

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, 27.09.2011

Vereinsnachrichten 67-11



10. Bedburger Citylauf am 17.09.

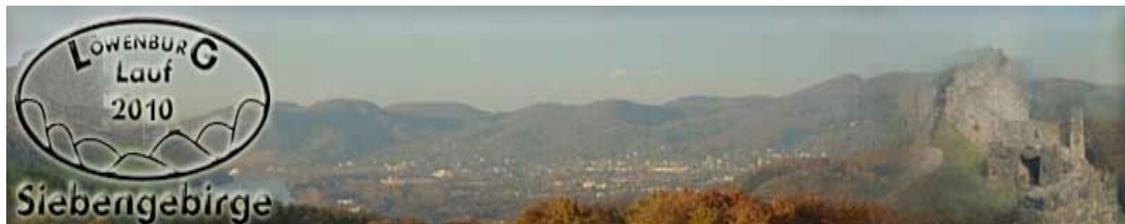
BirgitL erobert den zweiten Platz in der Serienwertung des Rhein-Erft Akademie-Cup-zurück. Es war alles angerichtet in der Bedburger City zum 10. und damit Jubiläumshauptlauf an diesem Samstagnachmittag. Die Strecke mit Start und Ziel jeweils auf dem zuschauergesäumten Marktplatz modifiziert und mit einer kleinen Wendepunktschleife ergänzt, ein Chronotrack zur sicheren Zeitmessung als Neuerung, eine Rekordvormelderzahl von 307 Teilnehmern über 10 km, ein illustres und ungemein starkes Starterfeld wie noch nie und das Ganze wie immer bei

perfekten äußeren Bedingungen.

Das Damenfeld war stark besetzt und die mit Muskelzerrung stark gehandicappte Birgit trat an, um den möglichen 2. Platz einzufahren. Mit einem 5. oder 6. Platz im Gesamteinlauf konnte sie 3 punktgleiche Damen hinter sich lassen, da sie mit 3 Siegen besser bewertet wurde. **FrankK** lief sein wohl bestes Rennen in diesem Jahr, das aber noch nicht rum ist.

Jubiläen-Ecke
 Im Oktober sind im Verein:

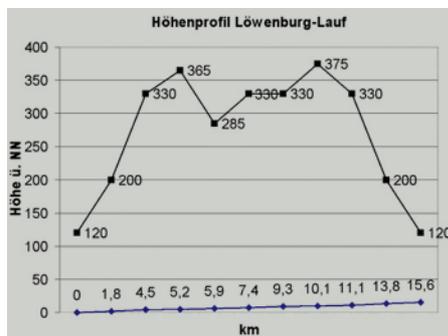
Marianne Böttcher	17 Jahre
Ingeborg Krieger	17 Jahre
Wolfgang Koppatsch	16 Jahre
Bettina Knappe	13 Jahre
Karl-Heinz Tews	13 Jahre
Manfred Prokaska	12 Jahre
Achim Neitzel	11 Jahre
Burckhard Vitt	11 Jahre
Stefan Grund	7 Jahre
Marlen Günther	7 Jahre
Thorsten Sohni	6 Jahre
Gaby Altenrath	5 Jahre
Dagmar Klandt	4 Jahre
Helga Dick	4 Jahre
Marion Kramer	2 Jahre



10. Löwenburglauf am 18.09.

Mittags um 11 Uhr war es zum Start erst oder nur 13°, wo man bei einem Lauf mit diesen Anstrengungen gut zurecht kommen kann. Um die 350 LäuferInnen trafen sich in Königswinter am Freibad, um den 2. Lauf im 7GebCup unter die Füße zu nehmen.

15,6 km mit ca. 400 HöM standen auf der Mittagskarte. Wie das nebenstehende Höhenprofil zeigt, kann man hier kaum zu schnell angehen, denn bis km 6 gibt's eine steile Vorspeise. Der Hauptgang findet oben bei guter Fernsicht von km 6 bis 11 statt und



dann kommt der Nachtisch, von dem einige nie genug kriegen können, als Schussfahrt ins Ziel. **BurkhardL** und Ehefrau **Dagmar** waren ebenso unterwegs wie der in seiner AK siegende **HelmutM** und schon wieder **FrankK**, der mit schweren Beinen trotzdem gut aussah. **BirgitL**, musste trotz Führung im 7GCup leider verzichten.



Eigentlich sollte der Startschuss zum Rheinhöhenlauf in Vettelschoß pünktlich um 13 Uhr erfolgen,

aber die Sperrung der A3 hielt um die 100 gefangen und so ging es erst 30 Min später auf die Reise. Ca. 60 konnten so noch mitlaufen und es ergab ein stattliches Teilnehmerfeld von über 600 HM-LäuferInnen. Insgesamt waren 1400 Läufer beschäftigt. Auch hier wurde die LLG durch **BurkhardL** vertreten, der gut mitmischte.

1.RTW-Sankt Augustin-Menden 1981 e.V.

An der RTF in Sankt Augustin-Menden am 25.09. nahm **HaraldM** über 111 km und **SiggiK** über 71 km teil. Wie gut das Wetter war, haben wir ja bei unserem Betriebsausflug auf der Sieg gesehen und erlebt.

Harald war derweil Richtung Asbach, Weyerbusch, Schönenberg über Neunkirchen und Hennef unterwegs. Da man auf dem Rad deutlich länger unterwegs wie auf den Füßen sein kann, bereitet er sich auch so, auf den Essen-Marathon am 09.10. vor.

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

24.09. Troisdorf, WiemkeTh, Tesch, Reinisch
25.09. Erftstadt, KucherA+Ö
25.09. Berlin, Steimel
02.10. Köln, Buslei, Groß, Oberndörfer, KucherA+O, Kyriion, Trinks, Isbanner
08.10. Hangelar, Tesch, Reinisch
08.10. Salt Lake City, Dürr
09.10. Siegburg, Tesch
09.10. Essen, MüllerH
15.10. Bonn, Oberndörfer
15.10. Schmallenberg, Hess
15.10. Mallorca, WiemkerTh
23.10. Königswinter, ReinischF
30.10. Remscheid, WiemkerTh

Wer feiert seinen Geburtstag?

27.09. Norbert Dzialas	47 Jahre
30.09. Achim Neitzel	47 Jahre
01.10. Ralf Kläser	46 Jahre
06.10. Carlos Saraiva	47 Jahre
09.10. Bettina Knappe	47 Jahre
08.10. Christof Hess	47 Jahre

Noch Startkarten für:

09.10. Essen (3)
09.10. Siegburg (5)
23.10. Refrath (5)
30.10. Remscheid (2)
30.10. Frankfurt (1)
06.11. Bensberg (4)
19.11. Essen (5)
27.11. Mondorf (5)
04.12. Köln (2)
11.12. Bad Honnef (5)

(In Klammern Restkontingent)
Weitere Veranstaltungen bitte nachfragen.



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

Geschäftsführer : Udo Lohngel
 Kassierer : Wolfgang Menzel

Veranstaltungswart :
 Marion Sohni