

Langlaufgemeinschaft Sankt Augustin
Geschäftsstelle
Zum Friedenskreuz 7 D-53797 Lohmar



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
www.marathon-und-mehr.de

Lohmar, 10.02.2020

Vereinsnachrichten 06-20

Im **Februar** sind im Verein:

Hans Eisenhuth	25 Jahre
Karl-Heinz Bergmann	23 Jahre
Marianne Hohaus	22 Jahre
Franz Lämmlein	21 Jahre
Norbert Dzialis	16 Jahre
Thomas Schmitz2	5 Jahre
Harry Putz	5 Jahre
Ilse Schmitz	3 Jahre

Für die **LLG** am Start:

09.02.	Köln , Oberndorfer, Menzel
16.02.	Herten , Lämmlein
01.03.	Leverkusen , NeitzelA, Paffrath
22.03.	Bensberg , Peppel, Menzel Lämmlein, Ilse, Oberndorfer Tesch
11.04.	Köln , Kyrión
26.04.	Bonn , Peppel, WiemkerM Brandt, Maatz, Trinks, Böttcher, Lämmlein, Kaiser, Reglin, Oberndorfer, Braun, Menzel
16.05.	Schmiedefeld , Tesch, Ilse
23.05.	Luxembourg , Trinks
04.10.	Köln , Ilse, TeschN, Mücke
25.10.	Frankfurt , Trinks

Wer feiert seinen Geburtstag?

07.02.	Waldemar Böttcher	42 Jahre
08.02.	Marco Peppel	44 Jahre
09.02.	Britta Breunig	42 Jahre
09.02.	Manuela Becker	49 Jahre
11.02.	Birgit Neitzel	57 Jahre
14.02.	Timur Trinks	42 Jahre

23.02.

Siggi

Klein

80



Noch Startkarten für:

01.03.	Leverkusen (6)
14.03.	Köln (4)
22.03.	Bensberg (4)
22.03.	Köln (2)
11.04.	Köln (3)
11.04.	Erpel (5)
26.04.	Bonn (2)
03.05.	Frechen (4)
07.06.	Köln (5)

Weitere Veranstaltungen bitte nachfragen.

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

Mit MarcusZINK begrüßen wir ein neues Vereinsmitglied in der LLG



Den Rothenbächern ist er optisch bekannt, wenn er eiligsten Schrittes aus dem Wald zum Parkplatz rannte, denn Wald, Wiese und Feld hört seine Welt, wenn es läuferisch zugehen soll. Marcus, in der M50 unterwegs, kommt aus Seelscheid und hat sich früher mit dem leichtathletischen Mehrkampf und dem ausdauerträchtigen Triathlon beschäftigt, bevor er sich mit Wucht und Freude dem Laufsport zuwandte. Auf der Straße sieht man ihn nur mit dem Auto, aber nicht laufend. Seinen ersten WK für die LLG absolvierte er am 1.2. in Dieringhausen, wo er aufzeigte, was von seiner Tempoausdauer – auch in unwegsamem Gelände – zu halten ist. Klar unter 40 min für 10 km sind/wären für ihn kein Problem. Vielleicht gönnt er sich ja den Königsforsmarathon?

1.Lauf 36. Winterlaufserie in Porz am

26.01. Rückkehr von HarryP und ThomasSch2 verlief sehr erfolgreich.

Die Winterlaufserie besteht aus drei Teilen. Das Angebot umfasst 3 versch. Serienmöglichkeiten wie auch Einzelstarts. Die Strecke führt vom Haus des Waldes durch die Landschaft und über den Grogeler Mauspfad zurück. Die Runde ist 5 km lang.

Harry und Thomas waren lange nicht als

Läufer in Erscheinung getreten. Nicht mangels Lust, sondern, weil eine verletzungsbedingte Auszeit zu überbrücken war. Ausgerüstet mit neuen AK, jetzt beide M60, waren sie in ihren AK direkt auf dem Podium, was die Lust ganz sicher aufrechterhalten oder gar zu forcieren in der Lage ist.

Martin gehört als Streckenbewohner zum Inventar und ist in der großen Serie erfolgreich tätig.

Siggi wird in wenigen Tagen 80 und wenn man etwas mehr über ihn lesen oder wissen möchte, dann bitte die VN 10-2010 vom 20.02.2010 aufrufen. Diese Ausgabe der VN findet auf unserer Seite unter „Archiv“ – 2010.

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

Geschäftsführer : Udo Lohrengel
Kassierer : Wolfgang Menzel

Vera
Klau