



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 2014

Herzlichen Glückwunsch

zum Geburtstag:

10 Jahre	Hochreiter Antonia	17.03.
	Rettenwander Annalena	31.03.
	Renner Manuel	04.04.
20 Jahre	Weis Andreas	10.04.
	Herget Daniel	22.04.
	Herget Thomas	22.04.
40 Jahre	Klozik Sebastian	21.03.
	Schneider Anita	06.04.
	Henkel Jörg	17.04.
50 Jahre	Wagner Karl-Heinz	18.03.
	Windbühler Alex	29.04.

27. Mettenheimer Alleelauf

am 18. Mai 2014

Die Anmeldung zum Lauf ist bereits

möglich unter: www.alleelauf.de

Herzlich willkommen

die neuen Mitglieder:

Auer Veronika	Mettenheim
Gramer Jule	Mettenheim
Heumann Gabriel	Teising
Kaletsch Lukas	Mettenheim
Kern Veronika	Mühldorf
Kesler Rina	Mettenheim
Kesler Ruben	Mettenheim
Mareyen Sarah	Mettenheim
Meier Thomas	Kraiburg
Schraad Giulietta	Mettenheim
Schraad Sofia	Mettenheim
Sinnhuber Christian	Mettenheim
Sinnhuber Johanna	Mettenheim
Steinbach Maxim	Waldkraiburg
Vilzmann Christian	München
Weindl Christine	Oberneukirchen
Weis Andreas	Mühldorf
Weis Brigitte	Mühldorf
Weis Thomas	Mühldorf
Weis Werner	Mühldorf
Zahl Silas	Kraiburg
Zahl Simon	Kraiburg
Zettl Jakob	Mettenheim
Zettl Johannes	Mettenheim

Läuferstammtisch:

18.03.2014 Läuferstammtisch im Cafe Seinerzeit 20:00 Uhr

15.04.2014 Läuferstammtisch im Cafe Seinerzeit 20:00 Uhr

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

- 09.03.2014** Westparklauf, München-Neuaubing
- 15.03.2014** Crosslauf Altötting
- 22.03.2014** Erlanger Winterwaldlauf (1. Lauf BLV Laufcup)
- 22.03.2014** Pallinger Dorflauf (Chiemgaumeisterschaft Crosslauf)
- 29.03.2014** Crosslauf Marktl am Inn
- 30.03.2014** Berta Hummel-Lauf Massing
- 01.04.2014** Beginn Bahntraining an der Mittelschule Mühldorf-Nord 18:30 Uhr
- 05.04.2014** Stampfl-Berglauf, Au am Inn; HD 200m, 4,2 km; 15 Uhr
- 05.04.2014** Forstenrieder Volkslauf
- 06.04.2014** Linz Donau Marathon
- 12.04.2014** Kyffhäuser Berglauf (Thüringen)
- 13.04.2014** WEKO-HM in Pfarrkirchen
- 13.04.2014** Vienna City Marathon (A), HM und M.
- 13.04.2014** Straßenlauf, Waging a. See, 7 km und HM
- 19.04.2014** Neuburger Frühjahrslauf (2. Lauf BLV-Laufcup)
- 27.04.2014** Halbmarathon München
- 27.04.2014** Ndb.Meisterschaft (3.Lauf BLV-Laufcup)

siehe: www.westparklauf.de
siehe: www.crosslauf-is.de
siehe: www.blv-sport.de
siehe: www.tsv-palling.de/leichtathletik
siehe: www.crosslauf-is.de
siehe: www.tsv-massing.de/startseite

siehe: www.stampfl-berglauf.de
siehe: www.forstenriedersc.de

siehe: www.kyffhaeuser-berglauf.de
siehe: www.halbmarathon-pfarrkirchen.de

siehe: www.tsvwaging.de
siehe: www.blv-sport.de
siehe: www.halbmarathon-muenchen.de
siehe: www.blv-sport.de

Walker/Nordic-Walking

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

09.03.2014 Longwalk

18./19.04.14 Waldkraiburg 6 + 10 + 20km (Cup)

13.04.2014 WEKO; Details werden bekannt gegeben

21.04.2014 Fürstenstein 5, 10, 20, 30km

11.03.2014 Stammtisch, 20.00 Uhr, Kreuzerwirt

08.04.2014 Stammtisch, 20.00 Uhr, Kreuzerwirt

Vorankündigung: Fichtelgebirges-Nordic Walking Marathon - Ausfahrt der Abteilung Walking/Nordicwalking

Datum: 19.-21.09.2014 in Gefrees; Strecken: 6, 10, 15, 21, 42km; <http://www.sc-gefrees.de/>

Anmeldeschluss: 3.März bei Rainer

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

03.04.2014 Letztes Laufen in Mühldorf

04.04.2014 **Lauftreff** - Opening für Kinder, Jugendliche, Läufer, Walker, Nordic-Walker (18.30 Uhr Waldstrasse)

Bergwandern

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

02.03.2014 Dem Wetter geschuldet bietet die Bergwanderabteilung eine gemischte Wander- und Schneeschuhtour am kommenden Sonntag, 2. März zum Weillahnerkopf (1615m) an. Der Weillahnerkopf ist ein wenig begangener und wenig bekannter, aber aussichtsreicher Berg zwischen Kampenwand im Norden und Geigelstein im Süden.

Treffpunkt: Mettenheim-Hart, Parkplatz an der Waldstraße

Abfahrt: 9.00 Uhr (mit Privat PKW)

Talort: Schleching, Parkplatz Austraße

Länge der Tour: ca. 5 Std.Gehzeit (3 Std. Aufstieg, 2 Std. Abstieg); 1. Stunde: trockener Weg; 2. Stunde: Schneereste;

3.Stunde: Schneeschuhe; Gamaschen werden empfohlen.

Höhendifferenz: 1.000m

Schwierigkeitsgrad: mittel

Einkehr: Unterwegs keine, bitte Brotzeit und Getränke mitnehmen; anschl. Einkehr beim Gasthaus "Kampenwand" in Mühlau.

Anmeldung bis spätestens Samstag, 1. März bei Michael.

Aug 2014 Die Bergwanderabteilung plant, Anfang August 2014 eine viertägige Bergwanderung im **Karwendel** anzubieten.

Ausgangspunkt ist Hinterriss (südl. vom Sylvensteinspeicher). Übernachtungen sind auf der Falkenhütte (1.848m),

Alpengasthof Eng (1.203m) und auf der Lamsenjochhütte (1.953m) vorgesehen. Folgende Gipfel könnten bestiegen werden:

Mahnkopf (2.094m) und/oder Steinfalk (2.347m), Gamsjoch (2.452m), Lamsenspitze (2.508m), Sonnjoch (2.457m).

Unweit der Lamsenjochhütte befindet sich der Klettergarten "Dreamland" mit 11 Kletterrouten. Anforderungen: gute Kondition (6-7 Std. täglich) und Trittsicherheit; Schwindelfreiheit bei dem einen oder anderen Gipfel; bei Kletterrouten sind

Helm und Klettersteigausrüstung Pflicht. Sofern Ihr Interesse habt, bitte bei Michael im Laufe des März melden."

Rad

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

bis 26.03.14 MTB-Winter-Training Radl-Kids (16:00 - 17:00 Mehrzweckhalle Mettenheim)

bis 26.03.14 MTB-Winter-Training Radl-Youngsters (17:00 - 18:30 Mehrzweckhalle Mettenheim)

09.03.2014 LG MTB-Kaiserschmarrn-Tour, 10:00 Uhr, ab Pauli Wirt. Anmeldeschluss: 08.03.2014

Die jährlich stattfindende "kulinarische" Eröffnungstour startet um 10.00 Uhr beim Pauliwirt in der Nähe von Erharting.

Es wird in 3 Leistungsgruppen (schnell, mittel, langsam) gefahren. Das Essen sponsert die Abteilung/Verein.

Getränke zahlt jeder selbst! Weitere Details und Anmeldung bei Harry Sigl: harald.sigl@freenet.de

11.04.2014 Infoveranstaltung zur TransAlp light beim Kreuzer Wirt in Mettenheim. Folgende Details werden abgeklärt:

Termin für die 4-tägige Transalp - Strecke (insbesondere Start und Ziel) - Infos zur Vorbereitung/Training.

Gemütliches Beisammensein! Nähere Auskünfte bei Harry (08631/95145) oder harald.sigl@freenet.de

13.04.2014 LG-Saisoneneröffnungstour Rennrad, 9:30 Uhr

27.04.2014 Vitaclub-Radmarathon, Salzburg (A)

ab 31.03.14 Montags: Radtraining (Ergänzung) Erwachsene (RR) – 18:00 ab Kindergarten Mettenheim

ab 02.04.14 Mittwochs: MTB-Training Schüler / Jugend – 17:00 Waldparkplatz Mettenheim

ab 02.04.14 Mittwochs: Radtraining Erwachsene (RR&MTB) – 18:00 ab Kindergarten Mettenheim

Achtung! Das Erwachsenen-Radtraining wird **2014** auf Mittwoch gelegt, um die Situation mit Wettkampf am Wochenende und Bahntraining am Dienstag zu entzerren.

Zusätzlich gibt es aber an angestammten Termin Montags ein Ergänzungs-Radtraining für Rennradler.

Achtung! Trainingsbeginn am Montag und Mittwoch ist im April und September um 18.00, von Mai bis August um 18:30 Uhr.

Einladung zur Jahreshauptversammlung des LG Mettenheim e.V.

Termin: Freitag, 28. März **2014** um 19.30 Uhr beim Kreuzer Wirt in Mettenheim.

Es sind u.a. folgende Tagesordnungspunkte vorgesehen:

1. Begrüßung/Feststellung der Beschlussfähigkeit
2. Jahresbericht des 1.Vorstandes
3. Berichte der Abteilungsleiter
4. Kassenbericht
5. Bericht über Kassenprüfung
6. Aussprache über die Berichte
7. Entlastung der Vorstandschaft
8. Neuwahlen: Vorstandschaft/Beiräte/Kassenprüfer
9. Anträge
10. Verschiedenes

Anträge für die Mitgliederversammlung müssen bis 21.03.2014 schriftlich bei der Vorstandschaft eingereicht werden.

Karl Bruckbauer, Münchenerstr. 53, 84453 Mühldorf; 1. Vorstand.

LG Vereinsmeisterschaften Termine 2014

04.05.2014 Triathlon Sprintdistanz VM in Braunau (A)

29.06.2014 Triathlon Mitteldistanz VM in Prien/Chiemsee

05.07.2014 Bahnlauf VM in Mühldorf

13.07.2014 Berglauf VM Kampenwand (6km/830HM)

14.07.2014 Bergkönig VM (für Rennrad und Mountainbike)

26.07.2014 Mountainbike VM (Pölzcup) in Ecksberg

28.09.2014 10 km-Straßenlauf VM in Erding (Bayer. Meisterschaften)

05.10.2014 Walking/Nordic-Walking VM in Waldkraiburg