

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, 02.12.2011

Vereinsnachrichten 85-11



Maximal herbstliche Bedingungen am letzten Sonntag in Mondorf. 2010 war noch ordentlich Frost im Angebot.

Vermehrt aufkommender Wind entlang des Rheins, der von erhöhten Stellen der Laufstrecke noch gut zu erkennen war... Die LLG war auf und an der Strecke gut vertreten. So war an diesem Tag z.B. der Name Lennartz schmitz- oder müller-ähnlich stark vertreten.

Zunächst nahm sich Birgit ihre beiden Nichten Ronja und Madi zu Brust und zeigte ihnen die Runde über den Rheindeich. Gut, 1,2 km Kinderlauf hätten auch reichen können, aber die Eltern Burkhard und Dagmar haben sofort erkannt, dass das Startgeld-/Kilometerpreisverhältnis bei 5 km deutlich günstiger ist, als für die 1,2 km. Aber sie sind auch nicht untrainiert und hatten ihren Spaß an einem entspannten und hektikfreien Laufvergnügen mit einem flotten letzten Kilometer, wo sie beide Birgit die Rücklichter zeigten.

Im 10 Km-Lauf wurde Burkhard dann selber tätig und Birgit nahm sich Schwägerin Dagmar an, die beide das Tagesziel von unter 55 Minuten deutlichst unterboten. Dagmars Vater Walter und seine Frau Inge waren ebenso auf der Strecke, wie Birgits Eltern Ingrid und Karl an der Strecke.

Die 17. Auflage fand großartigen Anklang und war mit über 1.300 Anmeldungen bestens besucht. Deutlich über 1.000 sind in den EL verzeichnet. Das zeigt einmal mehr, dass das Konzept, gute Organisation gegen gutes Geld für einen karikativen Zweck, prima funktioniert.

Im Hauptlauf über 10 km ging es vom Start weg flott zur Sache und schon bei km 2 war die Entscheidung um Platz 1+2 schon gefallen. Aber dahinter kämpften Burkhard, Olaf, Frank, Waldemar, Helmut, Birgit, Dagmar und Walter um Plätze und Zeiten. Als sie ein 2. Mal an der ruhenden Fähre vorbeikamen, hatten alle ihren Platz im Feld gefunden und waren guter Dinge. Ab km 9,5 steigt die Strecke leicht an und geht dann in eine laaaange Zielgerade über. Und was bei km 9,5 noch nach einer Superzeit aussah floss dahin, denn die Zeit war oft schneller. FrankR und AntjeK waren gemeldet aber verhindert. **Der Erlös des Laufes geht wie immer an die Elterninitiative krebskranker Kinder in Sankt Augustin.**

Übergabetermin ist der 7. Januar 2012, traditionell übergeben von Läufern des LT TuS Mondorf.

Erneut hatte der Veranstalter zu dem traditionellen Benefizlauf zugunsten der Elterninitiative krebskranker Kinder Sankt Augustin e.V., also direkt für die onkologischen Kinder der Kinderkrebstation des Kinderkrankenhauses Sankt Augustin eingeladen. Besonders schön fanden es die Veranstalter des Mondorfer Lauftreffs, dass viele Kinder und Schüler unter dem Motto "Pänz laufen für Pänz" an den einzelnen

Läufen beteiligt waren.

Die im Nachgang folgenden Berichterstattungen waren alle vom Streckenrekord bei den Frauen geprägt, denn wer schneller als Mockenhaupt rennt, (auch wenn die in 2010 nur einen engagierten Ausflug über 10 km unternahm), der muss eine Große sein oder werden. Aber wie so oft im richtigen Leben, schreibt der eine vom anderen Kenntnisfreien ab und dann wird eine Zeit um 2 Minuten verbessert, die de facto 2 Minuten langsamer war.

Kommenden Sonntag treffen sich einige LLG'ler auf dem Hochplateau der Erpeler Ley, um 6 Mal, also jede Runde, einen exklusiven Blick in das ewig lange Rheintal richten zu können. Das ist alles im kleinen Startgeld enthalten, wie auch der Tee, Glühwein oder Heezemann nach Zieleinlauf.

9,45 km sind nicht mal lang genug, um vielleicht ans Leiden zu kommen, denn bevor es wehtun könnte ist das Ende (Ziel) in Sicht. Es gibt aber auch eine Mittelstrecke über 2 Runden.

29.01.2012 VOLKSCROSS im Rahmen der Nordrhein-Crossmeisterschaften über 6,25 km im Spicher Wald. Mehr in der nächsten VN.

Jubiläen-Ecke

Im **Dezember** sind im Verein:
 Alois Weyer 17 Jahre
 Dagmar Müller-Lennartz 16 Jahre
 Herbert Einsiedel 16 Jahre
 Andreas Gebauer 11 Jahre
 Martin Oberndorfer 8 Jahre
 Christof Hess 6 Jahre
 Norbert Tesch 4 Jahre

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

- 27.11. **Mondorf**, Kyrior, LennartzBi, KucherO, BöttcherW, Maatz, Müller-L., LennartzBu
- 04.12. **Köln**, Tesch
- 04.12. **Erpel**, LennartzBi, Lohrengel, Kyrior, Wilms
- 04.12. **Hamm**, Oberndorfer
- 11.12. **Leverkusen**, Oberndorfer
- 11.12. **Bad Honnef**, Reinisch, KucherO, LennartzBu, Hess
- 31.12. **Bonn**, NeitzelB+A, Reinisch, SohniT, Oberndorfer, Zacher
- 31.12. **Wuppertal**, Lämmlein
- 08.01. **Kevelaer**, Lämmlein

Wer feiert seinen Geburtstag?

- 07.12. **Wolfgang Koppatsch** 79 Jahre
- 08.12. **Konrad Waßmann** 56 Jahre
- 15.12. **Heiner Lindner** 71 Jahre
- 18.12. **Norbert Tesch** 52 Jahre

Noch Startkarten für:

- 11.12. Bad Honnef (2)
- 11.12. Leverkusen (1)
- 31.12. Bonn (4)
- 31.12. Köln (3)
- 22.04. Bonn (6)



(In Klammern Restkontingent)
Weitere Veranstaltungen bitte nachfragen.

TRAININGSZEITEN-/Orte:

- Montag, 18.00 Uhr Menden**
- Dienstag, 18.30 Uhr Rothenbach**
- Mittwoch, 09.30 Uhr Rothenbach**
- Mittwoch, 18.00 Uhr Aggerstadion**
- Donnerstag, 18.30 Uhr Rothenbach**
- Samstag, 10.30 Uhr Aggerstadion**
- Samstag, 15.30 Uhr Rothenbach**

Jahrgangsbesterleistungen Mä/Fr seit 1.1.1994

- 10 km, HM und Marathon
- 3.000, 5.000 und 10.000 auf der Bahn
- VN 82-11 FRAUEN 10 km Straße
- VN 83-11 MÄNNER 10 km Straße
- VN 84-11 FRAUEN Halbmarathon
- VN 85-11 MÄNNER Halbmarathon
- VN 86-11 Frauen Marathon
- VN 87-11 Männer Marathon

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

„Wach auf, steh auf, mach was – lauf!“
 „Nur wo du zu Fuß gewesen bist warst du wirklich!“
 „Alt aussehen kannst du noch früh genug oder die Strecke muss nur lang genug sein!“

ALTER	LEISTUNG	NAME	JAHRGANG	DATUM	ORT
23 Jahre	1:29:50	SARAIVA Marco José	1983	07.05.2006	Alfter
24 Jahre					
25 Jahre	1:17:54	TEWS Andreas	1972	02.02.1997	Köln-Porz
26 Jahre	1:17:57	TEWS Andreas	1972	28.03.1998	Bensberg
27 Jahre	1:14:34	LENNARTZ Burkhard	1967	02.04.1994	Ruppichteroth
28 Jahre	1:13:31	LENNARTZ Burkhard	1967	19.11.1995	Köln-Porz
29 Jahre					
30 Jahre	1:14:08	LENNARTZ Burkhard	1967	31.08.1997	Leichlingen
31 Jahre	1:23:34	ZIEGERT Jürgen	1964	19.11.1995	Köln-Porz
32 Jahre	1:21:19	SCHMIDT Jörg	1966	30.08.1998	Leichlingen
33 Jahre	1:17:24	VON WITSCH Felix	1972	13.04.2005	Ruppichteroth
34 Jahre	1:24:21	OBERNDÖRFER Martin	1972	15.04.2006	Düsseldorf
35 Jahre	1:21:33	STEEGER Udo	1960	27.08.1995	Leichlingen
36 Jahre					
37 Jahre	1:25:53	KUCK Rainer	1964	18.02.2001	Köln-Porz
38 Jahre	1:13:18	STUPP Friedhelm	1960	25.10.1998	Refrath
39 Jahre	1:13:38	STUPP Friedhelm	1960	18.04.1999	Porz-Zündorf
40 Jahre	1:18:33	WEYER Alois	1955	09.04.1995	Köln-Zündorf
41 Jahre	1:13:18	STUPP Friedhelm	1960	22.04.2001	Porz-Zündorf
42 Jahre	1:23:35	SCHEIBE Ralf	1961	14.02.2003	Köln-Porz
43 Jahre	1:19:54	LOHRENGEL Udo	1951	07.05.1994	Rheine-Elte
44 Jahre	1:20:25	LOHRENGEL Udo	1951	05.03.1995	Niederzier
45 Jahre	1:18:45	PIETRAS Arnold	1951	16.11.1996	Bonn
46 Jahre	1:20:28	LOHRENGEL Udo	1951	02.02.1997	Köln-Porz
47 Jahre	1:20:07	LÄMMLEIN Franz	1952	05.04.1999	Paderborn
48 Jahre	1:22:13	LÄMMLEIN Franz	1952	13.02.2000	Köln-Porz
49 Jahre	1:21:17	LÄMMLEIN Franz	1952	18.02.2001	Köln-Porz
50 Jahre	1:21:18	LÄMMLEIN Franz	1952	17.02.2002	Köln-Porz
51 Jahre	1:23:29	STEIMEL Jürgen	1955	07.05.2006	Alfter
52 Jahre	1:25:46	LÄMMLEIN Franz	1952	28.04.2004	Benrath
53 Jahre	1:23:44	LÄMMLEIN Franz	1952	04.04.2005	Duisburg
54 Jahre	1:24:05	LÄMMLEIN Franz	1952	12.02.2006	Refrath
55 Jahre	1:23:40	LÄMMLEIN Franz	1952	24.11.2007	Essen
56 Jahre	1:25:49	TEWS Karl Heinz	1950	08.07.2006	Köln
57 Jahre	1:28:49	LÄMMLEIN Franz	1952	04.07.2009	Duisburg
58 Jahre	1:30:36	KLEIN Siegfried	1940	28.03.1998	Bensberg
59 Jahre	1:37:52	LOHRENGEL Udo	1951	25.04.2010	Bonn
60 Jahre	1:32:26	GUST Ernst	1941	17.03.2001	Köln-Rodenkirchen
61 Jahre	1:28:10	WOLNIACK Manfred	1936	22.06.1997	Trier
62 Jahre	1:35:04	KLEIN Siegfried	1940	05.04.2002	Ruppichteroth
63 Jahre	1:22:25	ENGELS Herbie	1948	10.04.2011	Bonn
64 Jahre	1:55:26	MÜLLER Walter	1937	16.09.2001	Köln
65 Jahre	1:40:59	WOLNIACK Manfred	1936	22.04.2001	Porz-Zündorf
66 Jahre	1:42:09	WOLNIACK Manfred	1936	26.03.2002	Bensberg
67 Jahre	1:38:55	KOPPATSCH Wolfgang	1932	27.03.1999	Bensberg
68 Jahre	1:46:19	KLEIN Siegfried	1940	20.04.2008	Bonn
69 Jahre	1:44:59	KLEIN Siegfried	1940	26.04.2009	Bonn
70 Jahre	1:48:16	KLEIN Siegfried	1940	25.04.2010	Bonn
71 Jahre	1:51:11	KLEIN Siegfried	1940	10.04.2011	Bonn
72 Jahre					
73 Jahre	2:45:30	STOCK Wolfgang	1935	05.10.2008	Köln