



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

Mai/Juni 2015

Herzlichen Glückwunsch

zum Geburtstag:

10 Jahre	Kirmeier Verena	10.06.
20 Jahre	Hopf Luis	10.05.
	Brunner Michael	17.05.
	Fottner Kerstin	22.05.
	Fottner Marco	22.05.
	Scheuer Carolin	05.06.
	Wagner Manuel	09.06.
30 Jahre	Bruckmaier Michael	10.06.
50 Jahre	Ebersberger Anita	21.05.
	Meier Thomas	22.05.
	Leichte Rudolf	23.05.
	Geisberger Wolfgang	24.06.
60 Jahre	Preisinger-Sontag Ilse	07.05.
	Frisch Herbert	25.05.
	Lehel Magdalena	22.06.

Bald 1000 Mitglieder beim LG Mettenheim.

Nur noch wenige Sportler fehlen. Bald sind wir 1000 Mitglieder. Es wird spannend. Wird es eine Frau oder ein Mann? Ein Kind oder ein Erwachsener? Die Spannung steigt. Vielleicht können wir das Jubiläums-Mitglied im nächsten LG Info schon bekannt geben?!?!

Herzlich willkommen

die neuen Mitglieder:

Asenbeck Franzisk	Zangberg
Busch Wolfram	Mühldorf
Fehlner Johanna	Oberbergkirchen
Fratzke Andreas	Waldkraiburg
Fratzke Annika	Waldkraiburg
Fratzke Marion	Waldkraiburg
Fratzke Romy	Waldkraiburg
Grünwald Nina	Mühldorf
Igerl Sophie	Mettenheim-Hart
Kesztyüs Andrea	Mettenheim-Hart
Kesztyüs Mate	Mettenheim-Hart
Kesztyüs Norbert	Mettenheim-Hart
Löffl Moritz	Mühldorf
Mika Gabriele	Mühldorf
Niessner Elaine	Waldkraiburg
Niessner Levin	Waldkraiburg
Schultz Oscar	Polling
Steidl Mika	Waldkraiburg
Weiss Andrea	Mettenheim-Hart
Weiss Christian	Mettenheim-Hart
Weiss Leonie	Mettenheim-Hart
Wieser Benedikt	Mühldorf
Wieser Christian	Mühldorf
Wieser Maren	Mühldorf
Winklbauer Anna	Mühldorf

<u>Laufen</u>	Weitere Termine auf unserer Homepage unter: " www.alleelauf.de " und unter " laufftreff.de "	
01.05.2015	Frühjahrslauf Dachau	www.asv-dachau.de
01.05.2015	HM Burghausen	http://s228903088.online.de/
02.-03.05.15	Altmühltrail	www.altmuehltrail.de
03.05.2015	Wings For Live World Run - Benefizlauf	www.wingsforlifeworldrun.com/de/de/
03.05.2015	Wasserburger Lauf (Benefizlauf)	www.wasserburgerlauf.de
09.05.2015	Hausruck Challenge - 3. Lauf Grenzland-Laufcup (A)	http://lc-hausruck.at/joomla/index.php/hausruckchallenge
10.05.2015	HM Traunstein	www.traunsteiner-halbmarathon.de
10.05.2015	Osterseenlauf	www.tsv-iffeldorf.de/?q=node/44
15.05.2015	Ruhpolding Meile	www.meile.sv-ruhpolding.de
16.05.2015	Baumkronenweg-Lauf - 4. Lauf Grenzland-Laufcup (A)	www.clr-sauwald.at/baumkronenlauf.html
16.05.2015	Schuhwiedu Vergnügungslauf	www.schuhwiedu-oberaudorf.de/
17.05.2015	Halbmarathon München	www.halbmarathon-muenchen.de
24.05.2015	Gesunde Gemeinde Fitnesslauf - 5. Lauf Grenzland Laufcup (A)	www.laufverein-strasswalchen.at/
07.06.2015	Halbmarathon Mondsee (A)	www.mondseelauf.at
14.06.2015	Mettenheimer Alleelauf	www.alleelauf.de
19.06.2015	2er-Team Stundenlauf - 7. Lauf Grenzland-Laufcup (A)	http://teamstundenlauf.lg-innviertel.at/index.php?id=96
20.06.2015	Mozart100 - Ultra Panoramalauf	www.mozart100.com
27.06.2015	Subener Geländelauf - 8. Lauf Grenzland-Laufcup (A)	www.gelaendelauf.at
28.06.2015	The Color Run in München	www.thecolorrun.de
28.06.2015	Stadtlauf München	www.sportscheck.com/event

Läufer-Stammtisch jeweils am 3. Dienstag des Monats im "Cafe Seinerzeit" (19.5. + 16.6.)

Dua/Triathlon

Leiterin Kirsten Stark, Tel.: 08631/ 8696, Mail: kirsten.stark@googlemail.com

03.05.2015	Braunauer Sprinttriathlon, Vereinsmeisterschaft (A)	(0,6/29/6)	www.tribraunau.com
17.05.2015	Waginger See Triathlon	(0,75/20/5)	www.triathlon-trophy.de/rechts.htm
23.05.2015	Ironman Lanzarote E	(3,8/180/42,2 mit 2500 HM)	www.ironman.com
24.05.2015	Deggendorfer Triathlon	(OD + Sprint)	www.lv-deggendorf.de/index.php

- 13.06.2015** Sixtus Schliersee Triathlon (OD) www.wechselszene.com/wettkampfe/schliersee-alpen-triathlon
14.06.2015 Ingolstadt Triathlon (MD+OD+Sprint/DTU Sprint DM AK) www.triathlon-ingolstadt.de
19.06.2015 Rabendener Triathlon (0,6/25/4,5) www.tsv-altenmarkt.de
21.06.2015 Erdinger Stadtriathlon (Ki-Triathlon + 1,5/48,5/10 + 0,4/25/4) www.trisport-erding.de/stadtriathlon/index.php
28.06.2015 Chiemsee Triathlon OD + **Vereinsmeisterschaft MD** www.wechselszene.com

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

- 01.05.2015** Wallberg-Berglauf 5,3km - 830Hm www.berglaufpur.de/
16.05.2015 **Dt.Berglauf Meisterschaften***; Bühlertal-Baden 9,5km - 776Hm <http://tv-buehlertal.de/>
 Anmeldungen für die Berglauf DM über Tom Nagelsdiek bis spätestens 28.04.2015 bones.tom@gmx.de
17.05.2015 Schafberglauf St.Wolfgang (A) 5,8km - 1240Hm www.schafbergbahn.at
17.05.2015 Hochgernlauf 7,5km - 905Hm www.hochgernlauf.de
30.05.2015 Stoißeralm **Bayer Meisterschaft** Senioren 7,0 km - 670Hm www.sc-anger.de
 Anmeldungen für die Berglauf BM über Tom Nagelsdiek bis spätestens 19.05.2015 bones.tom@gmx.de
07.06.2015 Muttersberglauf, Bludenz (A) 7,5km - 840Hm www.berglaufteam.com/
07.06.2015 Glockner Straßenlauf (A) 12,5km - 1330Hm www.glocknerkoenig.com
13.06.2015 Blomberglauf 5,4 km - 520Hm www.skiclub-toelz.de/blomberglauf
14.06.2015 Katrinberglauf Bad Ischl (A) 4,5km - 943Hm www.viertl-edv.com/berg/index.htm
19.06.2015 Högl-Berglauf, Ainring 3,9km - 320Hm www.sc-ainring.de
20.06.2015 Dachstein Krippenstein Berglauf (A) 8,4km - 1540Hm www.dachstein-extrem.at/
21.06.2015 Mountain Run Seefeld (A) 7,0km - 1040Hm www.mountainrun-seefeld.at
28.06.2015 Osterfelder Berglauf, Garmisch-Partenkirchen 11,9km - 1297Hm www.osterfelder-berglauf.de

Bergwandern: Ansprechpartner: Michael Haferkorn 08631/4983, Mail: m.haferkorn@t-online.de

- 17.05.2015** Bergwanderung zum **Großen Rachel** (1.453m) und **Lusen** (1.373m) im Bayer. Wald geplant.
 Reine Gehzeit ca. 6 Std. Einkehr: Lusenschutzhäus. Treffpunkt: Parkplatz Mühldorf-Nord (gegenüber Sparkasse)
Abfahrt: 6.15 Uhr; über Passau (A94/B12) nach Spiegelau - mit dem Igelbus um 8:35 Uhr zum Ausgangspunkt "Gfäll".
Wanderung: Vom Gfällparkplatz (960m) über das Waldschmidthaus (1.360m) zum Gr. Rachel (1.453m) - Rachelkapelle, Rachelsee (1.071m) - Felsenkanzel (1.100m) - Teufelsloch (1.100m) zum Lusen (1.373m), anschl. Einkehr im Lusenschutzhäus. Ab Lusenschutzhäus in 30-40 Minuten zum Lusenparkplatz. Streckenlänge: 20km; Höhenmeter: 800m
Rückfahrt: vom Lusenparkplatz mit dem Bus um 17.05 Uhr (letzter Bus um 18.05 Uhr) in 30 Minuten nach Spiegelau - Rückkehr in Mühldorf um 19.30 Uhr. Tourenführer: Gerhard Holzmann
 Anmeldungen sind ab sofort bei Michael Haferkorn (Tel.: 08631/4983) möglich.

- 20.-28.06.15** Wander- und Bergreise nach Korsika (ausgebucht)
01.-04.08.15 Viertägige Bergwanderung im Virgental in Osttirol (ausgebucht)

Walker/Nordic-Walking

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

Walkingcup:

12.05.2015 Stammtisch, 20.00 Uhr, Kreuzerwirt

09.06.2015 Stammtisch, 20.00 Uhr, Kreuzerwirt

14.05.2015 Waging 5 und 10km

31.05.2015 Longwalk 10 – 12 km

06./07.06.15 Taufkirchen 5 und 10 km

14.06.2015 **Alleelauf (5km); Die Walker übernehmen das Kuchen/Kaffee Buffet**

27./28.06.15 Perach 5 und 10km,

Veranstaltungen ausserhalb des Walkingcups; Möglichkeit für Jocker

03.05.2015 Wasserburglauf (Anmeldeschluß 29.04.2015) m. Badria Eintritt www.wasserburgerlauf.de/mehr-informationen

16.05.2015 Nordic-Walker beim Schuhwiedu Vergnügungslauf rund um Oberaudorf, www.schuhwiedu-oberaudorf.de/

13.06.2015 Erste Intern. Deutsche Meisterschaft Nordic Walking in Roding (Halbmarathon) www.muehlbauer.de/lauf

04.07.2015 (Anmeldeschluß 29.06.2015) Nordic-Walking (8 und 11 km) beim Charity-Lauf in Postmünster rund um den Rottauensee www.vr-kreisverband-rottal-inn.de/

Rad

Ansprechpartner: Ralph Edelmann 08631/5273, Mail: ralph_edelmann@web.de

Vertretung: Markus Heichele; Mail: Markus.Heichele@freenet.de

Montags Radtraining Erwachsene (RR, MTB) – **18:30** Kindergarten Mettenheim

Mittwochs Kleinkinder Lauf-Radtraining – 17:15 Schul-Sportplatz Mettenheim

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

Mittwochs Radtraining (**Ergänzung**) Erwachsene (RR) – **18:30** Kindergarten Mettenheim

01.05.2015 Rennrad-Eröffnungstour; Es werden 100-120 km gefahren, mit Einkehr. Start ist um 09:30 Uhr am Kindergarten Mettenheim-Hart und um 10 Uhr am Hallenbad in Mühldorf. Bitte bei Markus Heichele melden.

03.05.2015 Achensee-Radmarathon, Achenkirch (A)

09.05.2015 LG Mountainbike Rennen mit Kreis- und **Vereinsmeisterschaft**; Neue anspruchsvolle Strecke in der Wimmerkiesgrube in Mettenheim-Hart. Auskunft und Anmeldung unter: www.alleelauf.de

14.-17.05.15 LG-Rennrad-Wochenende Cividale del Friuli, ITA (ausgebucht)

07.06.2015 Glocknerkönig, Fusch (A)

28.06.2015 5-Seen-Radmarathon, Mondsee (A)

Voranzeige: Ansprechpartner: Harry Sigl, 08631/3840425 oder harald.sigl@freenet.de

11.-17.7.15 1.) TransAlp mit 1600 Hm/Tag (Marvin-Route) vom Inntal über die Stubaier Alpen bis zum Molvenosee

24.-31.7.15 2.) TransAlp mit 1800 Hm/Tag (Jaqueline-Route) von Traunstein durch die Dolomiten nach Kaltern am See

23.-27.8.15 3.) „TransAlp 1000“ mit 1000 Hm/Tag von Inntal über die Stubaier Alpen nach Kaltern am See

Personenmaximum für alle drei Touren bereits erreicht!

Erwachsenen-Einradtraining:

Info bei: Brigitte+Werner Weis, 08631/15147, Mail: iivs8199@iivs.de

Gratulation an unsere Ausnahmeathletin Katrin

Bei der Europameisterschaft Duathlon Langdistanz in Horst/Niederlande belegte Katrin nach langer Verletzungspause den neunten Platz in der Elite.

28. Mettenheimer Alleelauf

Ansprechpartner: K. Bruckbauer 08631/1675958

Die Vorbereitungen für den Mettenheimer Alleelauf laufen bereits auf Hochtouren.

Wir bitten wieder um Mithilfe aller Vereinsmitglieder bei dieser großen Veranstaltung.

Meldet euch bitte bei den zuständigen Bereichsleitern oder bei Karl Bruckbauer.

Ablauf:

Samstag, **13.Juni 2015**

Vorbereitungsarbeiten Startunterlagen, Außenbereich, etc.

Sonntag, **14.Juni 2015** ab 06.00 Uhr

Letzte Vorbereitungen

Sonntag, **14.Juni 2015** ab 09.00 Uhr

Wettbewerbe

Nach den Wettbewerben und Siegerehrungen, gemeinsames Aufräumen und Reinigen.

Sonntag, **14.Juni 2015** um 19.00 Uhr

Läufergottesdienst für verstorbene LG Mitglieder in der Pfarrkirche Mettenheim

Über die Mitnahme von Kuchen o. Gebäck zum Alleelauf und Helferfest würden wir uns wieder sehr freuen.

Vorgabe der Behörden: Bitte die Zutatenliste oder eine Kopie des Rezeptes beilegen!

Mitglieder, welche mitlaufen, bitte rechtzeitig unter www.alleelauf.de anmelden.

Zum Helferfest am Freitag, **19.Juni 2015** um 20.00 Uhr laden wir alle Helfer herzlich ein. Die Örtlichkeit wird rechtzeitig bekannt gegeben.

Vereinsmeisterschaft der Schüler

14.06.2015 Im Rahmen des Alleelaufs finden die **Schüler-Vereinsmeisterschaften** des LG Mettenheim statt, zu dem alle Kinder u. Schüler des LG Mettenheim eingeladen sind. Die Teilnahme ist bei Voranmeldung kostenlos.

Weitere Vereinsmeisterschaftstermine:

05.07.2015 Bahnlauf VM Mühldorf Mittelschule

Organisation: Eva und Stefan Heigl

12.07.2015 Berglauf VM Kampenwand

Organisation: Manuela und Ludwig Tischler

04.10.2015 10 km Laufen Waldkraiburg

Organisation: Anna und Michael Dickinger

04.10.2015 Walken Waldkraiburg

Organisation: Hedi Fechner und Team