

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



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, 04.06.2011

Vereinsnachrichten 39-11

Von seiner Urlaubsinsel Mauritius meldet sich **Comrades-Läufer WolfgangM** und schreibt nach seiner fünften Teilnahme: „Bin nach 11:40 h überglücklich ins Ziel eingelaufen, sogar 10 Min schneller gewesen, als letztes Jahr. Damit ist die Teilnahme für die nächsten beiden Jahre klar. Die Mitgliedschaft im Green Number Club ist in der Ferne schon zu erkennen. Mit Kurt Brenner aus Dormagen, war es dieses Jahr erst der zweite Deutsche, der sich diese erlaufen hat (10 x in der Sollzeit finishen).“



Sonne pur, kein Wölkchen hat das spektakuläre Lauffest getrübt. Nach wie vor weltweit der größte und mit weitem Abstand teilnehmerstärkste Ultramarathon. Leider nur 36 deutsche Finisher. Dieses Jahr als Uprun von Durban nach Pietermaritzburg. Seit 1921 die 86. Austragung, 87 km, 1800 positive Höhenmeter. 19700 Einschreibungen, 13.000 Starter bzw. die, die sich qualifiziert haben, 11.000 Finisher in der max. Sollzeit von 12 Stunden. Ich selber hatte einen Trainingsaufwand von 35 Wochenkilometern, wobei ich meinen Ruf als Minimalist nicht weiter auf die Spitze treiben will. Fazit: tough und einmalige Weltklasse !

Die 2. Auflage des Bonner Nachtlauferes war für alle von Erfolg beschieden.

Für Neumitglied **MarionW** sogar mit einer tollen Bestzeit über 10 km verbunden. Auch **BirgitL** zeigte den jungen Dingern mal wieder, dass es zwar nicht mehr so schwer ist wie früher, an ihr vorbeizukommen, aber noch längst nicht einfach. Dritte unter 40 Minuten!

Unten, 2.v.l., zeigt die wallende, weiße Pracht von **GerhardP**, der wiedererstartet die M60 in 42er Zeit gewann.

Die beiden Damen rechts, **AnjaI** und **NadineG**, auf dem Foto im Lohmarer Wald für die Freiheit des heimischen Eichhörnchens kämpfend, hatten trotz Anstrengung ihren Spaß und rannten gute Zeiten.

1.750 Anmeldungen waren ein enormer Zuspruch und im Start-/Zielbereich am Rhein war es nach dem Rennen ganz schön eng und warm genug, noch eine zeitlang zu sitzen, zu schwätzen, abzuhängen. Die Strecke ist flach und seeehr schnell.



2 NACHT LAUF
 BONNER
 1. Juni 2011 | Start 21 Uhr
www.bonn-laeuft.de

SiggiK war in Koblenz auf 8 Rollen unterwegs und bereits in 1:31 h für 42 km im Ziel. Das ist so dermaßen schnell, dass er seine Zweifel an der Streckenlänge hat. Allerdings ist er auch sehr gut in Form und taktisch gut gelaufen.

Jubiläen-Ecke
 Im Juni sind im Verein:

Klaus Heckmanns	15 Jahre
Werner Gieseler	6 Jahre
Klaus Braun	4 Jahre

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

29.05.	Koblenz, Klein
01.06.	Bonn, Groß, LennartzBi, Pohle, WiemkerM, Isbanner
01.06.	Köln, Dürr, Tesch
05.06.	Wuppertal, LennartzBi, Tews
17.06.	Biel, WiemkerT
19.06.	Inden, Pohle
25.06.	Mutscheid, Reinisch
17.07.	Waldniel, Lämmlein

Wer feiert seinen Geburtstag?

07.06.	Wolfgang Menzel	56 Jahre
09.06.	Bernd Nitsche	53 Jahre
10.06.	Wolfram Hohaus	74 Jahre
11.06.	Jürgen Banse	75 Jahre
11.06.	Rainer Kuck	47 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:

19.06.	Leverkusen (2)
19.06.	Inden (3)
26.06.	Köln (3)
28.07.	Köln (2)
30.07.	Bad Pyrmont(



(In Klammern Restkontingent) Weitere Veranstaltungen bitte nachfragen.

