



Herausgeber:
LG Mettenheim e.V.
Fichtenring 4
84562 Mettenheim
www.LGMettenheim.de
LGMettenheim@LGMettenheim.de
Für den Inhalt verantwortlich: Karl Bruckbauer
Auflage: 450 Exemplare
Erscheint zweimonatlich

LG INFO

Juli/August 2012

Herzlichen Glückwunsch

zum Geburtstag:

| | |
|-----------------|-----------------------|
| 10 Jahre | Manghofer Johanna |
| | Maier Kilian |
| | Bruckhuber Daniel |
| | Werkstetter Alexander |
| | Hollstein Jonas |
| | Tauber Sarah |
| | Stangl Lena |
| | Dresl Stephanie |
| 20 Jahre | Frauendienst Sylvia |
| | Budik Jan |
| 30 Jahre | Esefeld, Dr. Katrin |
| 40 Jahre | Klozik Sandra |
| 50 Jahre | Eder Anton |
| | Jantos Marie-Luise |
| | Angstl Johann |
| | Wagner Ursula |
| | Fellermayr Peter |
| 60 Jahre | Mooshuber Elisabeth |
| | Lazarus Franz |
| 80 Jahre | Steckl Klaus |

02.07.
06.07.
12.07.
22.07.
03.08.
06.08.
08.08.
17.08.
10.07.
30.07.
10.08.
09.08.
04.07.
11.07.
07.08.
08.08.
12.08.
05.07.
14.07.
08.07.

Herzlich willkommen

die neuen Mitglieder:

| | |
|----------------------|-------------------|
| Bublak Luca | Ampfing |
| Corvin, Dr. Stefan | Mühldorf |
| Hartmetz Luis | Mühldorf |
| Hartmetz Valentin | Mühldorf |
| Hofman Felix | Ampfing |
| Kalb David Julian | Mettenheim |
| Kalb Julia Magdalena | Mettenheim |
| Kienzl Johann | Ampfing |
| Klozik Sebastian | Mühldorf |
| Kreuzer Michael | Mühldorf |
| Leunig Nikolai | Mühldorf |
| Menzel Fynn | Mettenheim |
| Reisenbüchler Martin | Ampfing |
| Schaf Yannik | Ampfing |
| Schiller Ulrike | Ampfing |
| Seipel Daniel | Niedertaufkirchen |
| Weiß Levi | Ampfing |
| Werbelow Elke | Mühldorf |
| Wimmer Helene | Ampfing |
| Wölfl Brigitte | Mühldorf |

Laufen

| | |
|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 06.07.2012 | Weitere Termine auf der Homepage oder bei Harald Sigl (Tel.: 08631/3840425) |
| 07.07.2012 | 9. Stadtlaf, Traunreut, 7km, Start: 19.15 Uhr |
| 07.07.2011 | 10. Feldkirchner Straßenlauf, 10 km, Start 10.10 Uhr |
| 08.07.2012 | 4. Sommernachtslauf, Bad Birnbach; 9,5 km, Start: 19.00 Uhr |
| 10.07.2012 | 5. Berglauf-VM in Hohenaschau, 6km; HD 800m Start 9.30 Uhr |
| 11.07.2012 | <u>Stammtisch im Cinecitta, 20:30 Uhr</u> |
| 18.07.2012 | Falke Bahnlaufcup in Raubling, 3000m Start: 19:30 Uhr |
| 20.07.2012 | Falke Bahnlaufcup in Rosenheim, 1500m Start: 19:30 Uhr |
| 22.07.2012 | 20. Abendlauf, Landshut-Münchnerau; 10 km (Start: 19.00 Uhr) und 5 km (Start: 18.15 Uhr) |
| 25.07.2012 | Reischacher Holzlandlauf, 5km und 11km; ab 9:30 Uhr |
| 28.07.2012 | 2. Abendsportfest in Pocking, Start ab 18:00 Uhr |
| 01.08.2012 | 10. Schlosslauf, Schwindegg; 11,9 km und 5,25 km; Start: 18.00 Uhr |
| 04.08.2012 | 27. Berglauf zur Schuhbräualm, Großholzhausen; 7,5 km; HD 650m, 19:00 Uhr |
| 11.08.2012 | 19. Straßenlauf, Markt Indersdorf; 10 km, Start: 18:00 Uhr |
| 14.08.2012 | 25. Straßenlauf, Dachau; 10 km (Start: 16.00 Uhr) |
| 15.08.2012 | <u>Stammtisch im Cinecitta, 20:30 Uhr</u> |
| 22.08.2012 | 25. Brunnsteinlauf, Oberaudorf; 8,5 km; HD 880m; Start: 9.00 Uhr |
| 25.08.2012 | 30. Astenlauf, Flintsbach; 6,5km; HD 630m; Start: 18.30 Uhr |
| 26.08.2012 | 6. Rupertus-Thermenlauf, Bad Reichenhall; HM (Start: 15.30 Uhr); 10 km und 5 km (Start: 15.40 Uhr) |
| | 35. Lu-Lauf, Geiselhöring, HM und VM (Start: 16:00 Uhr) |

Walking u. Nordic-Walking

Ansprechpartner: Rainer Schönege 08631/166338. Mail: Rschoenegge@aol.com

| | | |
|------------------------|----------------------------------------------|-----------------------------|
| 30.06./01.07.12 | München 5-10-20km | Termin wird noch besprochen |
| 07./08.07.12 | Traunreut 5-10-20 km | Termin wird noch besprochen |
| 14.-22.07.12 | Inselhopping Nordsee | |
| 21./22.07.12 | Frontenhausen 5-10 km | |
| 18./19.08.12 | Trostberg 5-10km | |
| 01./02.09.12 | Eging am See 5-10 km | |
| 10.07.2012 | Stammtisch beim Kreuzer Wirt nach dem Walken | |
| 14.08.2012 | Stammtisch beim Kreuzer Wirt nach dem Walken | |

| | |
|--------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| Termine Rad | <u>Ansprechpartner: Ralph Edelmann (Tel.: 08631-5273 / E-Mail: ralph_edelmann@web.de)</u> |
| Montags | Radtraining – 18:30 Kindergarten Mettenheim |
| Mittwochs | MTB-Training – 17:00 Waldparkplatz Mettenheim |
| 30.06.2012 | MTB: Bike'n'Hike-Tour MÜ - Hörndlwand - MÜ - 04:00 Sparkasse Mühldorf-Nord |
| 06.07.2012 | Pözl-Cup CC-Rennen in Markt |
| 07.07.2012 | MTB: Tour "Rund ums Sonntagshorn" (Rita) |
| 14.07.2012 | Pözl-Cup Rennen in Eisenärzt |
| 16.07.2012 | LG-Bergkönig - 18:00 Kindergarten Mettenheim (Einzel-Bergzeitfahren am Biberg) |
| 29.07.2012 | Arber-Radmarathon |

Termine Triathlon Ansprechpartner: Kirsten Stark 08631/8696, Mail: trisport.kirsten@web.de

| | |
|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| 01.07.2012 | Chiemsee Triathlon, Kurz- u. Mitteldistanz (jeweils Einzel- u. Staffeltiathlon) |
| 08.07.2012 | Challenge Roth ITU EM Langdistanz |
| 15.07.2012 | Thumsee Triathlon (Einzel- u. Staffeltiathlon), Triathlon Trophy |
| 15.07.2012 | Karlsfelder Triathlon, Kurzdistanz |
| 17.07.2012 | Koppeltraining, anschließend Triathlonstammtisch im Goa am Mühldorfer Stadtplatz |
| 22.07.2012 | Wörthsee Triathlon, Kurzdistanz (Einzel- u. Staffeltiathlon) u. Volksdistanz |
| 28.07.2012 | Alpenfels Triathlon (Einzel- u. Staffeltiathlon), Triathlon Trophy |
| 04.08.2012 | Bürmooser Triathlon (Einzel- u. Staffeltiathlon), Triathlon Trophy |
| 05.08.2012 | Regensburg Triathlon, Kurzdistanz (Einzel- u. Staffeltiathlon) u. Sprintdistanz |
| 05.08.2012 | Tutzinger Triathlon, Kurzdistanz |
| 07.08.2012 | Koppeltraining, anschließend Triathlonstammtisch im Goa am Mühldorfer Stadtplatz |
| 17.08.2012 | Schnaitseer Triathlon, Triathlon Trophy |
| 28.08.2012 | Koppeltraining, anschließend Triathlonstammtisch im Goa am Mühldorfer Stadtplatz |

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

| | |
|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 08.07.2012 | Kampenwand (Steinlingalm), Hohenaschau; HD 830m; Gehzeit insgesamt 3,5 Std. Leitung: Michael Haferkorn. Treffpunkt und Abfahrt: 7.00 Uhr (Parkplatz Waldstraße in Mettenheim) |
| 12.08.2012 | Kleine Reibn, Mitterkaseralm; HD 1250m; Gehzeit: 8 Std. Anspruchsvolle Bergwanderung. Trittsicherheit erforderlich. Leitung: Karl Bruckbauer. Abfahrt: 6.00 Uhr (Parkpl. Waldstr. in Mettenheim) |

27. München Marathon

Am 14. Oktober 2012 findet der 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 und XL) bis spätestens 15. Juli 2012 bei Karl Bruckbauer (08631/1675958 oder LGMettenheim@LGMettenheim.de). Zur Anfahrt werden Fahrgemeinschaften gebildet. Mitmachen lohnt sich auf alle Fälle.

Einladung zur 5. Berglauf-Vereinsmeisterschaft

27. Kampenwandlauf am 08. Juli 2012

| | |
|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| Veranstalter: | TSV Bad Endorf-Abteilung Berglauf |
| Start: | Massenstart am 08.07.2012 um 09.30 Uhr in Hohenaschau hinter der Talstation der Seilbahn |
| Ziel: | Steinlingalm |
| Strecke: | Berglauf von 6 km auf Teer-, Forststraße und Bergpfad, Höhenunterschied 830m |
| Verpflegung: | Schlechtenbergalm, Getränke und Verpflegungsbuffet im Ziel Steinlingalm |
| Meldungen: | Mail: stefan-heigl@web.de |
| Meldeschluss: | Mittwoch, der 04. Juli 2012 |
| Startnummern: | Sonntag, 08. Juli 2012 von 08.00 bis 09.00 Uhr vor dem Eingang der Kampenwandbahn |
| Startgebühren: | werden vom Verein übernommen |
| Siegerehrung/ | Steinlingalm, ca. 15 Min. nach Einlauf des letzten Teilnehmers im Ziel. |
| Siegerehrung VM | Anschl. gemütliches Beisammensein mit Siegerehrung Vereinsmeisterschaft |
| Preise: | Preise für Schnellste, Aufsteiger des Jahres, Berglaufneulinge |
| Info Internet: | www.kampenwandlauf.de/ |
| Duschkmöglichkeit | keine |
| Kleidertransport: | Gepäck wird zum Ziel transportiert. Abgabe bis spätestens 09.00 Uhr bei Startnummernausgabe |
| Zuschauer/ | Das Ziel auf der Steinlingalm kann bequem auch mittels der Kampenwandbahn erreicht werden, |
| Schlachtenbummler | denn von der Bergstation zur Steinlingalm ist es nur ein ca. 20 Minuten ebener Fußmarsch |