jahre
- 11.05. Reinhold Frank** 55 Jahre
- 14.05. Christine Hülstrunk** 37 Jahre

Noch Startkarten für:

- 15.05. Lohmar (3)
- 16.05. Refrath (5)
- 15.05. Luxembourg (3)
- 16.05. Heilbronn (2)
- 02.06. Bonn (3)
- 05.06. Köln (2)
- 08.06. Menden (2)
- 09.06. Köln (5)
- 13.06. Waxweiler (2)
- 20.06. Eschweiler (5)
- 07.08. Köln (10)
- 28.08. Niederzier
- 12.09. Münster

(In Klammern Restkontingent) Weitere Veranstaltungen bitte nachfragen.

Die LLG ist mit 3 Mari-ons, 3 Birgits, 3 Wolf-gangs, 3 Franks, aber 4 Karl-Heinz gesegnet.