



Herausgeber:  
LG Mettenheim e.V.  
Fichtenring 4  
84562 Mettenheim  
Fax: 08636/6970840  
www.LGMettenheim.de  
lgmettenheim@lgmettenheim.de  
Für den Inhalt verantwortlich: Karl Bruckbauer  
Auflage: 450 Exemplare  
Erscheint zweimonatlich

# LG INFO

**Mai/Juni 2008**

## Herzlichen Glückwunsch

zum Geburtstag:

<b>10 Jahre</b>	Distler Alexander	26.05.
	Ebersberger Lukas	28.06.
	Hohenberger Veronika	29.06.
<b>20 Jahre</b>	Polz Andrea	07.05.
<b>30 Jahre</b>	Irl Florian	04.05.
	Jank Katrin	27.06.
<b>40 Jahre</b>	Maier Oliver	11.05.
	Unterholzner Mary	28.06.
<b>50 Jahre</b>	Heidenecker Kurt	17.05.
	Unterholzner Martin	27.05.
	Klieber Jo	05.06.

## Herzlich willkommen

die neuen Mitglieder:

Wolf Franziska	Mettenheim
Strömmer Nico	Mettenheim
Schinko Felix	Mettenheim
Soyer Lukas	Mettenheim
Menzel Lennart	Mettenheim
Sagbiel Carolin	Mettenheim
Bumberger Matthias Georg	Mühldorf
Guggenberger Stefan	Mettenheim
Hummel Sylvia	Mettenheim
Hummel Thomas	Mettenheim
Kain Hannah	Mühldorf
Müller Marco	Mettenheim
Schroeter Fabian	Mühldorf
Schubert Lena	Waldkraiburg
Hauser Antonia	Zangberg

**21. Alleelauf am 08. Juni 2008.**

**Läufer-Symposium am 07. Juni 2008 in der Mehrzweckhalle in Mettenheim.**

## Termine Laufen

Ansprechpartner: M. Haferkorn 08631/4983, Mail: M.Haferkorn@t-online.de

<b>01.05.2008</b>	Irrseelauf 2008, Zell am Moos (A); Start: 10.00 Uhr; 14km
<b>01.05.2008</b>	19. Frühjahrslauf, Dachau, Start: 10.00 Uhr; 10 km
<b>04.05.2008</b>	5. AMREF-Marathon, Salzburg (A); Start: 9.00 Uhr, Marathon und Halbmarathon
<b>09.05.2008</b>	Pfingst-Meeting, Pocking, verschiedene Distanzen 800m - 3.000m (ab 19.00 Uhr)
<b>18.05.2008</b>	10. Hochgernlauf, Unterwössen; Start: 10.00 Uhr; 7,5km (905HM)
<b>25.05.2008</b>	8. Dultlauf, Altötting; Start: 10.00 Uhr (10km) und 11.10 Uhr (3 km)
<b>31.05.2008</b>	<b>24. Stoißeralm-Berglauf, Anger; Start: 16.00 Uhr; 7km (670HM); Vereinsmeisterschaft!!!</b>
<b>01.06.2008</b>	24. Reebok Halbmarathon, Mondsee (A); Start: 9.30 Uhr
<b>08.06.2008</b>	21. Alleelauf, Mettenheim; Start: 9.00 Uhr (10km); 10.30 Uhr (5km)
<b>14.06.2008</b>	23. Citylauf, Rosenheim; Start: 18.00 Uhr (10km)
<b>20.06.2008</b>	29. Höglberglauf, Ainring; Start: 18.30 Uhr; 3,9km (320HM)
<b>22.06.2008</b>	10. Postalm-Almmarathon, Strobl (A); Start: 10 Uhr; HM oder VM
<b>28.06.2008</b>	3. Seelauf, Rottach-Egern, Start: 14.00 Uhr; 10 km (6,6 km Jugend)

**Dienstag, Donnerstag, Freitag: Lauftreff um 18.30 Uhr - Parkplatz Waldstrasse**

## Termine Walking u. Nordic-Walking

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

<del>01.05.2008</del>	Burghausen (Walkercup)	
<b>13.05.2008</b>	Stammtisch beim Kreuzer Wirt	20.00 Uhr
<b>18.05.2008</b>	Longwalk; Start Turmbräu Mühldorf	09.00 Uhr
<b>31.05.2008</b>	Waging u.a. 1. Marathon 2008 (kürzere Strecken auch am	01.06.08 möglich)
<b>08.06.2008</b>	Alleelauf; 5 km (Walkercup)	10.35 Uhr
<b>10.06.2008</b>	Stammtisch beim Kreuzer Wirt	20.00 Uhr
<b>14./15.06.2008</b>	Neumarkt-St. Veit (Walkercup)	
<b>28./29.06.2008</b>	Perach (Walkercup)	

## Termine Dua-/Triathlon

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

<b>11.05.2008</b>	Volks- u. Raiffeisenbank Citytriathlon Amberg
<b>13.05.2008</b>	Stammtisch im "Goa" am Mühldorfer Stadtplatz
<b>18.05.2008</b>	6. Stadt-Triathlon München
<b>24.05.2008</b>	Ironman 70.3 Austria
<b>31.05.2008</b>	<b>13. Schneider Weisse Duathlon Kelheim, BM Mitteldistanz</b>
<b>01.06.2008</b>	20. Tölzer Triathlon
<b>08.06.2008</b>	<b>Mönchshof-Triathlon Trebgast/ Kulmbach, Internat. DM Mitteldistanz</b>
<b>10.06.2008</b>	Stammtisch im "Goa" am Mühldorfer Stadtplatz
<b>15.06.2008</b>	<b>1. Globus Steinberger See Triathlon, BM Kurzdistanz</b>
<b>21.06.2008</b>	Hexal Alpen-Triathlon Schliersee-Spitzingsee
<b>22.06.2008</b>	15. Stadtriathlon Erding
<b>28.06.2008</b>	19. Spreewald Triathlon
<b>06.07.2008</b>	<b>VM Triathlon Altötting (Anmeldungen nimmt Kirsten bis zum 22.06.08 entgegen.)</b>

## Termine Rad

Ansprechpartner: Eugen Huber 08631/15790, Mail: eugen.huber@t-online.de

<b>01.06.2008</b>	Glocknerkönig
<b>15.06.2008</b>	Rosfeld (Treffpunkt: Mühldorf Hallenbad mit Auto um 08.00 Uhr)

## Rad-Trainingslager

Ansprechpartner: Gerhard Troch

**17. - 24.05.2008** Kalterersee (ausgebucht)

## Termine Badminton

Ansprechpartner: Christian Swoboda, Mail: swobbi@t-online.de

**14.06.2008** Vereinsmeisterschaft in der Mehrzweckhalle Mettenheim um 15.00 Uhr

# 21. Mettenheimer Alleelauf

www.alleelauf.de

08. Juni 2008

**21. Mettenheimer Alleelauf** Ansprechpartner: K. Bruckbauer 08636/7852 o. [LGMettenheim@LGMettenheim.de](mailto:LGMettenheim@LGMettenheim.de)  
Am Sonntag, 08. Juni 2008 wird das weithin bekannte Läuferdorf Mettenheim bei Mühldorf am Inn mit mehr als 800 Ausdauersportlern bereits zum 21. Mal das Eldorado des Laufsports in Südostbayern.

## Mettenheimer Alleelauf unter den Top 100

"Freude an der Bewegung und Teamgeist" als Leitgedanken - Neu: Sportlersymposium und Firmenlaufwertung.

Der Alleelauf gehört zu den absoluten Klassikern des Laufsports, laut dem bedeutenden Fachmagazin "Spiridon" zu den Top 100 Läufen des Jahres 2008" und bietet für alle Bewegungsbegeisterten von Bambinis bis Senioren, für Hobbysportler bis Top-Athleten, für Walker, Nordic-Walker und Läufer jeglicher Couleur ein vielseitiges und attraktives Programm.

Bereits am Vortag der 16 Laufwettkämpfe findet das 1. LG-Symposium für Sportler mit Vorträgen von Ärzten und Physiotherapeuten zu gesundheitlichen Problemen und Fragen bei Freizeit- und Ausdauersport in der Mehrzweckhalle statt. Von hochkarätigen Fachleuten werden dabei orthopädische, chirurgische und physiotherapeutische Aspekte im Hüft-, Knie- und Fußbereich des Sportlers beleuchtet.

Pünktlich um 09.00 Uhr werden dann am Sonntag, den 8. Juni 2008 die Läuferinnen und Läufer auf die absolut flache und schnelle Strecke über die 10km-Distanz (zwei Runden) geschickt. Erstmals wird dieses Jahr beim "AOK-Fitness-Lauf" über 5.000 Meter (eine Runde) neben der klassischen Einzel- und Vereinswertung auch eine gesonderte Firmenwertung vorgenommen. Mit der neu eingeführten Firmenwertung soll die Freude an der Bewegung mit dem Teamgedanken verknüpft werden, um dadurch die Motivation der Mitarbeiter der Firma, Institution, Behörde, dem Unternehmen oder Betrieb zu steigern. Nicht der Leistungs- und Wettkampfgedanke stehen hierbei im Vordergrund, sondern der Spaß, die Gesundheit und das Gemeinschaftsgefühl, den drei Grundgedanken des Alleelaufes.

Gerade für Menschen, die beruflich gefordert sind, kommt der körperliche Ausgleich, die sportliche Bewegung häufig zu kurz. Der AOK-Fitnesslauf soll einen Beitrag dazu leisten, die Bereiche Arbeitswelt und Sport sinnvoll miteinander zu verbinden.

Die Laufdistanz von 5km ist gerade prädestiniert, dass sie auch von weniger trainierten Läufer/Innen ohne Schwierigkeiten bewältigt werden kann. "Laufen für Vitalität und Teamgeist", unter diesem Motto steht der AOK-Fitnesslauf in Mettenheim. In die Wertung "schnellste Teams" kommen die Firmen mit ihren fünf schnellsten Läuferinnen oder Läufern, unabhängig vom Geschlecht. Daneben werden die drei teilnehmerstärksten Firmenmannschaften als "größte Teams" mit wertvollen Sachpreisen prämiert.

Walker - Nordicwalker: Die schnellste Dame/der schnellste Herr erhält erstmalig einen Pokal.

13 Bambini- und Schülerläufe komplettieren den Alleelauf.

### Terminplan:

#### Helfer, die noch nicht eingeteilt sind, melden sich bei Karl Bruckbauer.

Samstag, 07.06.2008 ab 12.00Uhr Vorbereitungsarbeiten Startunterlagen, Mehrzweckhalle, Außenbereich.

Samstag, 07.06.2008 16.00Uhr Läufersymposium in der Mehrzweckhalle

Sonntag, 08.06.2008 ab 06.00 Uhr Letzte Vorbereitungen

Sonntag, 08.06.2008 ab 09.00 Uhr Wettbewerbe

Nach den Wettbewerben und Siegerehrungen, gemeinsames Aufräumen und Säubern.

Sonntag, 08.06.2008 um 19.00 Uhr Läufergottesdienst in der Pfarrkirche Mettenheim

Freitag, 27.06.2008 ab 20.00 Uhr Helferparty am Westgebäude.

Über die Mitnahme von Kuchen oder Gebäck zum Alleelauf und Helferfest würden wir uns wieder sehr freuen.

## 1. LG Berglauf-Vereinsmeisterschaft 2008

Samstag, 31. Mai 2008, 16:00 Uhr

Im Zusammenhang mit dem 24. Stoißer-Alm Berglauf, Start in Anger, Achner Lagerplatz, ca. 2 km von Anger, auf der Kohlhäuslstraße (beschildert)  
Die ersten 3 Damen und 3 Herren erhalten ein Vereinslaufshirt mit Aufdruck "Berglaufmeister". Für die VM keine extra AK-Wertung und keine Urkunden.

Details unter <http://www.sc-anger.de/leichtathletik/>

Meldungen an: [harald.sigl@freenet.de](mailto:harald.sigl@freenet.de) oder Tel. 08631/95145 bis Freitag 30. Mai.



Die Startgebühr übernimmt der Verein!

