



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

LG INFO

Mai/Juni 2019

Herzlichen Glückwunsch		Herzlich willkommen
zum Geburtstag		die neuen Mitglieder
10 Jahre	Leubner Florian	Bitzer Sophie
	Eicher Maximilian	Degenhardt Jonathan
	Resch Simon	Eder Mia
	Sinnhuber Christian	Hartinger Tobias
	Michel Lucas	Hilger Selina
	Braun Emily Sophie	Köhl Darian
	Dünnwald Tobias	Kornstädt Matthias
20 Jahre	Zehethofer Markus	Lohr Christian
	Zelger Sebastian	Lohr Martin
	Eckert Simon	Müller Alexander
	Scharf Yannik	Rost Lorenz
30 Jahre	Gens Bahattin	Scheidhammer Max
50 Jahre	Erber Christa	Schulze Sedrik
	Kolm Iris	Strobl Tina
	Dachsberger Uwe	
60 Jahre	Lechertshuber Doris	
	Landenhammer Josef	
70 Jahre	Kaulertz Irene	
	Werbelow Elke	

Liebe Mitglieder des LG Mettenheim,
 am 19. Mai 2019 findet der 32. Mettenheimer
 Alleelauf statt, zu dem ihr alle als Läufer,
 Helfer oder Zuschauer herzlich eingeladen
 seid.

>Es wäre schön, wenn wir als Ausrichter die
 teilnehmerstärkste Gruppe bilden.

>Nur mit eurer Mithilfe können wir eine
 derartige Sportveranstaltung bewältigen.

>Und noch etwas ganz Wichtiges: Die Läufer
 freuen sich besonders über eure
 mitgebrachten Kuchen oder Gebäck.

Herzlichen Dank an die fleißigen
 Kuchenbäcker!

Laufen		
	Ansprechpartnerin Maria Fottner 08631 166603 @: otto-maria-fottner@kabelmail.de	
04.05.2019	odlo-Halbmarathon Ingolstadt	http://www.halbmarathon-ingolstadt.net
04.05.2019	Ruhstorfer Marktlauf Grenzlandlauf	http://www.laruhstorf.de
04.05.2019	Inndamm Lauf, Raubling	www.inndammlauf.com/events
05.05.2019	Wings for Live World Run - Benefizlauf , München	www.wingsforlifeworldrun.com/de/de/
05.05.2019	Wasserburger Benefiz Lauf	http://www.wasserburgerlauf.de
11.05.2019	Hausruck Challenge (A)	http://lc-hausruck.at/joomla/index.php/hausruckchallenge
12.05.2019	HM Traunstein	www.traunsteiner-halbmarathon.de
15.05.2019	Abendsportfest des SV Pocking	www.svp-la.de/event/1-abendsportfest-2018/
19.05.2019	Mettenheimer Alleelauf - Grenzlandlaufcup	www.alleelauf.de
31.05.2019	Ruhpolding Meile	www.meile.sv-ruhpoling.de
07.06.2019	Pfingstmeeting des SV Pocking	www.svp-la.de/event/02-06-2017-23-pfingstmeeting/
14.06.2019	2er-Team Stundenlauf - Grenzland-Laufcup; Ried (A)	http://teamstundenlauf.lg-innviertel.at/index.php?id=96
22.06.2019	Lettngaudi - DRECKIG WER`N FÜR EINEN GUTEN ZWECK	www.eventbrite.de/e/lettngaudi-2019-tickets-43603307667
23.06.2019	Altöttinger Intersport Siebzehnrübl Dultlauf	http://leichtathletik.tv-altoetting.de/
30.06.2019	Subener Lindetwaldlauf - 5. Lauf Grenzland-Laufcup (A)	www.gelaendelauf.at
30.06.2019	Stadtlauf München	mein.sportscheck.com/sport/laufsport/events/stadtlauf_muenchen

Läufer-Stammtisch jeweils am 3. Dienstag des Monats im "Cafe Seinerzeit" (21.5. + 18.6.)

Walker/Nordic-Walking Ansprechpartnerin: Hedi Fechner 08631 13301, @: hedifech@gmail.com

Für den Walker-Cup 2019 gibt es in den Monaten Mai und Juni folgende Termine:

Vorgegebene Walkercup-Termine (erhöhte Punktwertung):

11.05.2019 16. Rottaler Nordic Walking Volksmarathon, Bad Griesbach, 5/12/21/42 km

26.05.2019 IVV Wandertag St. Roman, 5/10/20 km

08./09.06.19 DVV Wandertag Taufkirchen, 6/10/20 km

16.06.2019 DVV Wandertag Waging, 5/10 km

Weitere Walkingtermine (einfache Punktwertung):

19.05.2019 **32. Alleelauf Mettenheim, 5 km**

25.05.2019 5. Deutsche Meisterschaft im Nordic Walking, Roding, 10 km

26.05.2019 1. Europe-Cup Challenge Trophy, Roding 10km

23.06.2019 IVV-Wandertag in Ramsau am Dachstein, 6/12/20/42 km

30.06.2019 DVV Wandertag München, 5/10/20 km

Stammtisch

Der Stammtisch im Mai entfällt!!! Walkinginfos werden per Email zugesandt

11.06.2019 Stammtisch, 20.00 Uhr, Gasthaus Bastei Mühldorf

Dua/Triathlon

Leiterin Kirsten Stark, Tel.: 08631 8696, Mail: kirsten.stark@googlemail.com

Im Mühldorfer Freibad findet Dienstags von 16:30 bis 18:00 Uhr in 2 Gruppen Schwimm- und Lauftraining für Kinder statt. Auskünfte erteilt Andreas Schönhuber unter 0174 2020851. In den Ferien entfällt das Training.

- 05.05.2019** Vereinsmeistersch. Triathlon Sprintdistanz (0,6 km S - 29 km R - 6 km L) Braunau (A), www.tribraunau.com
Fotografen und Zuschauer erwünscht!
- 05.05.2019** **Bayerische und Oberbayerische Meisterschaft Duathlon Kurzdistanz (10 km L - 42 km R - 5 km L)**
und Volksduathlon (5 km L - 21 km R - 4 km L) in Planegg-Krailling, www.tv-planegg-krailling.de
- 18.05.2019** triathlon.de-Cup, verschiedene Distanzen in Oberschleißheim, www.events.triathlon.de
- 26.05.2019** Ironman 70.3 St. Pölten (A), www.ironmanstpoelten.com
- 31.05.-02.06.19 Trimotion, verschiedene Distanzen in Saalfelden (A), www.trimotion.at
- 01.06.2019** Linztriathlon Halbiron Distanz (A) (1,9 km S - 90 km R - 21,1 km L) und Olympische Distanz (0,9 km S - 45 km R - 10,5 km L) und Sprintdistanz (0,75 km S - 25 km R - 5 km L), www.linztriathlon.at
- 01.06.2019** Triathlon Kirchbichl (A), verschiedene Distanzen, www.triathlon-kirchbichl.at
- 02.06.2019** Tölzer Triathlon Olympische Distanz (1,5 km S - 40 km R - 10 km L) und Volksdistanz (0,5 km S - 24 km R - 5 km L), www.wsv-toelz.de
- 02.06.2019** Challenge WM Mitteldistanz in Samorin/ Slowakei (SVR), www.thechampionship.de
- 14.-16.06.19 Wörthersee Triathlon (A), verschiedene Distanzen in Klagenfurt, www.woerthersee-triathlon.at
- 15./16.06.2019 Wolfgangsee Challenge (A), verschiedene Distanzen, www.wolfgangseechallenge.at
- 16.06.2019** Bayerische Meisterschaft Triathlon Mitteldistanz (2,1 km S - 80 km R - 20 km L) und Kurzdistanz (1,4 km S - 40 km R - 10 km L) und Volksdistanz (0,4 km S - 20 km R - 5 km L) in Lauingen, www.triathlon.tvl.de
- 21.06.2019** Rabendener Triathlon (0,6 km S - 25 km R - 4,5 km L), www.tsv-altenmarkt.de
- 23.06.2019** Bayerische Meisterschaft Triathlon Olympische Distanz (1,5 km S - 41,5 km R - 10 km L) und Volksdistanz (0,4 km S - 20 km R - 5,2 km L) und KidsTri, JugendTri in Erding, www.stadttriathlon-erding.de
- 29.06.2019** Chiemsee Triathlon Volksdistanz (0,5 km S - 20 km R - 5 km L), www.wechselszene.com
- 30.06.2019** **Vereinsmeisterschaft Triathlon Mitteldistanz (2 km S - 80 km R - 20 km L) und Kurzdistanz**
(1,5 km S - 40 km R - 10 km L) in Chieming, www.wechselszene.com Fotografen und Zuschauer erwünscht!

Vorschau:

14.07.2019 **VM Triathlon Kurzdistanz** (1,5 km S - 46 km R - 10 km L) in Karlsfeld, www.karlsfelder-triathlon.org
Das von der Rad-, Walking- und Dua-/ Triathlonabteilung durchgeführte Herbstfest für alle Vereinsmitglieder findet am Freitag, 22.11.2019 ab 18:30 Uhr beim Kreuzerwirt in Mettenheim statt.

Berglauf: Leitung: Fam.Tischler 08631 162329, Mail: viertischler@web.de

- | | | | |
|----------------------|--|-------------------|--|
| 11.05.2019 | Chiemgau Trail Run, Marquartstein | mehrere Distanzen | www.chiemgau-trail-run.de |
| 19.05.2019 | Hochgernlauf | 7,5km - 905Hm | www.hochgernlauf.de |
| 19.05.2019 | Muttersberglauf, Bludenz (A) | 7,5km - 840Hm | www.berglaufteam.com/ |
| 25.05.2019 | Hundseck Berglauf; Bühlertal-Baden | 9,5Km - 776Hm | http://tv-buehlertal.de/ |
| 25.05.2019 | Stoißeralm Berglauf | 7,0 km - 670Hm | www.sc-anger.de |
| 26.05.2019 | Schafberglauf St.Wolfgang (A) | 5,8km - 1240Hm | www.schafbergbahn.at |
| 31.05.-02.06. | Hochkönigman Maria Alm (A) | mehrere Distanzen | www.hochkoenigman.at/ |
| 16.06.2019 | Katrinberglauf Bad Ischl (A) | 4,5km - 943Hm | www.katrinberglauf.at |
| 14.-16.06.19 | Zugspitz - Ultratrail | mehrere Distanzen | http://zugspitz-ultratrail.com/ |
| 28.06.2019 | Högl-Berglauf, Ainring | 3,9km - 320Hm | www.sc-ainring.de |
| 29.06.2019 | Stubai Ultra Trail (A) | mehrere Distanzen | www.stubai.at/ultratrail |
| 29.06.2019 | Tölzer Blomberglauf | 5,4 km - 520Hm | www.skiclub-toelz.de/blomberglauf |
| 30.06.2019 | Mountain Run Seefeld (A) | 7,0km - 1040Hm | www.mountainrun-seefeld.at |
| 30.06.2019 | Osterfelder Berglauf, Garmisch-Partenkirch | 11,9km - 1297Hm | www.osterfelder-berglauf.de |

Rad: Ansprechpartner: German Hötzing Tel.: 08636 698769 @: german.zep@gmx.de

Mai - August Radtraining Erwachsene (MTB), **18:30** Kindergarten Mettenheim

Mittwochs, 17:00 Uhr Kinder und Jugendliche MTB Training (Lauffreffparkplatz)

- 01.05.2019** Pölz-Cup Prien/Bernau; Trial
- 04.05.2019** Pölz-Cup Mettenheim/Ecksberg; Cross Country; mit Vereinsmeisterschaft und Kreismeisterschaft MTB!
- 24.05.2019** Pölz-Cup Töging; Bergsprint
- 25.05.2019** Pölz-Cup Waldkraiburg; Cross Country

Rennrad: Ansprechpartner: Dieter Höllinger; E-Mail: dieter.hoellinger@web.de

Mittwochs, 18:30 Uhr Rennrad Training

Rennrad-Tour Vogesen in Frankreich; **20. bis 23.06.2019**

Vorankündigung

01.07.2019 Bergkönig LG Mettenheim; Vereinsmeisterschaft ; Treffpunkt 18:00 Kindergarten

MTB: Ansprechpartner: Harry Sigl, 08631 3840425 oder harald.sigl@freenet.de

4.5.-14.5.19 TransSizilien-Tour, schwere MTB-Tour (ausgebucht)

21.6.-23.6.19 **Alpenrundtour**, Gruppe 1, leichte 2 1/2 tägige Rundtour in der Gegend um Zell am See (Harry)

28.6.-30.6.19 **Alpenrundtour**, Gruppe 2, leichte 2 1/2 tägige Rundtour in der Gegend um Zell am See (Rita und Karl)

Juni 2019 **Vorbereitungstour** zur TransAlp 1600, mittelschwere Tour(en) mit 1400 – 1600 Hm,
genauer Termin wird noch bekannt gegeben!

Erstattung der Startgebühr für Kinder und Jugendliche bis EUR 200,00 pro Jahr

Beziehungsberechtigte setzen sich bitte mit Sandra Klozik in Verbindung. Mail: S.Klozik@t-online.de

Verkauf Laufbekleidung

Ansprechpartnerin: Gerti Schwarze 0151 10779667, Mail: gertraudschwarze@gmx.de

Achtung! Zusatztermin: 18. Mai 2019 von 15 - 17 Uhr (in der übrigen Zeit bitte Termin vereinbaren)

Laufjacken für Damen und Herren; EUR 32,50

Laufhose (Radler) für Damen und Herren; EUR 17,50

T-Shirt für Damen und Herren; EUR 15,00

Knietight (3/4 Hose) für Damen und Herren; EUR 20,00

Singlet für Damen und Herren; EUR 12,50

Longtight für Damen und Herren; EUR 25,00

32. Mettenheimer Alleelauf

Ansprechpartner: K. Bruckbauer 0151 25837521

<http://www.lg-mettenheim.de/modules.php?name=Ausschreibung>

<http://www.alleelauf.de/modules.php?name=anmelden>

Wir bitten wieder um Mithilfe aller Vereinsmitglieder bei dieser großen Veranstaltung.

Meldet euch bitte bei den zuständigen Bereichsleitern oder bei Karl Bruckbauer.

Ablauf:

Samstag, **18. Mai 2019** 15 - 17 Uhr Laufbekleidungsverkauf

Samstag, **18. Mai 2019**

Vorbereitungsarbeiten Startunterlagen, Außenbereich, etc.

Sonntag, **19. Mai 2019** ab 06.00 Uhr

Letzte Vorbereitungen

Sonntag, **19. Mai 2019** 09.00 Uhr

10 km Sparkassen-Aktivlauf mit Oberbayerische Meisterschaften

Sonntag, **19. Mai 2019** 10.30 Uhr

5 km AOK-Fitnesslauf mit Firmenwertung

Sonntag, **19. Mai 2019** 10.40 Uhr

5 km AOK-Walking/Nordicwalking

Sonntag, **19. Mai 2019** 11.45 Uhr

FTZ 1000m Schülerläufe

Sonntag, **19. Mai 2019** 12.25 Uhr

FTZ 500m Kinderläufe

Sonntag, **19. Mai 2019** 19.00 Uhr

Läufergottesdienst für verstorbene Mitglieder, Pfarrkirche Mettenheim

Nach den Wettbewerben und Siegerehrungen, gemeinsames Aufräumen und Reinigen.

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

Vorgabe der Behörden: Bitte die Zutatenliste oder eine Kopie des Rezeptes beilegen!

Mitglieder, welche mitlaufen, bitte rechtzeitig unter www.alleelauf.de anmelden.

Zum Helferfest am Freitag, 24. Mai um 20.00 Uhr laden wir alle Helfer herzlich ein. Die Örtlichkeit wird rechtzeitig bekannt gegeben.

34. GENERALI MÜNCHEN MARATHON

Am 13. Oktober 2019 findet der München-Marathon statt. Der LG Mettenheim ist wieder mit einer Verpflegungsstation

(Wasser, Elektrolytgetränk, Bananen etc.) vertreten, bei der 35 Personen zum Einsatz kommen. Außerdem werden

10 Streckenposten benötigt. Bitte melden unter Angabe der T-Shirtgröße (S, M, L, XL) bis spätestens 16. August 2019

bei Claudia Fladerer (0172/8863629 oder claudia.fladerer@web.de) oder Albert Reindl (0160/99839480

oder albert-reindl@t-online.de). Zur Anfahrt werden Fahrgemeinschaften gebildet. Jeder Helfer bekommt auch in diesem

Jahr eine Helferbekleidung. **Mitmachen und Dabeisein!!**