



Lohmar, 15.12.2022

Vereinsnachrichten 50-22



Mit **TimKRAUSE** begrüßen wir ein neues Vereinsmitglied in der LLG St. Augustin.

Der gebürtige Aachener und jetzt in Bornheim wohnende ist ein studierter Wettermann, da er sich neben dem Laufsport für weitere Sportarten im Freien interessiert und ausübt. Fußball, Klettern, Surfen und Tennis füllen seine Freizeit.

Er hat stets die Natur/Wetter im Auge und macht sich auch Gedanken über sinnvolle, auf den Sport ausgerichtete, Ernährung.

Mittlerweile kann er auf 15 Wettkämpfe zurückblicken und erzielte dieses Jahr im September

in 1:43:18 seine HM-Bestzeit. Etwas später sah man ihn beim Drachenlauf, den er als seinen bisher schönsten bezeichnet. Im kommenden Jahr plant er, erstmalig einen Marathon unter die Füße zu nehmen und vielleicht sogar in Bonn. Das wäre ganz sicher der Fall, wenn es an den Verpflegungsständen frisch gemahlene Kaffee und Sahneering mit Pellkartoffeln geben würde;-)

Im **Dezember** sind im Verein:

Alois Weyer	28 Jahre
Eugen Kuntzmann	28 Jahre
Holger Hofmann	24 Jahre
Martin Oberndörfer	19 Jahre
Dagmar Müller-L.	17 Jahre
Christof Hess	17 Jahre
Norbert Tesch	15 Jahre
Ingo Retzmann	9 Jahre

Für die **LLG** am Start:

- 10.12. Bensberg, Lichtenthäler, Welteroth, Lennartz, Thomas2
- 10.12. Bonn, Menzel
- 11.12. Bad Honnef, Lennartz, Starck Ilse, Krause, Norbert, MartinO
- 31.12. Köln, Neitzela
- 31.12. Gummersbach, Oberndörfer
- 07.01. Bad N.-Ahrweiler, Krause Starck
- 14.01. Bensberg, Lichtenthäler, Welteroth, Lennartz, Thomas2
- 22.01. Köln, Mazsits
- 23.01. Arosa, Brandt
- 29.01. Pulheim, 1DaTeam, 2MäTea Menzel
- 19.03. Bensberg, Mauruschat, Lämmlein
- 26.03. Venlo, Ilse
- 23.04. Bonn, Mauruschat, Roland

Wer feiert seinen Geburtstag?

- 15.12. Heiner Lindner 82 Jahre
- 16.12. Frank Karge 55 Jahre
- 18.12. Norbert Tesch 63 Jahre
- 21.12. Martin Oberndörfer 50 Jahre**
- 24.12. Christine Staskiewicz55J.
- 29.12. Sabine Link 50 Jahre**

Verbilligte Startkarten für:

- 08.01. Ratingen (2)
- 29.01. Pulheim (1)
- 19.03. Königsforst (1)
- 23.04. Bonn (31)
- 18.06. Leverkusen (9)

info@marathon-und-mehr.de

Am 11.12.2022 war in Bonn wieder Nikolauslauftag, wovon um die 1.100 Gebrauch machten.

3 Läufe standen auf dem Programm. Beim FunRun um 15 Uhr war auch Wolfgang auf den Beinen und lief auf der vermessenen

Strecke die 10 km.

Das ambitioniertere Fußvolk ging bereits um 13 Uhr zur Sache.

Dazwischen ein Nikoläuschenlauf für Kinder.

Streckenlänge des Rundkurses 3,4 km, aber es konnten auch 6,7 oder halt 10 km gelaufen werden. Jeder Kilometer war ausgeschildert

Das Wetter war wie die Stimmung - gut

Udo Lohrengel
Wolfgang Menzel

