



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

Juli/August 2015

Herzlichen Glückwunsch

zum Geburtstag:

10 Jahre	Kalb David Julian	10.07.
	Schönhuber Alexandra	18.07.
	Heigl Luca	07.08.
	Weiß Levi	10.08.
	Köhl Samantha	16.08.
	Omnich Viktoria	17.08.
	Temme Mareike	19.08.
30 Jahre	Bobenstetter Thomas	03.08.
40 Jahre	Thalhammer Günther	04.07.
	Weber Bernd	08.07.
	Bauer Petra	09.07.
	Scherer Roland	29.07.
	Tesini Alexandra	03.08.
	Wohlfart Pierre	17.08.
	Schneider Dirk	18.08.
	Lohr Martina	22.08.
50 Jahre	Gründl Hans-Peter	26.07.
	Berghammer Ursula Maria	14.08.

1000. Mitglied im LG Mettenheim

Seit 14. Juni 2015 hat der LG Mettenheim sein tausendstes Mitglied. Es ist der fünf-jährige Luis Löw-Unertl, Sohn von Karin Löw und Wolfgang Alois Unertl, die ebenfalls dem Verein beitraten. Beim Alleelauf lief er 500m und belegte sowohl beim Bambini-Lauf (Jahrgang 2010) als auch bei den Vereinsmeisterschaften den 1. Platz. Aktiv ist er in den Abteilungen Kinderturnen und Radfahren. Gratulation an Luis und herzlich Willkommen im Verein.

Herzlich willkommen

die neuen Mitglieder:

Gebert Markus	Mühldorf
Gentile Anton	Mühldorf
Gößl Magdalena	Niedertaufkirchen
Gößl Michael	Niedertaufkirchen
Heiland Jann	Mettenheim
Heiland Lucia	Mettenheim
Illein Wilhelm	Mettenheim
Lautenschläger Rolf	Waldkraiburg
Lautenschläger Beatrice	Waldkraiburg
Löw Karin	Mettenheim
Löw-Unertl Luis	Mettenheim
Unertl Wolfgang Alois	Mettenheim
Neumayer Emilia	Zangberg
Nolli Valentin	Mettenheim
Spitlbauer Andreas	Mühldorf



Laufen

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

03.07.2015	LAUF10! Abschlusslauf	www.wolnzach.de/index.php?id=0,151
03.07.2015	Traunreuter Stadtlauf	www.stadtlauf-traunreut.de
03.07.2015	Harlekine Frauenlauf Ruhstorf	www.laruhstorf.de
04.07.2015	Charity-Lauf am Rottausee Postmünster	www.vr-kreisverband-rottal-inn.de/charitylauf.pdf
04.07.2015	Attler Lauf	www.stiftung.attl.de/index.php/aktuelles/12-attler-lauf
05.07.2015	Bahnlauf VM	www.alleelauf.de
11.07.2015	Birnbacher Sommernachtsl.; Grenzlandlauf	www.tvbadbirnbach.de
11.07.2015	Vilstaler HM, Reisbach	http://vilstalerhm.laufgruppe-reisbach.de/
12.07.2015	Regensburger Altstadtlauf	www.altstadtlauf-regensburg.de
12.07.2015	Veldener Marktlauf	www.veldener-marktlauf.de/
19.07.2015	Bavarian RUN im Olympiapark München	www.bavarian-run.de
24.07.2015	Münchnerauer Abendlauf	sv-landshut-muenchnerau.de/
23.07.2015	Sommernachtslauf München City2run	www.city2run.de
24.07.2015	Sterntaler-Lauf Waldkraiburg	www.sterntaler-waldkraiburg.de/resources/Benefizlauf+2015.pdf
25.07.2015	Gemeindelauf Ramsau-Reichertsheim	www.sg-ramsau.de
26.07.2015	Rückenwindlauf Garching	www.rueckenwindlauf.de
01.08.2015	Schwindegger Schlosslauf	www.svs-running.de
08.08.2015	Dachauer Straßenlauf	www.asv-dachau.de/
22.08.2015	Rieder Stadtlauf (A) Grenzlandcup	www.rieder-stadtlauf.at
30.08.2015	Hofmarklauf Otterskirchen Grenzlandcup	www.wsv-otterskirchen.de/leichtathletik.htm
29.08.2015	Rupertus-Thermenlauf, Bad Reichenhall	www.rupertusthermen-lauf.de/
29.08.2015	Karwendelmarsch Scharnitz (A)	www.karwendelmarsch.info

Läufer-Stammtisch jeweils am 3. Dienstag des Monats im "Cafe Seinerzeit" (15.7. + 19.8.)

Berglauf

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

04.07.2015	WM Berglauf Langstrecke Zermatt (CH)	42,2 km - 1944 Hm	www.zermattmarathon.ch/
04.07.2015	Berglauf EM Porto Moniz/Madeira-Mountain Running Championchips		11km - 1100 Hm
05.07.2015	Gernkogel - Berglauf SALZBURG (A)	10,4 km - 1.015 Hm	
05.07.2015	Nebelhorn Berglauf, Oberstdorf	10,5 km - 1405 Hm	www.nebelhornberglauf.de
8.-11.07.15	4 Trails - Berchtesgaden/Maria Alm	156 - 10350 Hm	www.4-trails.com
12.07.2015	Kampenwand Berglauf, VM des LG	6,0 km - 830 Hm	www.kampenwandlauf.de/
18.07.2015	Karwendel Berglauf, Mittenwald	10,6 km - 1381 Hm	www.laufclub-mittenwald.de
19.07.2015	Großglockner Berglauf (A)	12,7 km - 1494 Hm	www.grossglocknerberglauf.at/
23.07.2015	Kampenwand Staffel Bernau	5,4 +300/3,8 + 630	www.slv-bernau.de
25./26.07.15	Zugspitz Trailrun		www.zugspitz-trailrun-challenge.com
26.07.2015	Schlickeralmlauf (A)		www.schlickeralmlauf.com
02.08.2015	Bayerische Berglauf Meisterschaft Tegelberg	8 km - 920 Hm	www.tegelberglauf.tsv-schwangau.de
02.08.2015	Glungezer Berglauf (A)	15,5km - 2120 Hm	www.svtulfes.at/index.php/anmeldung-sp-14315
05.08.2015	Schuhbräualmberglauf, Grossholzhausen		http://www.laufkalender24.de/veranstaltung/162436-29.
15.08.2015	Brünsteinlauf	8,5 km - 880 Hm	www.wsvoberaudorf.de
19.08.2015	Astenberglauf	6,5 km - 652 Hm	www.astenlauf.de
29.08.2015	Pürschling Berglauf	4,8 km - 705 Hm	
29.08.2015	Karwendelmarsch	35 km	http://karwendelmarsch.info/
30.08.2015	Kitzbühler Horn Bergstraßenlauf (A)	12,9 km - 1234 Hm	www.viertl-edv.com/bruno/index.htm

Walking u. Nordic-Walking

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

Walkingcup

- 04./05.07.15 Traunreut, DVV Wanderung, 5 + 10 km
- 11./12.07.15 Schechen, DVV Wanderung, 6 + 10 + 20 km
- 18./19.07.15 Frontenhausen, DVV Wanderung, 5 + 10 km
- 09.08.2015 Longwalk, 10-12km
- 15./16.08.15 Bichl/Benediktbeuren 5, 10, 20 + 42 km (Marathonmöglichkeit)
- 30.08.2015 Longwalk, 10-12km
- 14.07.2015 + 11.08.2015 Stammtisch beim Kreuzer Wirt nach dem Walken

Veranstaltungen ausserhalb des Walkingcups; Möglichkeit für Jocker

- 03.07.2015 Abschlußlauf und –walk in Wolnzach, 10 km
- 03.07.2015 Harlekine Frauenlauf u. Nordic Walking 5 km in Ruhstorf a.d. Rott <http://www.laruhstorf.de/hplaufverein/>
- 04.07.2015 Nordic-Walking (8 + 11 km) Charity-Lauf Postmünster rund um den Rottauensee www.vr-kreisverband-rottal-inn.de/
- 04.07.2015 Attler Lauf mit Nordic Walking, 5 km; <http://www.stiftung.attl.de/index.php/aktuelles/12-attler-lauf>
- 11.07.2015 Sommernachtslauf Bad Birnbach mit Nordic Walking 5,3, 9,3 und 10,2 km, <http://sommernachtslauf.wix.com/>
- 11.07.2015 Vilstaler Halbmarathon mit Nordic Walking 7km pro Runde, Reisbach; <http://vilstalerhm.laufgruppe-reisbach.de/>
- 12.07.2015 Veldener Marktlauf mit Walking Masters 5 km; <http://www.veldener-marktlauf.de/5000-meter-walken/>
- 18.07.2015 Königslauf auf Herrenchiemsee, 10 km, Teilnehmerzahl begrenzt auf 200; <http://my5.raceresult.com/36942/>
- 24.07.2015 Sterntalerlauf Waldkraiburg, Spendenlauf; www.sterntaler-waldkraiburg.de/resources/Benefizlauf+2015.pdf
- 01.08.2015 Schwindegger Schlosslauf, 5,25 km; www.svs-running.de/svsr/?page_id=858

Termine Triathlon

Ansprechpartnerin: Kirsten Stark 08631/8696, Mail: trisport.kirsten@web.de

- 05.07.2015 Tegernseer-Tal-Triathlon, Sprint- u. Kurzdistanz mit Staffelwertung, www.tegernsee-triathlon.de
- 08.07.2015 Triathlonstammtisch im "Goa" am Mühldorfer Stadtplatz, Thema u.a. Challenge Roth 2015
- 12.07.2015 **Deutsche Meisterschaft Challenge Roth, Langdistanz, www.challenge-roth.com**
Teilnehmer: Dr. Katrin Esefeld, Conny Timm, Stefanie Stadler, Irmis und Andreas Schönhuber, Arndt Gather-Kornely, Gunter Lang, Guido Igerl **Zuschauer erwünscht!!!**
- 12.07.2015 Seewirt-Thumsee-Triathlon, Volksdistanz mit Staffelwertung, www.thumsee-triathlon.de
- 18.07.2015 Grassauer Triathlon, Volksdistanz u. Schüler Triathlon jeweils mit Staffelwertung, www.triathlon-grassau.de
- 17.-19.07.15 Trumer Triathlon, verschiedene Distanzen mit Staffelwertung, www.trumer-triathlon.at
- 19.07.2015 Karlsfelder Triathlon, Volks- u. Kurzdistanz, www.karlsfelder-triathlon.org
- 25.07.2015 Regnauer Cross-Triathlon MTB Seeon, www.seeon-bewegt.de
- 02.08.2015 Wörthsee-Triathlon, Volks- u. Kurzdistanz jeweils mit Staffelwertung, www.svf-triathlon.de
- 02.08.2015 Regensburger Triathlon, Volks- u. Kurzdistanz mit Staffelwertung, www.tristar-regensburg.de
- 08.08.2015 Sprinttriathlon Schnaitsee, www.tsv-schnaitsee.de
- 29.08.2015 IRONMAN 70.3 Zell am See, www.ironman.com
- 30.08.2015 Weltmeisterschaft IRONMAN 70.3 Zell am See-Kaprun, www.ironman.com

Gratulation an unsere Ausnahmeathletin Katrin für ihren ersten Gesamtsieg in einem Weltcuprennen.

Der Powerman wurde in Luxemburg ausgetragen.

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

18./19.07.15 Cyclemania Engelsberg

06.07.2015 LG Bergkönig, Vereinsmeisterschaft im Bergzeitfahren (RR + MTB), Biberg (3,7km, 150HM)
(Treffpunkt 18:00 Kindergarten Mettenheim, Start ca. 18:45 unterhalb Au am Inn)

26.07.2015 Arber-Radmarathon, Regensburg

16.08.2015 Alpenchallenge Lenzerheide

22.08.2015 Wendelstein-Rundfahrt; Au b. Bad Feilnbach

30.08.2015 Ötztaler-Radmarathon, Sölden (A)

Erwachsenen-Einradtraining:

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

TransAlp 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!

Bergwandern:

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

Termine werden kurzfristig auf der Homepage und per Mail bekanntgegeben.

1. - 4.08.15 4-tägige Tour im Großvenedigergebiet. Ausgebucht!!!

30. München Marathon

Am 11. Oktober 2015 findet die Jubiläumsauflage des München-Marathon statt. Der LG Mettenheim ist wieder mit einer Verpflegungsstation (Wasser, Elektrolytgetränk, Bananen, Riegel etc.) vertreten, bei der 35 Personen zum Einsatz kommen.

Außerdem werden 10 Streckenposten benötigt. Meldet euch bitte unter Angabe der T-Shirtgröße (S, M, L, XL) bis

spätestens 20. August 2015 bei Claudia Fladerer (0172/88636296 oder claudia.fladerer@web.de)

oder Albert Reindl (0160/99839480 oder albert-reindl@web.de)

Zur Anfahrt werden Fahrgemeinschaften gebildet. **Mitmachen und Dabeisein!!**

Bahn-Vereinsmeisterschaften

Die Bahn-Vereinsmeisterschaften finden am 5. Juli an der Mittelschule Mühldorf mit einem neuen interessanten Modus statt.

Meldungen mit Angabe Wettbewerb (ZSL und/oder SGC) bis spätestens 3. Juli bei stefan-heigl@web.de. 08631/9403460

Berglauf-Vereinsmeisterschaften

am Sonntag, den 12. Juli 2015 - Kampenwandlauf - Der Verein übernimmt die Startgebühr

Anmeldungen direkt unter www.kampenwandlauf.de oder bei M.u.L. Tischler per mail an viertischler@web.de.

Lauf-Vereinsmeisterschaften

Die Lauf-Vereinsmeisterschaften finden am 14. November 2015 beim Alzauenlauf in Trostberg statt.

Ferienprogramm

Der LG Mettenheim beteiligt sich am Ferienprogramm der Gemeinde Mettenheim.

Alleelauf

Herzlichen Dank an Alle für die Mithilfe beim Mettenheimer Alleelauf. Ein besonderer Dank an die Sponsoren und Kuchenbäcker. Geplanter Termin für den 29. Mettenheimer Alleelauf 2016: 19. Juni

Werbung:



24. Juni bis 4. Juli 2015

20% auf Alles (außer auf bereits reduzierte Artikel)