



Herausgeber:  
Lauf-und Gymnastiktreff Mettenheim e.V.  
Fichtenring 4  
84562 Mettenheim  
www.LGMettenheim.de  
LGMettenheim@LGMettenheim.de  
Für d. Inhalt verantwortlich: Karl Bruckbauer  
Erscheint zweimonatlich

# LG INFO

## Januar/Februar 2018

### Herzlichen Glückwunsch

zum Geburtstag:

<b>10 Jahre</b>	Mühlbacher Kilian	21.01.
	Mareyen Sarah	04.02.
	Rebitzer David	28.02.
<b>20 Jahre</b>	Klingl Tobias	20.01.
	Schober Nadine	14.02.
<b>40 Jahre</b>	Riha Eva	13.02.
<b>50 Jahre</b>	Swoboda Claudia	16.01.
	Haselbeck Robert	01.02.
<b>60 Jahre</b>	Kowaltschuk Walter	04.01.
	Mitter-Mang Franz	19.01.
	Schechtl Peter	14.02.

### Herzlich willkommen

die neuen Mitglieder:

Dünnwald	Tobias	Zangberg
Eder	Jürgen	Töging
Eder	Fabian	Töging
Eder	Katja	Töging
Frauendienst	Fiona	Mettenheim-Hart
Frauendienst	Lukas	Mettenheim-Hart
Fulir	Fiona	Mettenheim-Hart
Gündogdu	Gülcan	Mettenheim-Hart
Kretschko	Christiane	Mettenheim-Hart
Kretschko	Helmut	Mettenheim-Hart
Leitl	Elias	Mettenheim-Hart
Matzinger	Alexander	Mettenheim-Hart
Matzinger	Theresia	Mettenheim-Hart
Matzinger	Emelie	Mettenheim-Hart
Matzinger	Sophia	Mettenheim-Hart
Rudolf	Luca	Heldenstein
Sax	Selina	Mettenheim-Hart
Schilder	Jule	Mettenheim-Hart
Wltschek	Andreas	Aschau

Die Vorstandschaft des LG Mettenheim wünscht euch ein sportliches und verletzungsfreies Jahr 2018. Viel Spaß bei allen Unternehmungen.

### Laufen

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

Der Dienstagslauftreff trifft sich ab 2018 wegen der Parkplatzsituation an der Mittelschule Mühldorf (anstelle Sparkasse)

<b>30.12.2017</b>	Silvester Lauffest - Gemeinsames Laufen zum Jahresausklang - Mettenheim MZH 15.00 Uhr	
<b>31.12.2017</b>	Silvesterlauf Oberndorf	<a href="http://www.sv-oberndorf.de/verein/kiebitz/1315-kiebitz-202">www.sv-oberndorf.de/verein/kiebitz/1315-kiebitz-202</a>
<b>31.12.2017</b>	Mangfall Silvesterlauf Kolbermoor	<a href="http://www.mangfall-lauf.de">www.mangfall-lauf.de</a>
<b>31.12.2017</b>	MRRC Silvesterlauf München	<a href="http://www.silvesterlauf-muenchen.de">www.silvesterlauf-muenchen.de</a>
<b>31.12.2017</b>	Silvesterlauf Duttendorf, Hochburg-Ach (A)	<a href="http://www.sepl-lauf.at/">www.sepl-lauf.at/</a>
<b>01.01.2018</b>	Neujahrslauf München	<a href="http://www.neujahrslauf-muenchen.de">www.neujahrslauf-muenchen.de</a>
<b>07.01.2018</b>	Winterlaufserie München Teil 2	<a href="http://www.laufwinter.de">www.laufwinter.de</a>
<b>14.01.2018</b>	Winterlaufserie Ismaning Teil 2	<a href="http://www.winterlaufserie.net">www.winterlaufserie.net</a>
<b>19.01.2018</b>	Läuferfest für alle Aktiven und Interessierten, 19:00 Uhr beim Kreuzerwirt, Mettenheim	
<b>27.01.2018</b>	Crosslauf Waldkraiburg	<a href="http://www.crosslauf-is.de">www.crosslauf-is.de</a>
<b>04.02.2018</b>	Johannesbad-Marathon, Bad Füssing	<a href="http://www.thermen-marathon.de">www.thermen-marathon.de</a>
<b>11.02.2018</b>	Winterlaufserie München Teil 3	<a href="http://www.laufwinter.de">www.laufwinter.de</a>
<b>24.02.2018</b>	Chiemgau Thermen-Crosslauf Bad Endorf	<a href="http://www.bt-endorf.de">www.bt-endorf.de</a>
<b>25.02.2018</b>	Winterlaufserie Ismaning Teil 3	<a href="http://leichtathletik.tsv-ismaning.de">leichtathletik.tsv-ismaning.de</a>

Läufer-Stammtisch am Dienstag, 20. Februar im "Cafe am Inn" (früher "Cafe Seinerzeit"). Januar entfällt.

### Berglauf

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

<b>06.01.2018</b>	Hinterstoder (A); 2750m und 750Hm.	<a href="http://www.verticalup.at">www.verticalup.at</a>
<b>20.01.2018</b>	Val Garden Gröden (I); 3446m und 839Hm.	<a href="http://www.verticalup.at">www.verticalup.at</a>
<b>27.01.2018</b>	Madonna di Campiglio (I); 4000m und 900Hm.	<a href="http://www.verticalup.at">www.verticalup.at</a>
<b>17.02.2018</b>	Feldberg 1800m, 450 HM	<a href="http://www.verticalup.at">www.verticalup.at</a>
<b>24.02.2018</b>	Kitzbühel (A); 3312m und 860Hm.	<a href="http://www.verticalup.at">www.verticalup.at</a>

### Läuferfest

Am Freitag, den 19.01.2018 findet um 19.00 Uhr in Mettenheim beim Kreuzerwirt unser Läuferfest mit dem Rückblick auf das Laufjahr 2017 statt. Dazu möchten wir alle Vereinsmitglieder recht herzlich einladen. Unter anderem wollen wir unsere Vereinsmeister, Laufcupsieger, Laufjubilare, Bergläufer und Marathonis/Ultraläufer ehren.

Jedes LG-Mitglied erhält einen Essensgutschein in Höhe von € 10.

Auf einen vergnüglichen Abend mit euch freut sich das Organisatorenteam.

### Mitgliedsbeitrag-Einzug

Zum 01. Februar bucht unsere Kassiererin Sandra die Mitgliedsbeiträge für das Jahr 2018 ab. Falsche Bankverbindungen führen zu kostenpflichtigen Rückbuchungen. Bitte Bankverbindung prüfen und Änderungen bis 15. Januar melden an [Igmettenheim@Igmettenheim.de](mailto:Igmettenheim@Igmettenheim.de)

## **Walker/Nordic-Walking**

Ansprechpartnerin: Hedi Fechner 08631/13301, @: hedifech@gmail.com

### **Für den Walker-Cup 2018 gibt es in den Monaten Januar und Februar folgende Termine:**

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

**06.01.2018** DVV-Waging, geführte Tageswanderung, 5/10 km  
www.dvv-wandern.de/files/documents/ausschreibungen\_wandertage/mob/2018/gtw\_janundfeb2018\_waging.pdf

**04.02.2018** Longwalk

**18.02.2018** Longwalk

#### **Weitere Walkingtermine (einfache Punktwertung):**

**13./14.01.2018** DVV Haspelmoor, 6/11/21 km www.dvv-wandern.de/regionales-angebot/muenchen-oberbayern.html

**27./28.01.2018** DVV Mengkofen

**28.01.2018** DVV "Winterwanderung an der Isar" 10 km

**03.02.2018** DVV geführte Wanderung München, 6/11 km www.dvv-wandern.de/regionales-angebot/muenchen

**10./11.02.2018** IVV-Wandertage in Kufstein 5/10 km www.s-mayr.at/IVV-Termine.html

**17./18.02.2018** DVV-Wanderung Ingolstadt, 6/11/21 km

**18.02.2018** DVV-Waging, geführte Tageswanderung, 5/10 km

www.dvv-wandern.de/files/documents/ausschreibungen\_wandertage/mob/2018/gtw\_janundfeb2018\_waging.pdf

**24./25.02.2018** DVV-Wanderung Kelheim, 5/10 km

Stammtisch beim Kreuzer Wirt um 20.00 Uhr am 9. Januar und am 13. Februar (Faschingsdienstag).

## **Trainingslager Rad/Laufen/Schwimmen**

Die Triathlonabteilung bietet wieder ein Trainingslager in Italien in Garda (Gardasee) vom 18.5.2018 - 25.5.2018 an. In der Ferienanlage gibt es ein 50m Schwimmbecken und Laufeinheiten sind auf welligem, aber schönem Gelände möglich. Obwohl der Gardasee ein Eldorado für MTB-Fahrer ist, gibt es tolle Routen fürs Rennrad.

Bis 31.12.2017 gibts eine Ermäßigung von 10%. Bei Interesse

bitte bei Angelika Fröhlich, geli.froehlich@gmx.de, Tel-Nr. 08631/91642 oder Handy-Nr. 0157 58721350 melden.

## **LG Vereinsmeisterschaften Termine 2018**

**06.05.2018** Sprinttriathlon Braunau. Anmeldung bereits möglich

**24.06.2018** Mitteldistanz Chiemsee. Anmeldung bereits möglich

**15.07.2018** Kurzdistanz Karlsfeld (Angaben folgen)

## **Einladung zur Jahreshauptversammlung des LG Mettenheim e.V.**

Termin: Freitag, 16. Februar 2018 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. Anträge
9. Verschiedenes

Anträge für die Mitgliederversammlung müssen bis 09.02.2018 schriftlich bei der Vorstandschaft eingereicht werden.

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

## **Lauf10!**

<http://www.BR.de>

Ansprechpartner: Sandra Klozik; 08631/161384; s.klozik@t-online.de

Diese großartige Aktion startet am 30. April. "Gelaufen und gewalkt" wird Mo und Mi jeweils um 18.30 Uhr

Interessierte Laufbegleiter melden sich bitte bei Sandra bis 5. Januar.

## **Lauf-Meisterschaften und Lauf-Startpässe**

Unser Ansprechpartner im Verein: Tom Nagelsdiek; Mail: bones.tom@gmx.de

An- und Abmelden von Lauf-Startpässen

Anmelden zu Bayerischen Meisterschaften und höher.

## **31. Mettenheimer Alleelauf 10. Juni 2018**

Die Vorbereitungen laufen bereits auf Hochtouren. Momentan erstellt Ludwig Tischler in Zusammenarbeit mit dem Oberbayerischen Volksblatt die Alleelaufausschreibung. Redaktionsschluss ist am 11. Januar, anschließend Druck.

Bitte meldet mögliche Inserenten in der Alleelaufzeitung unter: [lgmettenheim@lgmettenheim.de](mailto:lgmettenheim@lgmettenheim.de)

Die Ausschreibung hat eine Auflage von 38 000 Stück. Sie wird im Landkreis Mühldorf, den anschl. Gemeinden Tüssling, Teising, Töging sowie Wasserburg und Prien verteilt. Bei diversen Läufen können wir 3000 Stück verteilen. Bitte den Bedarf bei Tom Nagelsdiek melden.

Beim Alleelauf werden die **Bayerischen Meisterschaften im 10km Strassenlauf** ausgerichtet und ist wieder in den Grenzlandlauf integriert.