

## NEWS

### Abnahme Deutsches Sportabzeichen

Zur Abnahme des Sportabzeichen am **Mittwoch, 10.07.2013 und 17.07.2013** sind alle Sportbegeisterten herzlich eingeladen. Wir treffen uns jeweils um **18:30 Uhr** an der Sportanlage in Prüm. Die Teilnahme bietet eine gute Kontrolle der eigenen Fitness und wird zudem von vielen Krankenkassen unterstützt. Weitere Infos bei Hiltrud Kockelmann unter Tel. 06556/1246.

### LG Läufer beim Hospizlauf 2013



Auch in diesem Jahr war die LG mit einer Läufergruppe beim 10. Hospizlauf für das Hospiz in Trier vertreten. Das Hospiz kann seine wichtige Arbeit nur mit Hilfe von Spenden finanzieren. Der Lauf ging von Koblenz bis Trier über knapp 200 km in 24 Std, die ganz, mit einer Staffel oder als Teilstücke absolviert werden konnten. Die Gruppe von 11 Läufern absolvierte die Strecke von Mehring bis Trier (20 km) mit dem Endpunkt Hospiz. Die Veranstaltung war sehr gut organisiert und die Strecke an der Mosel entlang ist sehr schön. Es wurde Verpflegung und Getränke gereicht. Vor allem Getränke waren bei dem warmen Wetter von Nöten. Im Garten des Hospizes fand die Endveranstaltung statt, bei der eine Spende übergeben wurde und allen Sponsoren und Spendern gedankt wurde. Insgesamt war dies eine gelungene Veranstaltung für einen guten Zweck. Ich möchte mich bei den Teilnehmern und Spendern der LG bedanken: für die Spenden an das Hospiz, den angenehmen Tag, besonders aber beim Autohaus Mais-Glandien für die wiederholte Bereitstellung eines Kleinbusses für den Transport der Läufer.

Werner Schroth

### Stadtlauf in Gerolstein



Bei schönem Laufwetter in Gerolstein am 15.06.2013 kamen 22 LG Starter ins Ziel. Der 11-jährige Andreas Hansen bestritt seinen ersten 5000m Lauf in der hervorragenden Zeit von 24:57 min. und war damit schnellster LG Läufer. Ausserdem auf dem Foto Lina Hermes, Hanna Proll und Lena Staudinger. Erste Plätze belegten: Dieter Burmeister (10 km) und Friedel Heinen als Gesamtsieger im 5000 m Walking.

## LG Ausflug am 17.08.2013

Wir wollen von Trittenheim bis Piesport auf dem Römersteig wandern. Die Strecke ist superschön. Es sind um die 12 km. Die ersten 2 – 3 km sind sehr anstrengend aber dann geht es leicht. Wir werden 2 schöne Weinbetriebe besuchen, wo wir am Nachmittag bzw. abends den Abschluss machen. Also bitte schnell anmelden, damit wir planen können. Auch Freunde und Partner können gerne mit.

Anmeldung bei Albert Thiex Tel. 06556-7323 oder E-Mail [albertthiex@t-online.de](mailto:albertthiex@t-online.de)

## Eifelmarathon in Waxweiler



Trotz Regenwetter nahmen 30 Läufer/innen am 16. Eifelmarathon in Waxweiler teil. Für herausragende Resultate sorgten aus LG Sicht Sebastian Simmen als Gesamtsieger über die 10 km in 41:29 min und Britta Kribs, die nicht nur Klassensieger sondern auch dritte in der Gesamtwertung über die Marathondistanz in 4:02 h wurde. Weitere Klassensiege verbuchten Karl-Heinz Schröder im Marathon in 5:19 h, Halbmarathon: Ingrid Kleusch 1:58 h, Inge Roth 2:03 h, und Peter Gaspers in 1:54 h. 10 km: Martha Metlen in 54:28 min, Doris Urfels in 55:33 min, Marcel Raskopp in 46:23 min, Bruno Hemmerling in 48:22 min und Dieter Burmeister in 48:22 min. Waltraud Holper und Manfred Margraff kamen bei dem erstmals ausgetragenen Ultramarathon über 51,4 km in 6:03 h bzw. in 5:05 h ins Ziel.

Das Foto zeigt die Läufergruppe beim Eifelmarathon.

## LG mit großem Aufgebot in Ormont



Bei unerwartet guten Wetterbedingungen waren am Pfingstmontag 22 Teilnehmer der LG beim 24. Ormonter Volkslauf dabei. Mit 9 Klassensiegen konnten die LG Ausdauersportler auf den einzelnen Lauf- und Walkingstrecken ihr gute Form unter Beweis stellen. Auf dem Foto die LG -Läufer/innen, die am Hauptlauf über 10 km teilnahmen mit Ingrid Kleusch (3. von rechts) als Gesamtzweite der Frauen.

## Neue Wettkampftrikots



Ab sofort können die neuen Wettkampftrikots und Hosen, gratis bei Intersport Blaumeiser in Niederprüm abgeholt werden. Dort liegt eine Liste mit allen LG Wettkämpfern aus, jeder der ein Trikot bzw. Hose erhalten hat wird dort abgehakt. Alle, die Wettkämpfe für die LG bestreiten und bereit sind dieses bei den Wettkämpfen zu tragen, auch wenn es nur ein Wettkampf im Jahr ist, erhalten ein Trikot. Ab Juni findet die Ausgabe der Trikots bei Albert zu Hause statt.

Wir bedanken uns bei unserem Hauptsponsor, dem Autohaus Mais-Glandien für die großzügige Unterstützung beim Kauf der Trikots.

Auf dem Foto sind Albert und Sebastian zu sehen, die den ersten Wettkampf in Ellscheid mit den neuen Trikots bestritten.

## Schöner Erfolg beim Bit-Cup 2012



Einen schönen Erfolg konnten die Läufer der LG beim Bitburger Läufercup 2012 erzielen. Dieter Burmeister erreichte den Gesamtsieg in seiner Altersklasse und Patrick und Dominik Gillenkirch wurden jeweils zweite ihrer Klasse. Dies sollte ein großer Ansporn sein 2013 wieder ein so gutes Ergebnis zu erzielen. Auf dem Foto die erfolgreichste Mannschaft nach der Ehrung (Es fehlen Jörg Thelen, Ingrid Kleusch und Gudrun Schroth.)

## Auf Laufkreuzfahrt im Mittelmeer



Am Wochenende kamen 17 Sportler der LG Pronsfeld-Lünebach von einer Laufkreuzfahrt aus dem Mittelmeer zurück. Insgesamt standen folgende Etappenläufe auf dem Programm: auf der Laufbahn des Kreuzfahrtschiff, La

Goulette (Tunis), Berglauf in Palermo, Stadtlauf in Neapel, Promenadenlauf in Rom und zum Schluß ein Staffellauf auf dem Schiff. Bei den Frauen ging der Gesamtsieg an die LG Läuferin Martha Metlen, gefolgt von Irene Kollig und Claudia Kettmus. Bei den Männern siegte Manfred Margraff, er gewann auch alle Etappen, gefolgt von Friedel Heinen und Karl-Heinz Schröder. Der Wettergott meinte es gut mit den in diesem Winter nicht gerade sonnerverwöhnten LG Läufern und schien jeden Tag von morgens bis abends. Letztlich machten die geselligen Stunden und die schönen Eindrücke von Land und Leuten den Aufenthalt zu einem unvergessenen Erlebnis.

## **Manni Margraff Sieger beim Kanaren-Etappenlauf**



Mit Manfred Margraff, Johann Leuther, Friedel Heinen und Irene Kollig haben vier Mitglieder der LG Pronsfeld-Lünebach ihre Sammlung an Inselläufen stark verbessert. Im Januar 2013 kamen fünf kanarische Inseln dazu. Ein harter Kampf hatte Manfred Margraff gegen den Österreicher Erwin Merk. Doch letztendlich siegte Manni mit 47 Sekunden Vorsprung. Friedel Heinen, der die Strecke teils als Geher, teils als Läufer absolvierte, rang mit Irene Kollig und Johann Leuther um die Plätze. Irene Kollig errang den 2. Platz bei den Frauen.

## **LG startet erfolgreich in den Bit Cup**



Am 09. März starteten wir mit einer großen Gruppe beim ersten Bit Cup für dieses Jahr in Schweich. Bei schönem Läuferwetter kamen, trotz des langen Winters, einige gute Zeiten bei unseren Wettkämpfern heraus. So kann das Jahr durchaus weitergehen. Auf dem Foto seht ihr die gut gelaunte LG Gruppe (es fehlt Marcel Raskopp). Zu erwähnen ist noch, dass Mattjeu Akkermans seinen ersten Wettkampf für die LG absolvierte. Die einzelnen Zeiten könnt ihr euch im Ergebnisdienst ansehen.

## **Glühweinwanderung am 26.01.2013**



Über 20 Teilnehmer nahmen an unserer schönen Wanderung durch die schneebedeckte Landschaft rund um Pronsfeld teil. Zunächst ging es über den "Hochberg" Richtung Habscheid. Ehe es wieder bergab ins Alfbachtal ging hatte Heinz für uns einen warmen Glühwein gebracht. Man wusste nicht was schöner war, der gute Glühwein oder der tolle Ausblick auf die verschneite Landschaft. Nach 8 km kamen wir glücklich am Sportplatzgebäude an, wo wir die gute Gulaschsuppe von Heinz genießen durften. Bei Glühwein und netten Gesprächen ging der schöne Nachmittag zu Ende.

## Fit für die Insel 10.01.2013



### Pressebericht Johann Leuther

Larry.pdf

Adobe Acrobat Dokument [262.5 KB]

[Download](#)

## Rheinland-Bestenliste 2012

In der Rheinland-Bestenliste von 2012 sind die Sportler der LG mit 28 Eintragungen gut vertreten. Bei den Schülern haben es Lena Staudinger 5 mal und Lina Lemmen 1 mal in die TOP TEN des Rheinlandes geschafft. Gute Ergebnisse konnten auch unsere Geher verzeichnen: Uschi Klink 5 Nennungen, Karl-Heinz Schröder und Klaus Lenz je 4, Friedel Heinen 3, Jos Hummer und Albert Thiex je 2. Außerdem haben bei den Läufern Dieter Burmeister und Sebastian Simmen jeweils 1 Eintragung in der Bestenliste erreicht.

## Sebastian Simmen läuft Wettkampf in Afghanistan



Sebastian Simmen befindet sich zur Zeit als Soldat in einem Feldlager in Afghanistan. Am 01.01.2013 wurde dort von der Internationalen Soldatengemeinschaft ein Lauf über 5,3 km organisiert. Bei starkem Wind, eisiger Kälte und Schneetreiben kam unser LG Läufer Sebastian unter 128 Teilnehmern in 20:21 min als gesamt vierter ins Ziel. Wir alle gratulieren Sebastian zu diesem Erfolg und wünschen ihm, dass er die Zeit im Feldlager heil übersteht und freuen uns jetzt schon, wenn er im Frühjahr wieder mit uns gemeinsam an Wettkämpfen in der Region teilnehmen kann.



### **Pressebericht**

Simmen.pdf

Adobe Acrobat Dokument [270.3 KB]

[Download](#)

## **Nikolauswalking**



Über 20 Walkerinnen und Walker kamen am Samstag, 08.12.2012 bei schönem Winterwetter zum Nikolauswalking nach Pronsfeld. Der gute Glühwein von Heinz schmeckte bestens, bei kalten Wetter und nach getaner Arbeit. Alle waren sich einig im nächsten Jahr dieses Event zu wiederholen.

**30.10.2012**

## **Erfolgreiche Marathonläufer bei der LG**



Zum Ende der Saison haben 21 Läuferinnen und Läufer der LG Pronsfeld-Lünebach bei drei Wettkämpfen erfolgreich einen Marathon absolviert.

Den Köln-Marathon lief vor kurzem Jochen Burmeister in 3:25 h, mit dieser Zeit ist er der schnellste LG Läufer in diesem Jahr. Inge Roth lief in 4:12 h, Robert Dingels 4:23 h, Leo Lichter 4:25 h, Doris Wallenborn 4:38 h, Frank Eicks 5:26 h und Karl-Heinz Schröder 5:38 h. Beim Marathon auf Mallorca liefen Peter Gaspers in 3:57 h und Monika Leufgen 5:12 h.

Am letzten Wochenende war die LG Lauftherapeutin Waltraud Holper mit einer Laufgruppe beim ältesten Citymarathon Deutschlands in Frankfurt am Start. Alle 10 Teilnehmer wurden von Waltraud Holper bei vielen Trainingsläufen hervorragend vorbereitet. So war es auch kein Zufall, dass Britta Kribs eine neue Vereins- und persönliche Bestzeit von 3:26 h aufstellte. Die übrigen Ergebnisse findet ihr im Ergebnisdienst.

## Neues Gästebuch

Ab sofort steht uns in der Navigation, links unten, ein Gästebuch zur Verfügung.

Es kann zu allen Themen in der LG rege genutzt werden.

## Drei Rheinland-Pfalz-Meistertitel für die LG



Bei den Rheinland-Pfalz Meisterschaften im 5000 m Bahngehen konnte das Geherteam der LG Pronsfeld-Lünebach zum Jahresabschluß nochmal kräftig Titel sammeln. Rheinland-Pfalz Meister wurden Uschi Klink W65 in 33.45 min. damit hält sie in diesem Jahr in ihrer Altersklasse auch alle weiteren Titel vom Westdeutschen-, den Deutschen-, den Europa- bis hin zum Weltmeistertitel. Ebenfalls den Meistertitel holte sich Friedel Heinen M55 in 30:14 min und Jos Hummer M65 in 33.57 min. Karl Heinz Schröder M65 wurde Vizemeister in 40,34 min. Dritter wurde Klaus Lenz M60 in 31:51 min. vor Albert Thiex in 39.41 min. Damit geht für das LG Geherteam das erfolgreichste Jahr seit der Gründung im Jahr 2004 zu Ende.

## LG Schüler erfolgreich in Bitburg

Bei den Leichtathletik-Kreismeisterschaften am Sonntag, 26.08.2012 wurden, trotz schlechten Wetterbedingungen, sehr gute Leistungen erzielt. So konnten Lena Staudinger W14 vier Meistertitel und Lina Lemmen W13 zwei Meistertitel erringen. Außerdem wurde die 4x100m Staffel, die sich mit der Mannschaft des Ski Klub Prüm ein spannendes Rennen lieferte, mit Lena, Lina, Hanna Proll und Johanna Elsen Kreismeister in Bitburg.

# 570 Teilnehmer beim Volkslauf 2012 im Ziel



Wir bedanken uns recht herzlich bei allen Läufern und Walkern von nah und fern. Ihr habt uns einen neuen Teilnehmerkord beschert.

**siehe auch Bericht mit Fotos der Gemeinde Pronsfeld bitte anklicken:**

[http://www.pronsfeld-eifel.de/modules/news/article.php?storyid=169&location\\_id=5](http://www.pronsfeld-eifel.de/modules/news/article.php?storyid=169&location_id=5)