

Tel. 02246 - 9
Priv 02246 - 9
info@LLG-St-A



Lohmar, 20.12.2019

Vereinsnachrichten 37-19

Nunmehr im 50. Jahr die Bockenberger Winterlaufserie.

Seit „ewigen Zeiten“ beginnt diese Ende November und endet im Januar des neuen Jahres.

Und der Clou ist, dass man trotz Wechsel der AK, so wie Birgit ab Januar eigentlich W55 ist, weiterhin so gewertet wird, also W50, als wenn nix passiert wäre!

Tief unterhalb des Bensberger Schlosses, im Milchborntal auf der Rundbahn des Stadions starten 2 Läufe. Die Lang- und die Kurzstrecke. Also 5,6 und 7 km oder 7,10 und 11 km. Die Strecken sind wellig bis bergig, je nachdem wo man sonst so trainiert. Birgit läuft seit etlichen Jahren die

Langstrecke mit Freuden, auch bei schlechtem Wetter.

Das tun knapp 200 auf der Langstrecke und 100 auf der Kurzstrecke. Die Gegenleistung für das Startgeld ist die Strecke!

Und es sind keineswegs nur LäuferInnen aus den umliegenden Ortschaften. Die Autokennzeichen zeigen, dass auch bis 100 km gefahren wird, um den Lerbacher Wald zu erfahren.

17. Januar 2020
Jahreshauptversammlung

Noch Startkarten für:

- 01.02. Dieringhausen (5)
- 14.03. Köln (4)
- 22.03. Bensberg (4)
- 26.04. Bonn (4)

Weitere Veranstaltungen bitte nachfragen.

50. Winterlaufserie 2019-2020 der SG Bockenberg 1965 e.V.

Bergisch Gladbach-Bensberg

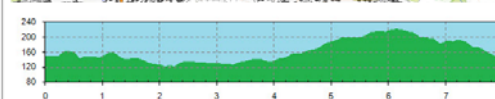
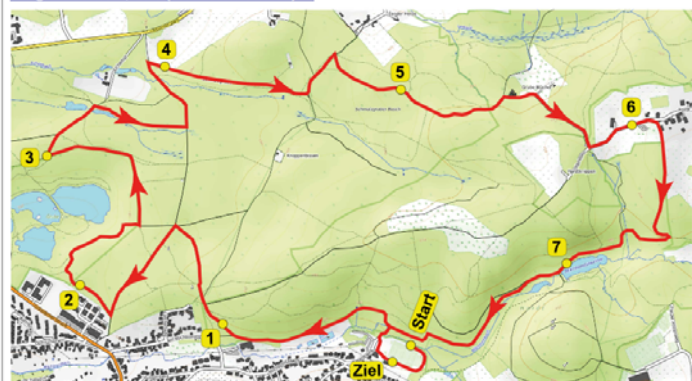


Termine	Kurze Strecke Start 14.00 Uhr	Lange Strecke Start 14.10 Uhr
1. Lauf 23.11.2019	5,3 Km	7,8 Km
2. Lauf 07.12.2019	6,3 Km	10,1 Km
3. Lauf 11.01.2020	7,1 Km	11,7 Km



www.sg-bockenberg.de

Lange Strecke: 7,8 km (~100 Höhenmeter)



Im Dezember sind im Verein:

Alois Weyer	25 Jahre
Dagmar Müller-Lennartz	24 Jahre
Holger Hofmann	21 Jahre
Martin Oberndörfer	16 Jahre
Christof Hess	14 Jahre
Norbert Tesch	12 Jahre

Für die LLG am Start:

- 23.11. **Bensberg**, LennartzBi
- 01.12. **Mondorf**, LennartzBi, Ilse Kaulbach, Kaiser, Steeger
- 01.12. **Erpel**, Lohrengel, Kyriion, Paffrath
- 07.12. **Bensberg**, LennartzBi
- 08.12. **Bad Honnef**, Brandt, Ilse
- 08.12. **Bonn**, Menzel
- 14.12. **Pulheim**, Paffrath
- 15.12. **Aachen**, Droese, Hartnack
- 31.12. **Bonn**, Wilms, Kyriion, Trinks
- 31.12. **Gummersbach**, Oberndörfer
- 31.12. **Köln**, NeitzelA
- 19.01. **Pulheim**, 2 Teams
- 01.02. **Dieringhausen**, Ilse
- 16.02. **Herten**, Lämmlein
- 22.03. **Bensberg**, Peppel, Menzel Lämmlein, Ilse
- 26.04. **Bonn**, Peppel, WiemkerM Brandt, Maatz, Trinks, Böttcher, Lämmlein, Kaiser
- 23.05. **Luxembourg**, Trinks

Wer feiert seinen Geburtstag?

- 21.12. Martin Oberndörfer 47Jahre
- 24.12. Christine Staskiewicz 52Jahre

03.01.
**Stephanie
Antoniou
50 Jahre**



- 04.01. Herbie Engels 72Jahre
- 07.01. Birgit Wilms 54 Jahre
- 07.01. Max-Thomas W. 13 Jahre
- 10.01. Manfred Licharz 77 Jahre
- 11.01. Eugen Kuntzmann 81Jahre

TRAININGSZEITEN-/Orte:

- Montag, 18.00 Uhr** Menden
- Dienstag, 18.30 Uhr** Rothenbach
- Mittwoch, 18 Uhr** Tempotraining
- Donnerstag, 18.00 Uhr** Rothenbach
- Samstag, 15.30 Uhr** Rothenbach

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

Kassierer : Wolfgang Menzel

Veranstaltungswart :
komm. Birgit Lennartz

Die LLG will mit 2 Teams am Start sein. Eines mit LäuferInnen, die über 5 min/kmh laufen und eines darunter.
Meldungen an info@llg-st-augustin.de
Kosten für 2 Staffeln übernimmt der Verein.



über 5 min/kmh	Strecke	Name	Ersatz/Vertreter	Mitfahrer bei
2,2 Auftaktrunde und 1x 5 km-Runde	7,2 km	N.N.		
1 x 5 km-Runde	5 km	KarstenB		
2 x 5 km-Runde	10 km	BirgitL		
1 x 5 km-Runde	5 km	JohannesK		
2 x 5 km-Runde	10 km	IlseS		
1 x 5 km-Runde	5 km	N.N.		

Stand: 20.12.2019

Nichts steht bereits fest. Krankheit o.s. erfordern, erst Mitte Januar eine Festlegung wer was läuft.

unter 5 min/kmh	Strecke	Name	Ersatz/Vertreter	Mitfahrer bei
2,2 Auftaktrunde und 1x 5 km-Runde	7,2 km	OberndörferM		
1 x 5 km-Runde	5 km	TeschN		
2 x 5 km-Runde	10 km	TimurT		
1 x 5 km-Runde	5 km	OlafK		
2 x 5 km-Runde	10 km	BraunK		
1 x 5 km-Runde	5 km	ThorstenS		

Wieder mal zum 1. Advent fand in Niederkassel-Mondorf der Weihnachtslauf statt.



Mit über 1800 Anmeldungen und 1420 Zieleinläufen war die Jubiläumsveranstaltung extrem gut besucht, denn am gleichen Wochenende fanden 4 weitere Veranstaltungen in der Nachbarschaft statt. Zu diesem guten Meldeergebnis trugen **Barbara, BirgitL, Ilse, Helmut, Karsten, KlausK und Ulrike** bei, die sich mehrheitlich für die 10 km-Runde entschieden.

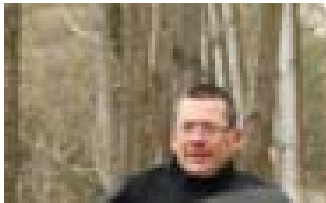
Für die 5 waren insgesamt 520 am Start und begleiteten Karsten zu seinem guten Ergebnis.

Das Laufwetter bildete den passenden Rahmen, was auch den Ehrengästen gefiel und zum Verweilen veranlasste, denn nicht allein das Jubiläum war der Grund, sondern auch der seit Jahren bestehende karitative Ansatz zum Wohle der Elterninitiative krebserkrankter Kinder Sankt Augustin.

Zur Mittagessenzeit setzte sich dann das 10 km-Feld in Bewegung. Wer sich falsch eingeordnet hatte wurde entweder überrannt oder machte den

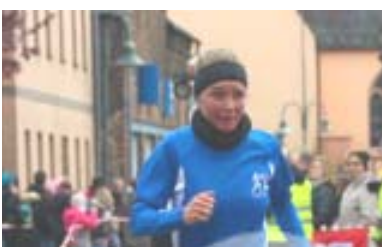
Bremsklotz für die Nachfolgenden. Ein Ärgernis seit vielen Jahren, weil man vor Ort den Ehrgeiz der flotten Laufkundschaft unterschätzt oder ignoriert.

Ilse legte, fegte los und erst ein Boxenstopp ließ der Konkurrenz die Chance vorbeizuziehen. Auch Klaus profitierte davon und war hinterher



untröstlich☹
Ob es allerdings zutrifft, dass man nach dem Rennen den einen oder anderen am Glühweinstand des nahen

Weihnachtsmarktes gesehen haben will, um sein Er-



gebnis zu feiern oder um Trost zu finden stimmt entweder oder es hält sich gerne als Gerücht.



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



25. Mondorfer REWE-Weihnachtslauf
für die Elterninitiative krebserkrankter Kinder St. Augustin e.V.
am 01. Dezember 2019 in Niederkassel-Mondorf