



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 2013

Herzlichen Glückwunsch

zum Geburtstag:

10 Jahre	Brandenburger Julia	03.03.
	Guggenberger Stefan	20.02.
	Schönhuber Veronika	26.03.
	Kastenhuber Felix	30.03.
	Krause Luca	14.04.
30 Jahre	Proksch Oliver	15.03.
40 Jahre	Wiedner Michael	03.04.
50 Jahre	Straßer Robert	10.03.
	Sigl Sonja	11.03.
	Petri Maren	21.03.
	Thiel Markus	12.04.
	Deinböck Roswitha	26.04.

Läuferstammtisch:

12.03.2013 Läuferstammtisch im Cafe Seinerzeit 20:00 Uhr

09.04.2013 Läuferstammtisch im Bistro "Arte" 20:00 Uhr

Herzlich willkommen

die neuen Mitglieder:

Bauer Stefan	Waldkraiburg
Bichlmeier Anna	Töging
Diewald Adolf	Haag
Drexler Stefanie	Emmerting
Geiger Paula	Mettenheim
Kleiner Max	Mettenheim
Kleiner Paul	Mettenheim
Kreß Alexander	Ampfing
Mieth Ulrike	Mühldorf
Obermayer Ulli	Mühldorf
Rothkopf Elisabeth	Neumarkt-St.Veit
Sauter Bernhard	Mettenheim
Sauter Elias	Mettenheim
Sauter Jonas	Mettenheim
Sauter Silvia	Mettenheim
Spindler Julia	Mettenheim

Laufen

weitere Termine im Internet unter "www.lauftreff.de"

- 02.03.2013** Bayerische Crosslauf-Meisterschaften, Markt Indersdorf
- 09.03.2013** Neuhauser Straßenlauf (1. Lauf BLV Laufcup)
- 10.03.2013** Westparklauf, München-Neuaubing
- 16.03.2013** Crosslauf Unterneukirchen
- 16.03.2013** Forstenrieder Volkslauf
- 23.03.2013** Erlanger Winterwaldlauf (2. Lauf BLV Laufcup)
- 25.03.2013** ASK-Lauf, Unterhaching
- 06.04.2013** Stampfl-Berglauf, Au am Inn; HD 200m, 4,2 km; 15 Uhr
- 20.04.2013** Neuburger Frühjahrslauf (3. Lauf BLV-Laufcup)
- 02.04.2013** Beginn Bahntraining an Mittelschule Mühldorf-Nord 18:30 Uhr
- 13.04.2013** Crosslauf Neumarkt St.Veit
- 14.04.2013** WEKO-HM in Pfarrkirchen
- 14.04.2013** Vienna City Marathon (A), HM und M.
- 14.04.2013** Straßenlauf, Waging a. See, 7 km und HM
- 21.04.2013** Linz Donau Marathon

siehe: www.blv-sport.de
siehe: www.blv-sport.de
siehe: www.westparklauf.de
siehe: www.crosslauf-is.de
siehe: www.forstenriedersc.de
siehe: www.blv-sport.de
siehe: www.ausdauersportklub.de/ASK-Lauf
siehe: www.stampfl-berglauf.de
siehe: www.blv-sport.de

siehe: www.crosslauf-is.de
siehe: www.halbmarathon-pfarrkirchen.de

siehe: www.tsvwaging.de

Walker/Nordic-Walking

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

- 10.03.2013** Longwalk mit Erna; Details werden noch bekannt gegeben
- 23./24.03.13** Tüssling 6 + 10 + 20km (Cup)
- 29./30.03.13** Waldkraiburg 6 + 10 + 20km (Cup)
- 14.04.2013** WEKO; Details werden noch bekannt gegeben
- 21.04.2013** Longwalk mit Rainer; Details werden noch bekannt gegeben
- 12.03.2013** Stammtisch, 20.00 Uhr, Kreuzerwirt
- 09.04.2013** Stammtisch, 20.00 Uhr, Kreuzerwirt

Rad

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

- bis 20.03.13** MTB-Winter-Training Radl-Kids (16:00 - 17:00 Mehrzweckhalle Mettenheim)
- bis 20.03.13** MTB-Winter-Training Radl-Youngsters (17:00 - 18:30 Mehrzweckhalle Mettenheim)
- 17.03.2013** LG MTB-Kaiserschmarn-Tour, 9:30 Uhr, ab Cafe Seinerzeit in Mühldorf (harald.sigl@freenet.de)
- 28.04.2013** Vitaclub-Radmarathon, Salzburg (A)
- ab 08.04.13** Radtraining Erwachsene (RR, MTB) – 18:30 ab Kindergarten Mettenheim
- ab 10.04.13** MTB-Training Schüler / Jugend – 17:00 Waldparkplatz Mettenheim
- 01.05.2013** LG-Saisonöffnungstour Rennrad, 9:30 Uhr

Lauftreff

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

- 04.04.2013** Letztes Laufen in Mühldorf
- 05.04.2013** **Lauftreff** - Opening für Kinder, Jugendliche, Läufer, Walker, Nordic-Walker (18.30 Uhr Waldstrasse)

Schneeschuhtour

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

- 03.03.2013** Ziel: Wir gehen von der Glockenschmiede zur Thoraualm und je nach Schneelage zum Thoraukopf (1491m)
Treffpunkt um 8:30 Uhr Mühldorf-Nord (Sparkassenparkplatz); Tourenführer: Karl Bruckbauer
Leichte bis mittelschwere Schneeschuhtour: Gehzeit gesamt: 5 Stunden.
Die Thoraualm ist im Winter nicht bewirtschaftet! Einkehr im Anschluß im Berggasthof Brand b.Ruhpolding

Grundfarbe schwarz o. rot

Um mehr Sitzkomfort durch bessere Passform zu erreichen werden zwei unterschiedliche Sitzpolstergrößen für kleine (bis Gr.48) und große Konfektionsgrößen (ab Gr.50) eingesetzt.

Der anatomisch angepasste Sitzpolster garantiert auch bei sehr langen Ausfahrten ein "schmerzfreies und komfortables Sitzen".

Die Oberfläche ist zur Gänze gelocht und sorgt für angenehme Belüftung, sowie weiterer Gewichtsreduzierung.

MEHR VITALITÄT

Löffler
PREMIUM SPORTSWEAR

MAN SPÜRT, DASS MAN NICHTS SPÜRT MIT hotBOND BIKEWEAR VON LÖFFLER - 100% MADE IN AUSTRIA. Hier drückt und reibt dank verschweißter Nähte garantiert nichts. Das Resultat: extrem elastische Bikewear, die dauerhaft hält und jede Bewegung „reibunglos“ mitmacht.

Hr. Bike Trägerhose hotBOND mit Sitzpolster Comfort Gel Air. Made in Austria!

www.loeffler.at

Im März 2013 Anprobe - Sammelbestellung - Auslieferung April 2013

HE.BIKE-TR-HOSE HOT BOND 3/4	EUR	149,00	112,50	
HE.BIKE-TR-HOSE HOT BOND Knie	EUR	129,00	97,00	
HE.BIKE HOSE HOT BOND	EUR	99,00	75,00	
DA.BIKE-HOSE HOT BOND 3/4	EUR	129,00	97,00	
DA.BIKE-HOSE HOT BOND Knie	EUR	99,00	75,00	
				SITZPOLSTER COMFORT GEL AIR
				STÄRKE: 12mm

Laufschuhangebot für März 2013

20% Ermässigung auf alle Neuheiten von



Trainingscomputer für Laufen und Multisport

RS100

Für Läufer, die einfache Herzfrequenz- und Zeitmessinformationen wollen.

~~UVP EUR 109,95~~

jetzt EUR 79,90

RS300X RUN Laufsensoren

Für ambitionierte Läufer und Multisportler, die alle wichtigen Grundfunktionen eines Laufcomputers wünschen.

~~UVP EUR 199,95~~

jetzt EUR 149,90

Vorschau LG Vereinsmeisterschaften:

18.05.2013 Bahnlauf in Mühldorf
04.05.2013 MTB Rennen (Pölz Cup)
15.07.2013 LG Rad Bergkönig

06.10.2013 Laufen (10km) in Wkbg
06.10.2013 Walken (6 km) in Wkbg
25.05.2013 Berglauf zur Stoißer Alm

21.06.2013 Sprinttriathlon Rabenden
30.06.2013 Triathlon Mitteldistanz am Chiemsee