Langlaufgemeinschaft Sankt Augustin
Geschäftsstelle
Zum Friedenskreuz 7 D-53797 Lohmar

Vereinsnummer der LLG St. Augustin im LVN : 1430

Tel. 02246 - 911 647 Mobil 0171 - 28 47 286
Priv 02246 – 915 90 80
info@LLG-St-Augustin.de, **www.LLG-St-Augustin.de**
www.marathon-und-mehr.de

LLG St. Augustin

Lohmar, 13.06.2015

Vereinsnachrichten 24-15

24-Stunden-Schwimmen

Beginn/Ende
Sa 20.06.15 - So 21.06.15, 12:00 Uhr - 12:00 Uhr
Veranstalter: DLRG Ortsgruppe Sankt Augustin e. V.
Beschreibung: Freibad Sankt Augustin, Husarenstr. 49
Übernachtung in eigenen Zelten möglich.
24hschwimmen@st-augustin.dlrg.de
www.st-augustin.dlrg.de

Was ist das 24-Stunden-Schwimmen?

Das 24-Stundenschwimmen ist eine Breitensport-Veranstaltung, an der jeder teilnehmen kann, der gerne schwimmt. Ziel ist es, innerhalb von 24 Stunden so viele Bahnen wie möglich zu absolvieren, da unser Sponsor für jeden geschwommenen Kilometer einen festen Betrag für einen gemeinnützigen Zweck spendet.

Selbstverständlich stehen Spaß und Freude am Sport im Vordergrund. Jeder Teilnehmer darf so viel und so lange schwimmen, wie er möchte, und muss natürlich nicht 24 Stunden am Stück im Schwimmbecken verbringen, sondern kann innerhalb der Veranstaltungszeit beliebig viele Pausen einle-

Letzte VN im Monat Juni

Am 13. Juni ist Dreikampf in Bonn, wo auch viele LLG'ler im Einsatz sind.

Schon 1 Woche später, beim Indeland Triathlon reist ebenfalls eine größere Gruppe an.

Ende des Monats dann, beim Triathlon in Hennef das gleiche Bild.

Aber morgen, in Hennef, beim Europawochelauf, wird das blaue Trikot der LLG auf allen Strecken zu sehen sein.

Darüber berichten in Form einer allg. VN, kann ich erst wieder Anfang Juli,
wenn alle wieder an Bord sind.

Im **Juni** sind im Verein:

Klaus Heckmanns	19 Jahre
Werner Gieseler	**10 Jahre**
Klaus Braun	8 Jahre
Claudia Kuhnke	3 Jahre

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

14.06. **Hennef,** Kaymer, Müller-L. Kyrion, Böttcher mit Anhang, LennartzBi
14.06. **Bonn,** 2 Staffeln
21.06. **Aldenhoven**, SohniM, Staskiewicz, Reglin, Kyrion, Böttcher, SohniTh
04.07. **Zermatt,** Steeger, Kaulbach, LennartzBi
19.07. **Köln**, Kaulbach, LennartzBi
30.07. **Köln**, KucherA+O
30.07. **Nürburgring,** MüllerH
09.08. **Monschau**, Reinisch, Putz
05.09. **Plettenberg**, Lämmlein

TRAININGSZEITEN-/Orte:

Montag,	**18.00 Uhr** Menden
Dienstag,	**18.30 Uhr** Rothenbach
Mittwoch,	***18 Uhr Tempotraining***
Donnerstag,	**18.00 Uhr** R'bach + NW
Samstag,	**15.30 Uhr** Rothenbach

Mit über 1700 Voranmeldungen und bei wohl sehr anständigem Wetter, ist ein Riesenspektakel auf und um den Marktplatz in Hennef zu erwarten. Der Lauf ist ja nur ein Teil eines umfangreichen Programms, das Menschen aus dem ganzen Kreisgebiet anzieht.

Ist aber auch für jeden was dabei, die sich bewegen wollen.
Da kann z.B. geschnuppert werden, wie Wege und Straßen so riechen, wie sich gelaufene oder gerannte Kilometer anfühlen. Waldemar hat Schnuppertag mit seinen Kindern, derweil BirgitW und OlgaB die Stöcke schwingen und Lieder von der Freiheit beim Wandern singen. Barbara macht ein Paar Kilometer im Hinblick auf Zermatt.

Wer feiert seinen Geburtstag?

12.06. Mario Müller	39 Jahre
17.06. Ingo Retzmann	47 Jahre
26.06. Harry Putz	56 Jahre
28.06. Marion Sohni	45 Jahre
29.06. Jörg Schmidt	49 Jahre
29.06. Frank Steinhauer	49 Jahre
30.06. Dagmar Müller-L.	47 Jahre
06.07. Helmut Maatz	68 Jahre
11.07. Martin Paffrath	46 Jahre
15.07. Tillmann Stock	53 Jahre

Ihr erinnert Euch sicher, als ich vor einigen Wochen über den unsäglichen Zwischenfall berichtete, nämlich von der Kollision des radfahrenden **HarryP** mit einem Auto.
Es war nicht nur ein Geplänkel, denn die Rehabilitation hält immer noch an und auch kleines Antesten des Knies (Belastung) wird mit Dickwerden geahndet. Nun war er aber für den Triathlon in SU gemeldet und da zeigt sich, wer ein echter Freund ist.
Thomas2 war bereit ihn dort zu vertreten. Er zog die Badelatschen an und machte sich auf den Weg die 25 m so lange abzureißen, bis 500 m auf dem Zettel standen.
Alles Weitere ist ja allgemein bekannt, da die halbe LLG in das sehr gelungene Triathlongeschehen involviert war.
Derweil war Harry auf der Suche nach Ersatz. Er wollte halt wieder zurück auf die Straße und wenn Knie im Angebot gewesen wären, dann hätte er evtl. auf ein neues Rad verzichtet.
An seinem Plan, im August in Monschau aufzulaufen, hält er allerdings fest.

Noch Startkarten für:
21.06. Windeck
21.06. Köln
03.07. Köln
16.08. Köln
23.08. Köln
19.07. Köln
25.07. Nürburgring
07.08. Hausen
19.09. Vettelschoß
20.09. Karlsruhe
04.10. Köln
11.10. Essen

Weitere Veranstaltungen bitte nachfragen

Homepage macht Mitte bis Ende Juni Urlaub, da einige der Macher mal eine Auszeit benötigen.