



Vereinsnummer der LLG St. Augustin im LVN 30141

Tel. 02246 - 911 647 Mobil 0151-25866395  
Priv 02246 - 915 90 80  
info@LLG-St-Augustin.de, [www.LLG-St-Augustin.de](http://www.LLG-St-Augustin.de)  
[www.marathon-und-mehr.de](http://www.marathon-und-mehr.de)

Lohmar, 25.10.2019

## Vereinsnachrichten 31-19

### Löwenburglauf

15 km, +425 m / -425 m Hd  
Sonntag, 08.09., 11.00 Uhr



### Podest für Ilse und Klaus



#### Im November sind im Verein:

Walter Müller	26 Jahre
Harald Müller	26 Jahre
Herbert Bergold	23 Jahre
Arnold Pietras	23 Jahre
Jörg Schmidt	22 Jahre
<b>Katja Ratte</b>	<b>20 Jahre</b>
Antje Kucher	16 Jahre
Natalie Mück	12 Jahre
Jörg Holzschneider	11 Jahre
Ulrike Steeger	7 Jahre
Frank Roland	4 Jahre

#### Für die LLG am Start:

08.09. <b>Bonn</b> , Ilse, Kaiser
05.10. <b>Hangelar</b> , Trinks, Nitsche, Gerlach, EngelsH
13.10. <b>Köln</b> , Oberndorfer, Trinks Böttcher, Frauenstaffel mit Ilse, Birgit, Barbara und MarionW,
13.10. <b>Essen</b> , Lämmlein
20.10. <b>Bonn</b> , Ilse, LennartzB
20.10. <b>Refrath</b> , Oberndorfer, Kaiser,
20.10. <b>Berlin</b> , KucherO
26.10. <b>Altendorf</b> , LennartzBi
27.10. <b>Remscheid</b> , Lämmlein Kyrion, Frauenstaffel UM Ilse, Birgit, Barbara
27.10. <b>Frankfurt</b> , Tesch
10.11. <b>Winterscheid</b> , Ilse
01.12. <b>Mondorf</b> , LennartzBi
01.12. <b>Erpel</b> , Lohrengel
08.12. <b>Bad Honnef</b> , Brandt, Ilse
19.01. <b>Pulheim</b> , Brandt
22.03. <b>Bensberg</b> , Peppel
26.04. <b>Bonn</b> , Peppel, WiemkerM Brandt
23.05. <b>Luxembourg</b> , Trinks

#### Wer feiert seinen Geburtstag?

20.10. Frank Kyrion	53 Jahre
20.10. Marion Wiemker	52 Jahre
24.10. Kerstin Kuhnke	43 Jahre
29.10. Daniela Drose	32 Jahre
31.10. Thomas Wiemker	54 Jahre
01.11. Gisela Buslei	59 Jahre
02.11. Natalie Mück	28 Jahre
06.11. Sven Becker	58 Jahre

#### Noch Startkarten für:

03.11. Bensberg (4)  
10.11. Hennef (5)  
01.12. Mondorf (4)  
01.12. Erpel (5)  
08.12. Bad Honnef (3)

**Weitere Veranstaltungen bitte nachfragen.**

18. Auflage des 15,2 km langen Vergnügens mit 420 HöM - genau das Richtige für Ilse und Klaus.

Besonderheit war u.a., dass man sich im Ziel fragte, warum alle so tropfnass ankamen, wo es doch nicht geregnet hatte. Oben, auf den Höhen des 7Geb schüttete es über die ganze Zeit. Es war also doch kein Kampfschweiß!

Leider nur um die 200 Teilnehmer reichen



bei weitem nicht an die Zahlen früherer Ausgaben heran, wo man klar über 500 ins



Ziel brachte. Aber das ungeschickte Taktieren über 2-3 Jahre trug zur Abkehr vom Löwenburglauf bei. Ich bin mir aber sicher, dass die Dürrezeit vorbei ist und die Veranstalter diesen Lauf wieder nach vorne bringen werden. Vielleicht mit kleineren Streckenkorrekturen.

Dieser Kurs (siehe Profil) fordert extrem zu einer guten Renneinteilung auf, damit man im Ziel noch Lust auf das Küchenbuffet hat oder ohne fremde Hilfe duschen kann.

Ilse war für den 7GC unterwegs und festigte ihre 5. Position. Am Ende wird man sehen, wer von den Damen dann noch beim Marathon im 7Gebirge dabei sein wird

und durchkommt. Bei Ilse besteht da keine Gefahr. Klaus gönnte sich erstmalig diesen Lauf und war gute Dinge. Mit nur 1 Minute Rückstand auf Ilse war das Ergebnis überraschend.



Siebengebirgscup 2019, Frauenwertung

Platz 7GC	Name	Verein/Ort	Jahrg.	Klasse	Klassen-Wertung	7G Cup - Wertung					Gesamt-Zeit 7GC
						Summe 7GC	Lauf 1	Lauf 2	Lauf 3	Lauf 4	
1	Günther, Marlen	LAZ Puma Rhein-Sieg	1983	W35	1	723,39	240,33	243,42	239,64	-	3:10:18
2	Schneider, Franziska	VfL Waldbreitbach	1991	W20	1	718,43	232,63	239,30	246,50	-	3:11:26
3	Tallmann, Joanna		1991	W20	2	617,40	176,02	209,64	231,74	-	3:34:16
4	Schmitz, Ilse	LLG St. Augustin	1963	W55	1	526,21	182,99	147,39	195,83	-	3:46:18
5	Küttner, Christiane	Laufmonster	1967	W50	1	437,15	133,58	137,62	165,95	-	4:08:28
6	Weißenfels, Andrea	Team Erdinger Alkoholfrei	1969	W50	2	390,51	94,65	136,25	159,61	-	4:21:28
7	Orth, Annika		1989	W30	1	217,73	82,69	52,40	82,64	-	4:50:21
8	Schlemmer, Beate		1965	W50	3	215,83	36,46	70,06	109,31	-	4:56:16
9	Hajek, Verena	LLG 80 Nordpark Köln	1952	W65	1	182,53	71,82	52,74	57,97	-	4:59:02
10	Gottschling, Ricarda	BSG Evonik Rheinland e.V.	1962	W55	2	168,78	60,54	37,83	70,42	-	5:01:01
11	Scheer, Karin	TV Kleinwiedenesst	1949	W70	1	-48,60	-26,84	-31,45	9,69	-	5:47:02
12	Hubrig-Schaumburg, Sabine	LT Hennef/ Sieg	1961	W55	3	-63,69	-55,68	-22,02	14,01	-	5:53:38



Das sind die Jungs der **Hennefer Trailgruppe**, die vorzugsweise an Wochenenden die Natur aufsuchen, um auf bekannten und unbekanntem Wegen Natur zu erleben und sich mit ihr zu messen.

Das Foto könnte vor dem Start aufgenommen worden sein, denn die sehen für hinterher einfach zu gut aus.

v.l.n.r. Teschjung, Klaus, Burkhard, Teschalt, der am Sonntag in FFM seine Marathonfähigkeiten auf die Straße bringen möchte. Alles ist möglich!