



Herausgeber:
LG Mettenheim e.V.
Fichtenring 4
84562 Mettenheim
www.LGMettenheim.de
LGMettenheim@LGMettenheim.de
Für den Inhalt verantwortlich:
Karl Bruckbauer
Erscheint zweimonatlich

LG INFO

März/April 2015

Herzlichen Glückwunsch

zum Geburtstag:

10 Jahre	Stömmer Nico	02.03.
	Anzinger Amelie	04.03.
	Fischer Liane	11.03.
	Thalhammer Laura	28.03.
	Priller Melanie	18.04.
	Stutzriem Jonas	22.04.
20 Jahre	Ebersberger Christina	30.04.
40 Jahre	Strasser Thomas	07.03.
50 Jahre	Bley Inge	10.03.
	Fottner Maria	13.03.
	Meyer Vitus	11.04.
	Forster Hermann	27.04.

Herzlich willkommen

die neuen Mitglieder:

Bräu Christian	Töging
Cakar Amar	Mettenheim-Hart
Haselbeck Kilian	Mühdorf
Hiermeier Hans-Xaver	Altötting
Karahan Lucas	Mettenheim-Hart
Mair u.d.E. Jonas	Waldkraiburg
Mieth Marlene	Mühdorf
Pietrek Lea-Sophie	Waldkraiburg
Saller Mona	Mühdorf
Stoiber Simon	Mettenheim
Strobl Eva	Mettenheim-Hart
Wagner Simon	Mühdorf
Winter Tanja	Oberaudorf

Laufen Weitere Termine auf unserer Homepage unter: "www.alleelauf.de"

18.03. + 15.04.2015 Läuferstammtisch im Cafe Seinerzeit 20.00 Uhr

07.03.2015 Indersdorfer Crosslauf; DM im Crosslauf *)

14.03.2015 Crosslauf Altötting

15.03.2015 LÖFFLER-Messelauf; Ried (A)

15.03.2015 Westparklauf München

21.03.2015 Crosslauf Unterneukirchen

21.03.2015 Forstenrieder Volkslauf

22.03.2015 Berta Hummel-Lauf Massing

22.03.2015 Freisinger Frühjahrslauf

22.03.2015 Deggendorfer HM

22.03.2015 6-Stunden-Lauf Ottobrunn

28.03.2015 Marktlauf Rund um Ruhstorf

07.04.2015 Beginn Bahntraining an der Mittelschule Mühdorf-Nord 18:30 Uhr

12.04.2015 Straßenlauf, Waging a. See, 7 km und HM

19.04.2015 WEKO-HM in Pfarrkirchen

19.04.2015 Rothschaiger Volks- und Firmenlauf

25.04.2015 Mattighofner Stadtlauf

25.04.2015 Halbmarathon Ingolstadt

*) bitte frühzeitig bei Tom Nagelsdiek melden: bones.tom@gmx.de

Nach mehr als 2-jähriger Vakanzzeit wurde nunmehr die Abteilungsleitung für unsere Läuferinnen und Läufer **neu** besetzt. Ab sofort übernimmt **Maria Fottner** den Laufbereich, das heißt, sie ist unsere zentrale Ansprechpartnerin, wenn es ums Laufen geht. Natürlich bleiben alle bisherigen Zuständigkeiten in der Laufabteilung unverändert.

Berglauf Leitung: Fam. Tischler 08631/162329, Mail: viertischler@web.de

28.03.2015 Stampfl-Berglauf, Au am Inn; HD 200m, 4,2 km;

www.stampfl-berglauf.de

Walker/Nordic-Walking

Ansprechpartnerin: Hedi Fechner 08631/13301, @: hedwig.fechner@o2online.de

Walkingcup:

08.03.2015 Longwalk

21./22.03.15 Longwalk

03./04.04.15 Waldkraiburg 5 + 10 km

19.04.2015 WEKO, Pfarrkirchen 13 km

25./26.04.15 Longwalk

10.03.2015 Stammtisch, 20.00 Uhr, Kreuzerwirt

14.04.2015 Stammtisch, 20.00 Uhr, Kreuzerwirt

Veranstaltungen ausserhalb des Walkingcups:

29.03.2015 Kehlheim 50 km (Staffel-)Walking

14.04.2015 Info-Abend Lauf101-Walker um 18.30 Uhr

Ab sofort ist **Hedwig Fechner** neue Abteilungsleiterin für unsere Walker und Nordic-Walker. Hedi übernimmt die verantwortliche Position im Walkingbereich von Rainer Schoenegge, der kürzlich sein "Amt" niederlegte. Er leitete die Abteilung Walking/Nordic-Walking seit nunmehr sieben Jahren, wofür ihm die Vorstandschaft sehr dankbar ist

Lauffreff Ansprechpartner: Arndt Kornely Gather 08631/990077, Mail: gather@kornelyweb.de

26.03.2015 Letztes Laufen in Mühldorf

03.04.2015 **Lauffreff** - Opening für Kinder, Jugendliche, Läufer, Walker, Nordic-Walker (18.30 Uhr Waldstrasse)

Bergwandern

Ansprechpartner: Michael Haferkorn: 08631/4983; m.haferkorn@t-online.de

Je nach Wetter- oder Schneelage werden Touren angeboten und kurzfristig auf der Homepage oder per Mail bekanntgegeben.

Rad Ansprechpartner: Ralph Edelmann Tel.: 08631-5273 / E-Mail: ralph_edelmann@web.de

08.03.2015 LG MTB-Kaasspohn-Tour, 10:00 Uhr, Volksfestplatz Mühldorf (Cafe Seinerzeit)

Eine deftige Einstiegstour für alle, die auch etwas kalte Temperaturen und holprige Wege nicht abschrecken.

Walker, Läufer, Triathleten und andere exotische Sportarten Treibende sind herzlich willkommen!

Es wird in 3 Leistungsgruppen (38km-schnell; 30km-mittel; 21km-langsam) gefahren. Gemeinsame Rückfahrt 12km.

Das Essen sponsert die Abteilung/Verein, Getränke zahlt jeder selbst!

Weitere Details und Anmeldung bis Samstag 07.03. bei Harry Sigl, harald.sigl@freenet.de

bis 25.03.15 MTB-Winter-Training Radl-Kids (16:00 - 17:00 Mehrzweckhalle Mettenheim)

bis 25.03.15 MTB-Winter-Training Radl-Youngsters (17:00 - 18:30 Mehrzweckhalle Mettenheim)

27.03.2015 Infoveranstaltung zur TransAlp 1000

19.04.2015 LG-Saisoneröffnungstour Rennrad, 9:30 Hallenbad Mühldorf / 9:50 Kindergarten Mettenheim

19.04.2015 LG-Saisoneröffnungstour MTB, Abfahrt und Ziel wird noch bekannt gegeben.

26.04.2015 Vitaclub-Radmarathon, Salzburg (A)

ab 30.03.15 **Montags:** Radtraining Erwachsene (RR & MTB) – **18:00** ab Kindergarten Mettenheim

ab 01.04.15 **Mittwochs:** Radtraining (**Ergänzung**) Erwachsene Rennrad – **18:00** ab Kindergarten Mettenheim

Achtung: Trainingsbeginn am Montag und Mittwoch ist im April & September 18:00 Uhr, von Mai bis August um 18:30 Uhr!

An Feiertagen und bei Regen entfällt das Training!

ab 15.04.15 **Mittwochs:** MTB-Training Schüler / Jugend – 17:00 Waldparkplatz Mettenheim

Achtung! Trainingsbeginn nach den Osterferien!

ab 15.04.15 Kleinkinderradtraining für Kinder ab 3 Jahren, **17:15 - 18:15**, Mettenheim Schulsportanlage

Achtung! Trainingsbeginn nach den Osterferien! Leitung: Sabine Huber (08631/15790)

LG Vereinsmeisterschaften Termine 2015

03.05.2015 Triathlon Sprintdistanz VM in Braunau (A)

09.05.2015 MTB VM

28.06.2015 Triathlon Mitteldistanz VM in Prien/Chiemsee

05.07.2015 Bahnlauf VM in Mühldorf

06.07.2015 Bergkönig (Rennrad)

12.07.2015 Berglauf VM Kampenwand (6km/830HM)

04.10.2015 10 km-Straßenlauf VM in Waldkraiburg

04.10.2015 Walking/Nordic-Walking VM in Waldkraiburg

Lauf10! <http://www.BR.de>

Ansprechpartner: Sandra Klozik: 08631/161384; s.klozik@t-online.de

Diese großartige Aktion startet am **20.April** und "läuft und wakt" bis zur Abschlußveranstaltung am 03.Juli 2015 in Wolnzach.

Helfer bitte bei Sandra melden!

Mettenheimer Alleelauf im Grenzlandlaufcup 2015

Ansprechpartner: Manfred Kolm, Tel. 08631-379247, Email: Manfred_Kolm@web.de

Erstmal wurde der Alleelauf als 6. Station in den Grenzlandlaufcup 2015 aufgenommen. Die 15 Läufe umfassende

grenzüberschreitende Laufserie in den österreichischen Bundesländern Salzburg und Oberösterreich sowie in Nieder- und

Oberbayern startet beim 7. Ruhstorfer Marktlauf am 28. März 2015 und endet mit dem 18. Therme Geinberglauf am 15.11.15

Der Verein will die Teilnahme am Grenzlandcup für unsere Läufer "schmackhaft" machen und stellen folgende Prämien in

Form von Gutscheinen zur Verfügung. 100 € für den LG-Starter mit den meisten Starts im Grenzlandlaufcup,

90 € für den LG-Starter mit den zweitmeisten Starts, usw. bis 10 € für den LG-Starter mit den zehntmeisten Starts

Sofern mehrere LG-Starter die gleiche Anzahl an Starts aufweist, werden die jeweiligen Prämien zusammengerechnet

und durch die Zahl der LG-Starter (mit der gleichen Anzahl an Starts) geteilt.

Bildergalerie - Fotodienst LG Mettenheim

Hubert Schmerber; Mail: fotos-igm@kabelmail.de

Hubert Schmerber stellt Fotos von LG Veranstaltungen auf unsere Homepage und wünscht folgende Vorgehensweise:

Sofern euer Internetzugang und Geschwindigkeit es zulässt, würde ich gerne die Originalfotos bekommen. Somit könnten

die Fotos auch für andere Zwecke verwendet werden. Um die Komprimierung und Größe kümmere ich mich.

Ansonsten die Fotos nicht kleiner als 1200 Pixel breit (Querformat), bzw. 1200 Pixel hoch (Hochformat) verkleinern.

Außer, sie sind schon kleiner (z.B. Handfotos). Ich kann die Fotos auch online abholen (z.B. Fotos in der Cloud oder Online-

Fotoalben). Wenn es viele Fotos sind, dann bitte auf CD oder USB kopieren und in meinen Briefkasten werfen.

(Florian-Geyer-Weg 6c, Waldkraiburg), USB's werden bei Gelegenheit zurückgegeben. Name und Adresse angeben.

Bitte unbedingt die Fotos vorher aussortieren und drehen.

Folgende Infos mit angeben: Veranstaltung, Ort, Datum, Anzahl der Fotos bzw. Mails. Wenn gewünscht, das Übersichtsbild.

Wichtig: Nur eigene Fotos. Keine urheberrechtlich geschützte Fotos.z.B. Fotos von Internetseiten oder von Sportfotografen.

Videos können wir wegen Formatproblemen nicht auf die Homepage stellen. Sie belegen zu viel Speicher! (Hubert)

Langarmfunktions-Shirt (NEWLIN Base zip Shirt)

Wir bestellen aufgrund großer Nachfrage ein rotes NEWLIN Langarmfunktionsshirt, das sowohl für Damen u. Herren in den Größen S, M, L, XL erhältlich ist. Das Shirt hat einen Rundkragen mit Reißverschluss. Der Artikel wird nur auf Bestellung geordert, also nicht auf Lager gelegt. Der Preis beträgt für LG Mitglieder EUR 22,50. Das Shirt wird mit dem LG Mettenheim-Logo und einem Sponsor beflockt. Bestellung mit Angabe der Größe (D+H) bis 8.März 2015 unter: Igmettenheim@Igmettenheim.de
Das Shirt kann ab sofort bei INTERSPORT Schäftlmaier in Waldkraiburg besichtigt und probiert werden.



2.März bis 15. März 2015

Speziell für alle Mitglieder des LG Mettenheim

20% auf Alles (außer auf bereits reduzierte Artikel)