

Langlaufgemeinschaft Sankt Augustin Geschäftsstelle Feldstraße 4 D-53797 Lohmar-Inger

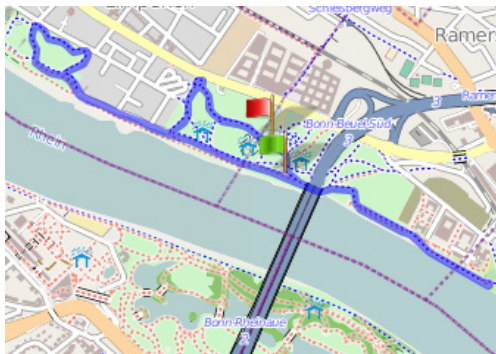
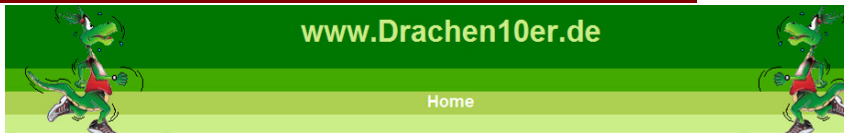
Vereinsnummer der LLG St. Augustin im LVN : 1430

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, 31.03.2011

Vereinsnachrichten 24-11



Am 28.03., also mitten in der Woche, wurde in Bonn im Bereich Südbrücke, Telekom und Kameha ein 10 km-Lauf angeboten und der Zuspruch war für die Erstauflage doch ungewöhnlich gut. Vielen war das Organisationsteam des bisherigen Drachenlaufes bekannt und genoss allerhöchsten Respekt für ihr organisatorisches Geschick, das in der ganzen Region von keinem mir bekannten Veranstalter zu toppen gewesen wäre. Ein neues Team für die Fortführung des Drachenlaufes hat sich gebildet und mit dem 10er am 28.03. eine erste Duftmarke gesetzt. Direkt gegenüber der Telekom, im Grünen und auf Wegen hatte man sich aufgestellt und einiges angerichtet, was auf Anhieb einen guten Eindruck machte, der sich, mit kleinen Ausnahmen, bis zum Ende hielt. Professionelle Kommentierung durch Jochen Heringhaus verhalf der Veranstaltung zu einem sehr gelungenen Event. Ein Rundkurs von 5 km, entlang des Rheins und durch die Rheinauen wartete auf gut 400 LäuferInnen. Der Lauf war mit regionalen Spitzenkönnern gut besetzt, besonders das Frauenfeld. Um 18 Uhr kam Bewegung in das Starterfeld und es ging Richtung Süden zum Kameha, wo dann nach ca. 1,5 km eine gut zu laufende Wende war und erneut vorbei an dem Glaspalast, dessen Personal draußen einen Verpflegungsstand eingerichtet hatte, der von jungen Männern in Hotelkluft bedient wurde. Die Siegerin des Laufes, MarlenG, gewann eine Übernachtung und kann sich die Jungs dann mal aus nächster Nähe ansehen.

Mal gab es Gegenverkehr auf der Strecke oder parallel laufende Wege, aber benachteiligend eng war es nicht. Zurück und am Start vorbei nach Norden und in einem großen Bogen konnte man seine Konkurrenten beobachten wieder Richtung Ufer und dann links ab, leicht ansteigend in erneut großen Bogen zum Ziel. Im Damenrennen setzten sich relativ zügig 5 vom Rest ab. Aber schon nach einem Kilometer war Marlen deutlich in Führung vor der späteren 2. NinaK. Auf dem 3. Platz folgte LisaJ und dahinter, einträchtig wie bei vielen gemeinsamen Trainings, aber schon mit deutlichem Rückstand, KathrinS und BirgitL. Vorne machte Marlen weiter heftig Tempo, dem Nina nicht gewachsen war und nur noch das lief, was zur Platzsicherung wichtig war. Dahinter entwickelte sich aber ein tolles Rennen im Rennen. Birgit war ab km 4 sehr bemüht, sich von Kathrin abzusetzen, was bis km 5 mit 6 Sekunden Vorsprung gelang. Auf dem Folgekilometer kam sie noch weiter weg und näherte sich der bis dahin klar vor ihr liegenden LisaJ. Bei km 7 war sie bis auf 8 Sekunden dran. Bei km 8,5 war sie dahinter und zog 100 m später vorbei. Aber erst am kleinen Anstieg fiel die Entscheidung zu Birgits Gunsten, die auch dort noch mal beschleunigte und bis zum Ende, in einem wahrlich durchkämpften Rennen einen tollen 3. Platz belegen konnte.

Der DKV-Mannschaftslauf

Nach dem altersbedingten Ausscheiden von Peter Giesen aus der DKV, der fast ein Jahrzehnt den DKV-Mannschaftslauf in hervorragender Weise organisiert hat, wird zukünftig aus dem Marketing der DKV heraus organisiert. Termin ist wie immer der erste **Freitag** im Mai. In diesem Jahr wird der 31. DKV-Mannschaftslauf in Köln-Müngersdorf am **6. Mai ab 18 Uhr** unter dem Motto „... mir laufe emmer wigger !“ gestartet.

Wer von der LLG St. Augustin Interesse an einer Teilnahme hat, den bitte ich, sich bis zum **10.04.** bei mir (lennartz@marathon-und-mehr.de) mit gewünschter Laufzeit zu melden. Ich werde dann wie in jedem Jahr versuchen, homogene Gruppen zusammen zu stellen, die gemeinsam und mit Spaß in einem Ereignis ohne Wettkampfcharakter die 15 Kilometer absolvieren.

Wie aus dem Internet unter www.laufen-sie-schon.de entnommen werden kann, hat sich an der Streckenführung und all den anderen liebevoll gewonnenen Dingen nichts geändert. Nur auf eine wichtige Änderung wird hingewiesen: Die Startgebühr (deren Höhe zukünftig von den Teilnehmern selbst festgelegt wird) soll zukünftig für einen wohltätigen Zweck gespendet werden. In diesem Jahr wird dieses Geld an den Kinderschutzbund in Köln gehen.

Jubiläen-Ecke

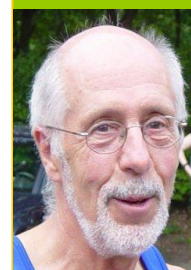
Im April sind im Verein:

Jürgen Ziegert	16 Jahre
Reinhold Frank	14 Jahre
Marion Sohni	6 Jahre
Birgit Wilms	6 Jahre
Sigurt Zacher	5 Jahre
Andreas Menz	1 Jahr
Uwe Niederprüm	1 Jahr
Britta Menz	1 Jahr

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

26.03.	Duisburg, MenzB
03.04.	Düsseldorf, LennartzBi
09.04.	Hannover, Tews
10.04.	Bonn, Reinisch, EngelsA, Hess, Trinks, Zacher, Buslei, Tesch, Lohrengel, Klein KucherA+O, LennartzBi
10.04.	Herne, Oberndörfer
17.04.	Zürich, NeitzelB+A
17.04.	Burg, Dürr
24.04.	Wernigerode, MenzB, Tews
08.05.	Düsseldorf, EngelsA+H
14.05.	Lohmar, Isbanner
29.05.	Duisburg, Oberndörfer
01.06.	Bonn, Groß

Wer feiert seinen Geburtstag?



02.04.

Dierk Vollmer

70 Jahre

TRAININGSZEITEN-/Orte:

Montag,	18.00 Uhr	Menden
Dienstag,	18.30 Uhr	Rothenbach
Mittwoch,	09.30 Uhr	Rothenbach
Donnerstag,	18.30 Uhr	Rothenbach
Samstag,	15.30 Uhr	Rothenbach

Noch Startkarten für:

17.04.	Weilburg (2)
24.04.	Düsseldorf (2)
01.05.	St. Wendel (2)
01.05.	Frechen (2)
04.05.	Köln (Bahn) 3
08.05.	Düsseldorf (5)
11.05.	Köln (Bahn) 3
14.05.	Lohmar (4)
15.05.	Heilbronn (2)
21.05.	Mannheim (2)
18.05.	Köln (Bahn) 3
29.05.	Duisburg (2)
29.05.	Königswinter (2)

(In Klammern Restkontingent)
Weitere Veranstaltungen bitte nachfragen.



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

Geschäftsführer : Udo Lohrengel
Kassierer : Wolfgang Menzel