



Herausgeber:
Lauf- und Gymnastiktreff 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 2017

Herzlichen Glückwunsch

zum Geburtstag:

| | | |
|-----------------|--------------------------|--------|
| 10 Jahre | Loserth Selma | 16.05. |
| | Mühdorfer Thomas | 28.05. |
| | Fratzke Annika | 08.06. |
| | Bumberger Matthias Georg | 12.06. |
| | Spitlbauer Lilli | 24.06. |
| 20 Jahre | Gründl Patrick | 17.05. |
| | Fröhlich Veronika | 18.06. |
| 30 Jahre | Windbühler Kathrin | 06.05. |
| | Mittermeier Nadine | 21.05. |
| 40 Jahre | Schiller Ulrike | 29.05. |
| | Vilzmann Christian | 14.06. |
| 50 Jahre | Bichlmeier Anna | 17.05. |
| | D`Auria Ciro | 20.06. |
| | Schalk Monika | 20.06. |
| 60 Jahre | Fechner Hedwig | 08.06. |
| 70 Jahre | Größl Matthias | 17.05. |
| 80 Jahre | Nafe Ahmad | 12.06. |

Herzlich willkommen

die neuen Mitglieder:

| | |
|-------------------------|--------------|
| Einöder Tobias | Mettenheim |
| Fuchs-Kegelmann Christa | Mettenheim |
| Irlweg Lisamarie | Waldkraiburg |
| Liebelt Finn | Mettenheim |
| Petermeier Maximilian | Mühdorf |
| Tekin Ecenaz | Mettenheim |
| Tekin Enes | Mettenheim |
| Tekin Muhammed | Mettenheim |

30. Mettenheimer Alleelauf 28. Mai 2017

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

| | | |
|---------------------|--|--|
| 01.05.2017 | Frühjahrslauf Dachau | www.asv-dachau.de |
| 01.05.2017 | Burghauser Halbmarathon | http://s228903088.online.de/ |
| 05.-06.05.17 | Lauf für ein Leben - Benefizlauf; Eiselfing | www.lauf-fuer-ein-leben.de |
| 07.05.2017 | Wings for Live World Run - Benefizlauf, München | www.wingsforlifeworldrun.com/de/de/ |
| 13.05.2017 | Ruhstorfer Marktlauf - Grenzland-Laufcup | www.laruhstorf.de |
| 13.05.2017 | Hausruck Challenge (A) | http://lc-hausruck.at/joomla/index.php/hausruckchallenge |
| 13.05.2017 | 6-Stunden-Lauf Schwindegg | www.sv-schwindegg.de/neues/ |
| 14.05.2017 | HM Traunstein | www.traunsteiner-halbmarathon.de |
| 20.05.2017 | Gesunde Gemeinde Fitnesslauf - Grenzland Laufcup (A) | www.laufverein-strasswalchen.at/ |
| 21.05.2017 | Wasserburger Benefizlauf | www.wasserburgerlauf.de |
| 21.05.2017 | Inndamm Lauf, Raubling | www.inndamm Lauf.com/events |
| 21.05.2017 | Osterseen Lauf | www.tsv-iffeldorf.de |
| 21.05.2017 | Ummi Auffi Sprungschanzenlauf | www.reitimwinkl-shopping.de/de/ummi-und-auffi-der-sprungschanzenlauf-1/ |
| 26.05.2017 | Ruhpolding Meile | www.meile.sv-ruhpoling.de |
| 28.05.2017 | Mettenheimer Alleelauf - Grenzlandlaufcup | www.alleelauf.de |
| 04.06.2017 | Halbmarathon Mondsee (A) | www.mondseelauf.at |
| 16.06.2017 | 2er-Team Stundenlauf - Grenzland-Laufcup; Ried (A) | http://teamstundenlauf.lg-innviertel.at/index.php?id=96 |
| 17.06.2017 | Mozart100 - Ultra Panoramalauf (A) | www.mozart100.com |
| 18.06.2017 | Altöttinger Intersport Siebzehnrübl Dultlauf | http://leichtathletik.tv-altoetting.de/ |
| 23.06.2017 | Mangfall-Mittsommernachts-Lauf, Kolbermoor | www.mangfall-lauf.de |
| 24.06.2017 | Subener Geländelauf - 8. Lauf Grenzland-Laufcup (A) | www.gelaendelauf.at |
| 25.06.2017 | Herzogstadtlauf, Straubing | www.herzogstadtlauf.de |

Läufer-Stammtisch jeweils am 3. Dienstag des Monats im "Cafe Seinerzeit" (16.5. + 20.6.)

Walker/Nordic-Walking

Ansprechpartnerin: Hedi Fechner 08631/13301, @: hedifech@gmail.com

Für den Walker-Cup 2017 gibt es in den Monaten Mai und Juni folgende Termine:

Vorgegebene Walkercup-Termine (erhöhte Punktwertung):

| | |
|---------------------|--|
| 07.05.2017 | Longwalk ab Flugplatz Mößling, ca. 15 km (Iris Kolm) |
| 25.05.2017 | DVV-Wanderung in Waging, 5 und 10 km |
| 10./11.06.17 | DVV-Wanderung in Taufkirchen/Vils, 6, 10 und 20 km |
| 25.06.2017 | Longwalk ca. 10 - 12 km |

Weitere Walkingtermine (einfache Punktwertung):

| | | |
|---------------------|---|--|
| 01.05.2017 | DVV Wanderung mit Wanderfreunde Bichl | "Rund um den Staffelsee", 10 und 20 km |
| 20.05.2017 | EM/DM im Nordic Walken, Roding | www.muehlbauer.de/company/company/muehlbauer-run/ |
| 28.05.2017 | Alleelauf in Mettenheim, 5 km | |
| 27./28.05.17 | DVV-Wanderung Geretsried, 5, 11 und 20 km | |
| 17.06.2017 | Mozart 100 in Salzburg (A) | www.mozart100.com/de/bewerbe.html |
| 18.06.2017 | Ebbser Koasamarsch, 33, 21 u. 12 km (50 - 1730 hm!) | http://koasamarsch.at/veranstaltungsinfo/ |
| 09.05.2017 | Stammtisch, 20.00 Uhr, Kreuzerwirt | |
| 13.06.2017 | Stammtisch, 20.00 Uhr, Kreuzerwirt | |

Vereinsmeisterschaftstermine:

- 07.05.2017** Vereinsmeisterschaft Sprintdistanz (0,6 km S - 29 km R - 6 km L), Braunau (A)
25.06.2017 Triathlon Mitteldistanz (2 km Schwimmen; 80 km Radfahren; 20 km Laufen) in Chieming
03.07.2017 Bergkönig (Rennrad) Organisation: Dieter Höllinger
16.07.2017 Triathlon Kurzdistanz (1,5 km Schwimmen; 46 km Radfahren; 10 km Lauf) in Karlsfeld

Dua/Triathlon

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

- 07.05.2017** Vereinsmeisterschaft Sprintdistanz (0,6 km S - 29 km R - 6 km L), Braunau (A), www.tribraunau.com
Fotografen und Zuschauer erwünscht!
- 07.05.2017** Bayerische und Oberbayerische Meisterschaft Duathlon Kurzdistanz (10 km L - 42 km R - 5 km L) und Volksduathlon (5 km L - 21 km R - 3,8 km L) in Planegg-Krailling, www.tv-planegg-krailling.de
- 21.05.2017** Deggendorfer Triathlon Olympische Distanz (1,5 km S - 38 km R - 10 km L) und Sprintdistanz (0,4 km S - 10 km R - 5 km L), www.lv-deggendorf.de
- 21.05.2017** Ironman 70.3 St. Pölten (A)
- 27.05.2017** Linztriathlon (A), (verschiedene Distanzen), www.linztriathlon.at
- 28.05.2017** Tölzer Triathlon (Olympische Distanz und Volksdistanz), www.tri-ath-lon.de
- 28.05.2017** Bayerische Meisterschaft Triathlon Mitteldistanz (2 km S - 86 km R - 20,2 km L) und Olympische Distanz (1,5 km S - 40 km R - 9,8 km L) und Sprintdistanz (0,75 km S - 20 km R - 4,6 km L) in Ingolstadt, www.triathlon-ingolstadt.de
- 18.06.2017** Bayerische Meisterschaft Triathlon Olympische Distanz (1,5 km S - 40 km R - 10 km L) u. Volksdistanz (0,4 km S - 20 km R - 4 km L) und KidsTri, JugendTri in Erding, www.stadtriathlon-erding.de
- 24.06.2017** Chiemsee Triathlon Volksdistanz (0,5 km S - 20 km R - 5 km L), www.wechselszene.com
- 25.06.2017** Vereinsmeisterschaft Triathlon Mitteldistanz (2 km S - 80 km R - 20 km L) und Kurzdistanz (1,5 km S - 40 km R - 10 km L) in Chieming, , www.wechselszene.com. Fotografen u. Zuschauer erwünscht!
- 30.06.2017** Triathlon Rabenden (0,6 km S - 25 km R - 4,5 km L), www.tsv-altenmarkt.de

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

- | | | | |
|---------------------|--|-----------------------|--|
| 20.05.2017 | Hundseck Berglauf; Bühlertal-Baden | 9,5Km - 776Hm | http://tv-buehlertal.de/ |
| 21.05.2017 | Schafberglauf St.Wolfgang (A) | 5,8km - 1240Hm | www.schafbergbahn.at |
| 21.05.2017 | Hochgernlauf | 7,5km - 905Hm | www.hochgernlauf.de |
| 27.05.2017 | Stoißeralm Berglauf | 7,0 km - 670Hm | www.sc-anger.de |
| 02.-04.06.17 | Hochkönigman Maria Alm (A) | mehrere Distanzen | www.hochkoenigman.at/ |
| 04.06.2017 | Muttersberglauf, Bludenz (A) | 7,5km - 840Hm | www.berglaufteam.com/ |
| 10.06.2017 | Deutsche- u. Bayerische Berglauf Meisterschaften* Bayerisch Eisenstein www.ok-bayerischer-wald.de/de/deutsche-meisterschaft-berglauf-2017/ | 12,5km - 880Hm | Ziel: Gipfel Großer Arber |
- * Anmeldung für die Meisterschaften bis 28.05.17 bei Tom Nagelsdiek: bones.tom@gmx.de
- | | | | |
|---------------------|--|-------------------|--|
| 11.06.2017 | Katrinberglauf Bad Ischl (A) | 4,5km - 943Hm | www.viertl-edv.com/berg/index.htm |
| 15.-17.06.17 | Zugspitz - Ultratrail | mehrere Distanzen | http://zugspitz-ultratrail.com/ |
| 18.06.2017 | Mountain Run Seefeld (A) | 7,0km - 1040Hm | www.mountainrun-seefeld.at |
| 23.06.2017 | Högl-Berglauf, Ainingring | 3,9km - 320Hm | www.sc-ainring.de |
| 24.06.2017 | Tölzer Blomberglauf | 5,4 km - 520Hm | www.skiclub-toelz.de/blomberglauf |
| 24.06.2017 | Dachstein Krippenstein Berglauf (A) | 8,4km - 1540Hm | www.dachstein-extrem.at/ |
| 25.06.2017 | Osterfelder Berglauf, Garmisch-Partenkirchen | 11,9km - 1297Hm | www.osterfelder-berglauf.de |

Rad: Ansprechpartner: German Hötzing Tel.: 08636/698769 / E-Mail: german.zep@gmx.de

Radtraining:

ab Mai Radtraining Erwachsene (RR & MTB), **18:30** Kindergarten Mettenheim

ab Mai Radtraining Erwachsene (RR), **18:30** Kindergarten Mettenheim

An Feiertagen und bei Regen entfällt das Training!

ab 05.04.17 **Mittwochs:** MTB-Training Schüler / Jugend / Bambin – 17:00 Waldparkplatz Mettenheim

Die Bambi Gruppe von 2016 fährt mit der Schüler / Jugend Gruppe mit.

Der Radler-Stammtisch findet **jeden letzten Montag im Monat** in der **Pizzeria Epoca** Mettenheim statt. 29.05. + 26.06.

Rennrad: Ansprechpartner: Dieter Höllinger; E-Mail: dieter.hoellinger@web.de

13.05.2017 Saisoneroöffnungstour: 108km ca. 1100Hm, Mettenheim-Wasserburg-Amerang-Mettenheim
Bei starken Regen Ausweichtermin 14.05.

04.06.2017 Glocknerkönig (A)

15.-18.06.17 Rennradeln in Kaltern am See. Ausgebucht!

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

19.5.-21.5. 2017 Alpenrundtour 1 (Harry)

23.6.-25.6. 2017 Alpenrundtour 2 (Rita und Karl)

30.7.-5.8. 2017 TransDolomiti Sterzing nach Bassano del Grappa (I) (Reinhard Maier)

31.07.-6.8. 2017 Deutschland Cross von West nach Ost 1500Hm/100km (Harry)

27.8.-31.8. 2017 TransAlp 1300 Sterzing (I) - Chiemsee (Harry)

Personenmaximum für alle Touren bereits erreicht!

30. Mettenheimer Alleelauf

Ansprechpartner: K. Bruckbauer 08631/1675958

<http://www.lg-mettenheim.de/modules.php?name=Ausschreibung>

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

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

Ablauf:

Samstag, **27. Mai 2017**

Vorbereitungsarbeiten Startunterlagen, Außenbereich, etc.

Sonntag, **28. Mai 2017** ab 06.00 Uhr

Letzte Vorbereitungen

Sonntag, **28. Mai 2017** ab 09.00 Uhr

Wettbewerbe

Sonntag, **28. Mai 2017** um 19.00 Uhr

Läufergottesdienst für verstorbene LG Mitglieder in der Pfarrkirche Mettenheim

Nach den Wettbewerben und Siegerehrungen, gemeinsames Aufräumen und Reinigen.

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, 2. Juni um 20.00 Uhr laden wir alle Helfer herzlich ein. Die Örtlichkeit wird rechtzeitig

bekannt gegeben.

Vereinsmeisterschaft der Schüler - Änderung

02.07.2017 Im Rahmen der Bahnlauf Vereinsmeisterschaft finden die **Schüler-Vereinsmeisterschaften** des LG Mettenheim statt, zu dem alle Kinder u. Schüler eingeladen sind.

Erstattung der Startgebühr für Kinder und Jugendliche bis EUR 200,00 pro Jahr

Beziehungsberechtigte setzen sich bitte mit Sandra Klozik in Verbindung. Mail: S.Klozik@t-online.de

Verkauf Laufbekleidung

Ansprechpartnerin: Erika Peringer 08631/1864133, Mail: erikapieringer@aol.de

Laufjacken für Damen und Herren; EUR 32,50

Laufhose (Radler) für Damen und Herren; EUR 17,50

T-Shirt für Damen und Herren; EUR 15,00

Knietight (3/4 Hose) für Damen und Herren; EUR 20,00

Singlet für Damen und Herren; EUR 12,50

Longtight für Damen und Herren; EUR 25,00

Ferienprogramm

Der LG Mettenheim beteiligt sich am Ferienprogramm der Gemeinde Mettenheim.

Fit for Kids

Ansprechpartnerin: Isabella Hinmüller, 08631/986915

Nach den Osterferien gehen wir – sofern es die Witterung erlaubt – raus zum Turnen. Wir sind dann auf der

Schulsportanlage, im Gemeindepark und rund ums Mettenheimer Dorf zu finden. Bitte kommt pünktlich um

16:30 und bringt der Witterung entsprechende Kleidung mit. Bei Regen sind wir in der Turnhalle. Wann Ihr Eure

Roller oder Inliner mitbringen sollt, geben wir eine Woche vorher bekannt. Ab sofort Ende um 18:00 Uhr.