



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

## September/Oktober 2017

### Herzlichen Glückwunsch

zum Geburtstag:

<b>10 Jahre</b>	Kirmeier Lea	11.09.
	Zehetmaier Lukas	03.10.
	Nolli Raphael	10.10.
	Wieser Lena	26.10.
<b>20 Jahre</b>	Gentile Fabian	17.09.
<b>50 Jahre</b>	Schmid Manuela	25.09.
	Lech Günther	28.09.
	Schlecht Michael	20.10.
<b>60 Jahre</b>	Kern Helmut	01.09.
	Auer Annelies	17.09.
	Winter Reinhard	01.10.
	Mitter-Mang Monika	15.10.
<b>70 Jahre</b>	Tesini Giovanni	08.09.
<b>80 Jahre</b>	Deuß Peter	01.09.

### Herzlich willkommen

die neuen Mitglieder:

Auer	Martin	Mühldorf
Degenhardt	Leopold	Mühldorf
Deibl	Florian	Schwindegg
Fischer	Mona	Heldenstein
Fischer	Sarah	Heldenstein
Hechfellner	Andrea	Mettenheim
Heß	Christoph	Mühldorf
Hibler	Karin	Rattenkirchen/Haun
Mittermeier	Lena	Mühldorf
Obermaier	Thomas	Lohkirchen
Riha	Eva	Rattenkirchen

Der 31. Mettenheimer Alleelauf findet am 10. Juni 2018 statt. Vom Bayerischen Leichtathletik-Verband wurden wir erneut beauftragt, die "Bayerischen Meisterschaften im 10-km Straßenlauf" auszutragen.

### Laufen

Weitere Termine auf unserer Homepage unter: "[www.alleelauf.de](http://www.alleelauf.de)"

<b>02.09.2017</b>	Volksfestlauf Freising	<a href="http://www.volksfestlauf.de/">www.volksfestlauf.de/</a>
<b>09.09.2017</b>	Zweibrückenlauf Wernstein (A), Grenzlandlaufcup	<a href="http://www.wernstein.at">www.wernstein.at</a>
<b>09.09.2017</b>	Gemeindelauf Niedertaufkirchen	<a href="http://www.skiclub-ntk.de/html/gemeindelauf1.html">www.skiclub-ntk.de/html/gemeindelauf1.html</a>
<b>10.09.2017</b>	Freeandout Lauf, Ampfing	<a href="http://www.freeandout.de/laufsport/index.php">www.freeandout.de/laufsport/index.php</a>
<b>10.09.2017</b>	Run for Life, Benefizlauf, München	<a href="http://www.runforlife.de">www.runforlife.de</a>
<b>10.09.2017</b>	Maitenbether Frauen-Benefizlauf	<a href="http://fcm-lauf.de">http://fcm-lauf.de</a>
<b>16.09.2017</b>	Bayer. Bäderlauf; Bad Aibling	<a href="http://www.baederlauf.de/ausschreibung.html">www.baederlauf.de/ausschreibung.html</a>
<b>16.09.2017</b>	Dingolfinger Halbmarathon	<a href="http://www.tv-dingolfing.de/dingolfinger-halbmarathon/">www.tv-dingolfing.de/dingolfinger-halbmarathon/</a>
<b>17.09.2017</b>	Halbmarathon Altötting	<a href="http://www.halbmarathon.de">www.halbmarathon.de</a>
<b>17.09.2017</b>	Karlsfelder Seelauf; Obb.Meisterschaften Halbmarathon*	<a href="http://www.seelauf.de">www.seelauf.de</a>
<b>23.09.2017</b>	Crosslauf Unterneukirchen	<a href="http://www.crosslauf-is.de/">www.crosslauf-is.de/</a>
<b>23.09.2017</b>	Oktoberfestlauf Oberschleißheim	<a href="http://www.oktoberfestlauf.de/">www.oktoberfestlauf.de/</a>
<b>23.09.2017</b>	Raaber Unionlauf (A) Grenzlandlaufcup	<a href="http://www.union-raab.com">www.union-raab.com</a>
<b>24.09.2017</b>	Stadtlauf Erding	<a href="http://stadtlauf-erding.de/stadtlauf/index.php">http://stadtlauf-erding.de/stadtlauf/index.php</a>
<b>24.09.2017</b>	LIONS-Monopteroslauf	<a href="http://www.monopteroslauf.de">www.monopteroslauf.de</a>
<b>30.09.2017</b>	Ruhstorfer Geländelauf; Grenzlandlaufcup	<a href="http://www.laruhstorf.de/hplaufverein/termine.html">www.laruhstorf.de/hplaufverein/termine.html</a>
<b>30.09.2017</b>	Emmertinger Herbstfest-Lauf	<a href="http://www.djk-emmerting.de">www.djk-emmerting.de</a>
<b>01.10.2017</b>	Herbstlauf 2017 des VfL Waldkraiburg	<a href="http://neu.leichtathletik-waldkraiburg.de/herbstlauf-2017">http://neu.leichtathletik-waldkraiburg.de/herbstlauf-2017</a>
<b>03.10.2017</b>	Rosenheimer City Lauf	<a href="http://www.rosenheimer-citylauf.de">www.rosenheimer-citylauf.de</a>
<b>03.10.2017</b>	Schweiger-Forstlauf, Anzing	<a href="http://www.forstlauf.de">www.forstlauf.de</a>
<b>03.10.2017</b>	Beginn Winterprogramm, Treffpunkt Di und Do um 18:30 Uhr am Sparkassenparkplatz Mühldorf-Nord	
<b>07.10.2017</b>	Beginn Winterprogramm, Treffpunkt jeden Samstag um 15:00 Uhr an der Mehrzweckhalle Mettenheim	
<b>07.10.2017</b>	Zellerreiter Herbstwaldlauf	<a href="http://www.wsv-zellerreit.de/laufsport/aktuelles.html">www.wsv-zellerreit.de/laufsport/aktuelles.html</a>
<b>08.10.2017</b>	München Marathon	<a href="http://www.muenchenmarathon.de/">www.muenchenmarathon.de/</a>
<b>08.10.2017</b>	Salzach-Brückenlauf, Burghausen	<a href="http://www.salzach-brueckenlauf.de/">www.salzach-brueckenlauf.de/</a>
<b>15.10.2017</b>	Wolfgangseelauf mit Salzkammergut Marathon (A)	<a href="http://www.wolfgangseelauf.at">www.wolfgangseelauf.at</a>
<b>21.10.2017</b>	Simssee-Halbmarathon, Moosen	<a href="http://www.simssee-halbmarathon.de/">www.simssee-halbmarathon.de/</a>
<b>21.10.2017</b>	Crosslauf Burgkirchen	<a href="http://www.crosslauf-is.de/">www.crosslauf-is.de/</a>
<b>22.10.2017</b>	Berglauf auf den Ebersberg, Grenzlandlaufcup	<a href="http://www.wsv-otterskirchen.de">www.wsv-otterskirchen.de</a>
<b>29.10.2017</b>	Frankfurt Marathon - Deutsche Marathon-Meisterschaften*	<a href="http://www.frankfurt-marathon.com">www.frankfurt-marathon.com</a>
<b>29.10.2017</b>	Bestzeitmarathon - Der Lauf gegen die Gesetze der Physik	<a href="http://www.bestzeitmarathon.de">www.bestzeitmarathon.de</a>

\* Anmeldung für die Meisterschaften bei Tom Nagelsdiek: [bones.tom@gmx.de](mailto:bones.tom@gmx.de)

**Laäufer-Stammtisch jeweils am 3. Dienstag des Monats im "Cafe Seinerzeit" (19.9. + 17.10.)**

### Vereinsmeisterschaft Laufen

Ansprechpartner: Anna Dickinger, 08631/5908, Mail: [Anna.Dickinger@gmx.de](mailto:Anna.Dickinger@gmx.de)

Ansprechpartner: Michael Dickinger, 08631/5908, Mail: [Michael.Dickinger@t-online.de](mailto:Michael.Dickinger@t-online.de)

**Vorankündigung:** Die 10-km Laufvereinsmeisterschaft findet am 11. November 2017 beim Alzauenlauf in Trostberg statt.

### Vereinsmeisterschaften Berglauf

Ansprechpartner: Fam.Tischler 08631/162329, Mail: [viertischler@web.de](mailto:viertischler@web.de)

Die Berglauf VM finden am 29.10.2017 beim Hochplattenberglauf statt. Der Verein übernimmt die Startgebühr.

**Vorankündigung:** Das von der Rad-, Walking- und Dua-/ Triathlonabteilung durchgeführte Herbstfest für alle Vereinsmitglieder findet am Freitag, 24.11.2017 ab 18:30 Uhr beim Kreuzerwirt in Mettenheim statt.

**Berglauf** Leitung: Fam.Tischler 08631/162329, Mail: [viertischler@web.de](mailto:viertischler@web.de)

09.09.2017	Schlechinger Bergl. u. d. Geiglstoas Gams	5,2km - 500 Hm	<a href="http://www.skiclub-schlechting.de/">www.skiclub-schlechting.de/</a>
13.09.2017	Heuberglauf, Nußdorf am Inn	5,3km - 609 Hm	<a href="http://www.heuberglauf.de/index.php">www.heuberglauf.de/index.php</a>
16.09.2017	Drei-Zinnen-Lauf, Sexten (I)	17,5km - 1300 Hm	<a href="http://www.dreizinnenlauf.com">www.dreizinnenlauf.com</a>
16.09.2017	Hörnle Berglauf; Oberbayer. Meistersch.	7,0km - 640 Hm	<a href="http://www.skiclub-bad-kohlgrub.de/hoernle-berglauf.html">www.skiclub-bad-kohlgrub.de/hoernle-berglauf.html</a>
17.09.2017	Kaitersberglauf; Schleching	7,58km - 609 Hm	<a href="http://www.dakinevomkaitersberg.de">www.dakinevomkaitersberg.de</a>
24.09.2017	Hochfelln Berglauf, Bergen	8,9km - 1074 Hm	<a href="http://www.hochfellnberglauf.de">www.hochfellnberglauf.de</a>
01.10.2017	Wasserfall-Lauf; Krimml (A)	12,5km - 550 Hm	<a href="http://www.viertl-edv.com/berg/index.htm">www.viertl-edv.com/berg/index.htm</a>
22.10.2017	Astberg-Lauf; Going (A)	6,0km - 568 Hm	<a href="http://www.viertl-edv.com/berg/index.htm">www.viertl-edv.com/berg/index.htm</a>
21./22.10.17	Trailrunning Festival Salzburg (A)	mehrere Distanzen	<a href="http://www.trailrunning-festival.com">www.trailrunning-festival.com</a>
29.10.2017	Hochplatten-Berglauf, Vereinsmeistersch.	4,6km - 550 Hm	<a href="http://www.hochplatten-berglauf.de/">www.hochplatten-berglauf.de/</a>

**Termine Triathlon** Ansprechpartner: Kirsten Stark 08631/8696, Mail: [trisport.kirsten@web.de](mailto:trisport.kirsten@web.de)

01.-03.09.17	Austria Triathlon Podersdorf (A), <a href="http://www.austria-triathlon.at">www.austria-triathlon.at</a>
03.09.2017	Challenge Walchsee-Kaiserwinkl (A), European Championship Half Distance, <a href="http://www.challenge-walchsee.at">www.challenge-walchsee.at</a>
03.09.2017	ITU Powerman, Long Distance Duathlon World Championships Zofingen (CH), <a href="http://www.powerman.ch">www.powerman.ch</a> Teilnehmerin: Dr. Katrin Esefeld
03.09.2017	Waginger See Triathlon, <a href="http://www.waginger-see-triathlon.de">www.waginger-see-triathlon.de</a>
09.09.2017	Tri Islands, <a href="http://www.redbull.com">www.redbull.com</a>
23.09.2017	Ironman Italy Emilia-Romagna, <a href="http://m.eu.ironman.com">m.eu.ironman.com</a>
14.10.2017	Ironman World Championship Kailua-Kona/Hawaii (USA), <a href="http://www.ironman.com">www.ironman.com</a> . Teilnehmerin: Dr. Katrin Esefeld

Gratulation an Dr. Katrin Esefeld für den ersten Platz in der AK 35 beim Ironman in Zürich, womit sie sich für die Ironman Weltmeisterschaft auf Hawaii qualifiziert hat.

Schwimmtraining Dienstags ab Hallenbadsaison:

<b>Dienstag</b>	Schwimmtraining für Triathlonkinder, Gruppe 1, bei Oliver Maier	16:30-17:30 Uhr
<b>Dienstag</b>	Schwimmtraining für Triathlonkinder, Gruppe 2, bei Oliver Maier	17:30-18:30 Uhr
<b>Dienstag</b>	Schwimmtraining für Erwachsene Triathloneinsteiger bei Oliver Maier	18:30-19:30 Uhr
<b>Dienstag</b>	Schwimmtraining für fortgeschrittene Triathleten bei Gerhard Sperber	19:30-20:45 Uhr

**Walker/Nordic-Walking** Ansprechpartnerin: Hedi Fechner 08631/13301, @: [hedifech@gmail.com](mailto:hedifech@gmail.com)

**Für den Walker-Cup 2017 gibt es in den Monaten September und Oktober folgende Termine:**

**Vorgegebene Walkercup-Termine (erhöhte Punktwertung):**

16./17.09.17	DVV-Wanderung Steinhöring, 5/10/20 km	
21.-23.09.17	WanderWM in Filzmoos(A) (Vereinsausflug) 6 - 42 km	Marathonmöglichkeit
23./24.09.17	DVV-Wanderung Eggkofen, 5/10/20 km	
01.10.2017	DVV-Wanderung Altötting, 5/10 km	
14./15.10.17	DVV-Wanderung Gangkofen, 5/10 km	
22.10.2017	DVV-Wanderung Traunreut, 5/10 km	

**Weitere Walkingtermine (einfache Punktwertung):**

02.09.2017	DVV-Wanderung der Warngau-Watschler in Holzkirchen, 6/11/20 km	
09./10.09.17	DVV-Wanderung in Eging am See, 6 und 11 km	
09.09.2017	Gemeindelauf Niedertaufkirchen, 6,2 km	<a href="http://www.skiclub-ntk.de/html/gemeindelauf.html">www.skiclub-ntk.de/html/gemeindelauf.html</a>
09.09.2017	freeandout Ampfing, 7/14/21 km	<a href="http://freeandout.de/downloads/freeandout2017-1.pdf">http://freeandout.de/downloads/freeandout2017-1.pdf</a>
16.09.2017	DVV-Wanderung Bad Griesbach, 5/12/21/42 km	Marathonmöglichkeit
16.09.2017	Bayer. Bäderlauf, Bad Feilnbach, 10 km walken	<a href="http://www.baederlauf.de/ausschreibung.html">www.baederlauf.de/ausschreibung.html</a>
03.10.2017	Rosenheimer City-Lauf 2,55 km walken	<a href="http://www.rosenheimer-citylauf.de/ausschreibung.html">www.rosenheimer-citylauf.de/ausschreibung.html</a>
08.10.2017	Salzach-Brückenlauf, Burghausen, 5,5 km	<a href="http://www.salzach-brueckenlauf.de">www.salzach-brueckenlauf.de</a>

**Vereinsmeisterschaft der Walker/NordicWalker**

17.09.2017	Walken beim OMV-Halbmarathon in Altötting, 6 km	<a href="http://www.halbmarathon.de/ausschreibungen/6-km-lauf">www.halbmarathon.de/ausschreibungen/6-km-lauf</a>
------------	---	--

**Stammtisch:**

12.09.2017	Stammtisch, 20.00 Uhr, Kreuzerwirt
10.10.2017	Stammtisch, 20.00 Uhr, Kreuzerwirt

**Rennrad** Ansprechpartner: Dieter Höllinger; E-Mail: [dieter.hoellinger@web.de](mailto:dieter.hoellinger@web.de)

10.09.2017	Eddy Merckx Classic Radmarathon, Fuschlsee (A)
22.09.2017	Cappuccino Tour. Von Mühldorf nach Riva (Gardasee) an einem Tag. Bereits ausgebucht!
07.10.2017	Abschlussfahrt Rennrad je nach Wetter.

**Fit for Kids**

„Fit for Kids“ startet wieder am Montag, den 2. Oktober um 16:30 Uhr in der Turnhalle der Grundschule Mettenheim.

Herzlich Willkommen sind alle Kinder ab der 1. Klasse, die gern alles ausprobieren, was die Halle so hergibt.

Wir freuen uns auf Euch! Karin und Isabella

**Eltern-Kind-Turnen**

„Eltern-Kind-Turnen“ startet wieder am Donnerstag, 14. September um 16:00 Uhr in der Turnhalle der Grundschule Mettenheim.

Kinder – die gerade das Laufen gelernt haben und alle Anderen bis 3 Jahre – und natürlich ein Erziehungsberechtigter

turnen hier gemeinsam mit kleinen Geräten, mit Musik und mit Bewegungsparcours. Ein großer Spaß!

**Kinderturnen**

„Kinderturnen“ beginnt wieder am Donnerstag, den 14. September um 17:00 Uhr in der Turnhalle der Grundschule Mettenheim.

Alle Kinder von 4- 5 Jahren sind hier richtig zum Klettern, Laufen, Springen, Spielen usw. Ich freue mich auf Euch .... Eure Petra

