

Sport-Palette



Vereinsnachrichten der Schwimm- und Sportfreunde Bonn 1905 e.V.

Ausgabe 421 / März 2011



Laufend gesund

Die SSF Bonn bringen auf Trab

Unsere Druckerei
finden Sie
im Gewerbegebiet
Justus-v.-Liebig-Straße/
Bunsenstraße

Stil bewahren.
Schönheit entdecken.
Ausgewähltes schenken.

Wer Papier und Schreibkultur mag,
wer schöne Stifte schätzt oder
exklusive Geschenke sucht,
der ist in unserem Fachgeschäft
im Bonner Zentrum genau richtig.

Wer Drucksachen von höchster
Qualität schätzt oder einfach das
Besondere für ein Familienereignis
sucht, der ist in unserer Druckerei
im Bonner Norden genau richtig.

JF. CARTHAUS
Papier und Schreibkultur

JF. Carthaus GmbH & Co. KG
Remigiusstraße 16 · Bonn-Innenstadt
carthaus.de

www.sparkasse-koelnbonn.de

Unsere Sportförderung:
Gut für den Sport vor Ort.
Gut für Köln und Bonn.



 **Sparkasse
KölnBonn**

Sport steht für Teamgeist, Leistungsbereitschaft und Fairness. Er stärkt den Zusammenhalt und schafft Vorbilder. Ein breites Sportangebot ist wichtig für die Menschen und macht unsere Region lebenswert und attraktiv. Deshalb unterstützt die Sparkasse KölnBonn den Sport und sorgt für die notwendigen Rahmenbedingungen in der Nachwuchsförderung, im Breiten- und im Spitzensport. Mit unseren jährlichen Zuwendungen zählen wir zu den größten nichtstaatlichen Sportförderern in Köln und Bonn.
Sparkasse. Gut für Köln und Bonn.

Inhalt

	Seite
Inhalt, Impressum	3
Aktuelles, Editorial	4 – 5
Vereinsnachrichten	6 – 11



Aus den Abteilungen	Seite
Jugend	12
Tauchen	13
Schwimmen	14 – 16
Badminton	17
Kyudo	19
Judo	20
Ju-Jutsu	21
Karate	21
Triathlon	22 – 23
Tischtennis	23
Moderner Fünfkampf	24
Floorball (Unihockey)	25



Impressum

Sport-Palette, Vereinsnachrichten der Schwimm- und Sportfreunde Bonn 1905 e.V.

Herausgeber: Schwimm- und Sportfreunde Bonn 1905 e.V.

Redaktion:

Geschäftsstelle der Schwimm- und Sportfreunde Bonn 1905 e.V., Susanne Laux

Redaktionsanschrift:

SSF Bonn 1905 e.V., „Sport-Palette“, Kölnstr. 313 a, 53117 Bonn

e-mail: palette@ssf-bonn.de

Artikel, die mit Namen gekennzeichnet sind, geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Die Abteilungsseiten liegen in der Verantwortung der Abteilungen. Für unverlangte Einsendungen übernehmen Redaktion und Verein keine Verantwortung. Aufnahme in Online-Dienste und Internet sowie Verfielfältigung auf Datenträger wie CD-Rom, DVD etc. dürfen nur nach schriftlicher Zustimmung der Redaktion erfolgen.

Redaktionsschluss: 1. Februar, 1. Mai, 1. September und 1. November

Erscheinungsweise: 4 mal jährlich (März/Juni/Oktober/Dezember)

Herstellung: Schwimm- und Sportfreunde Bonn 1905 e.V.

Satz/Layout: Schwimm- und Sportfreunde Bonn 1905 e.V., Beatrix Koller-Alan

Druck: J F. Carthaus GmbH & Co. KG, Druckerei, Bunsenstr. 4, 53121 Bonn

Papier: chlorfrei gebleicht

Sportangebote

	Seite
Offener Bewegungstreff	26 – 27
Kurse	28
Abteilungen	29

SSF-Info

30



Rotation in der Redaktion

Michael Stohldreyer ist der neue Ansprechpartner in Sachen Sport-Palette



Die SSF Bonn bringen Menschen in Bewegung, Bewegung aber gibt es auch in der Redaktion der Vereinszeitschrift. Künftig beispielsweise wird die Sport-Palette nur noch vier Mal im Jahr erscheinen: im März, im Juni und wie gewohnt im Oktober und im Dezember. Dadurch ändert sich natürlich auch der Redaktionsschluss, zu dem die Texte der Abteilungen bei der Redaktion eingetrudelt sein müssen: 1. Februar, 1. Mai, 1. September und 1. November sind die Termine, die sich die Pressewarte der Abteilungen jetzt merken müssen.

Wichtiger aber noch: Auch der Ansprechpartner in Sachen Vereinszeitschrift hat sich geändert. Zur nächsten Ausgabe (Mai 2011) wird Michael Stohldreyer als Nachfolger von Susanne Laux die Redaktion der Sport-Palette übernehmen; für Ihre Fragen und Anregungen ist er aber schon ab sofort unter der gewohnten E-Mail-Adresse **palette@ssf-bonn.de** sowie unter **michael.stohldreyer@ssf-bonn.de** erreichbar.

Mit der Planung, Entwicklung und Realisierung von Medienerzeugnissen kennt Michael Stohldreyer sich bestens aus: Genau das nämlich hat der 28-Jährige an der Universität Siegen studiert und setzt er in der Beta Klinik von Prof. Jürgen Reul seit 2008 auch in die Praxis um. Während des Studiums hat er u.a. für das Medienzentrum der Stadt Mülheim an der Ruhr gearbeitet, für die Westfälische Rundschau und die Lokalzeit Südwestfalen des WDR.

SSF-Termine

Sa, 12.03.2011	Tischtennis: SSF Bonn 1.Herren – TTG St. Augustin 2 (18.30 Uhr, Turnhalle Alte Jahnschule)
Sa, 12.03.2011	Bonner Swimathlon im Sportpark Nord (Swim & Run)
So, 13.03.2011	Leichtathletik: LVN-Schüler-Hallenmeisterschaften in Düsseldorf
Sa, 19.03.2011	Volleyball: SSF Fortuna Bonn – SG Langenfeld (20 Uhr, Tannenbusch)
Sa, 19.03.2011	Tischtennis: SSF Bonn 1.Damen – TTC Alfter (18.30 Uhr, Turnhalle Alte Jahnschule)
Di, 22.03.2011	Abteilungsversammlung Ju Jutsu (19 Uhr, Theodor-Litt-Schule)
Sa, 02.04.2011	Tischtennis: SSF Bonn 1. Damen – Fortuna Bonn 4 (18.30 Uhr, Turnhalle Alte Jahnschule)
02./03.04.2011	Frühlingsschwimmfest der SSF Bonn im Sportpark Nord
So, 03.04.2011	Volleyball: SSF Fortuna Bonn – FdG Herne (16 Uhr, SPN)
Sa, 09.04.2011	Tischtennis: SSF Bonn 1.Herren – Fortuna Bonn 3 (18.30 Uhr, Turnhalle Alte Jahnschule)
Sa, 09.04.2011	Volleyball: SSF Fortuna Bonn – VC FdG Olpe (17.30 Uhr, Hardtberghalle)
So, 10.04.2011	Antauchen der STA Glaukos
15.-22.04.2011	Ferienfreizeit der SSF Bonn auf Schloss Dankern
So, 08.05.2011	Leichtathletik: Kreismeisterschaften Blockwettkämpfe Schüler A,B in Bonn
Fr, 15.04.2011	Abteilungsversammlung STA Glaukos (19.30 Uhr, Bootshaus)
14./15.05.2011	Schwimmen: NRW-Jahrgangsmeyerschaften in Köln
Do, 19.05.2011	Gesamtvorstandssitzung (20.00 Uhr, Bootshaus)
31.05.-05.06.2011	Schwimmwoche des Deutschen Schwimmverbandes in Berlin

Redaktionsschluss für die nächste Sport-Palette ist der **1. Mai 2011**



Wir gratulieren unseren Mitgliedern zum runden Geburtstag ab 50

März

Andrea Kirsch
Eric Truchet
Almut Bunte
Peter Orth
Christa Schumacher
Heinz Reinders
Hans-Joachim Dehnbostel
Martina Schröter
Monika Hofmann
Christiane Landstorfer
Anton Rastl
Stephan Müller
Helga Teves
Helmut Bednarz
Marianne Teupen
Ingeborg Seipel
Erika Bungert
Christine Dehn
Elisabeth Klugmann
Matthias Werner
Elis Hallensleben
Petra Aigner
Leonie Becks
Hans Willi Bertram
Ruth Kossak
Aloys Lessenich
Hans Hennes
Andreas Pätz
Reimund Gans

Lorenz Karl-T. Osterhammel
Martina Neuhaus
Parivash Adami
Norbert Krause
Franz-Josef Scharitz
Friedy Deckers
Gerhild Merkel
Kurt Segtrop
Guenther Neuhaus
Ibrahim Uludag
Waltraud Franz
Heinz Göbel
Sybille Reichert
Ute Giers
Vasanthavakumary
Nadarajah
Martina Nellesen
Stefan Hussy
Erika Zwierlein
Cetin Sengonca
Albert Vey
Rosemarie Stricker
Hildegard Tschersich

April

Eckhart Neumann
Rolf Didjurgies
Barbara Noltensmeyer
Klaus Olek
Wilhelm Schüter
Jürgen Niephaus

Werner Freesen
Beate Geuß
Günter Kofferath
Christina Retzke
Susanne Sandten
Josef Müller
Brigitte Rieß
Gertrud Groß
Michael Wolff
Thomas Schwarz
Monika Frey
Anita Schütz
Richard Menzel
Peter Ropertz
Gerd Ackermann
Angelika Hau
Jochen Köster
Brigitte Sarwas
Gudrun Schmidt
Birgit Wilke
Erika Luenser
Hannelore Schnitzler
Waltraud Kemp
Rita Konertz
Uwe Hundertmark
Mechthild Conrad
Stephan Frede
Elzbieta Sukniewicz
Manfred Kremer
Andrea Beniers-Wiegert
Klaus Ignatzy
Dieter Marschner

Mai

Ursula Krömer
Hans Rudolf Gies
Hans Sutorius
Eckhard Hanke
Hannelore Nitsche
Katharina Seuser
Anne E. Gerkhausen
Doris Hausbrand
Barbara Konitzer
Frank Schönleiter
Brigitta Redling
Gisela Wuttke
Josef Bungartz
Berthold Büscher
Birgit Reichert
Anton Schmitz
Doris Wagner
Barbara Erdrich
Marianne Gehrmann
Peter Lürenbaum
Beate Pfeil-Bonnin
Matthias Schirmmacher
Christiane Theißen-Mueller
Doris Buchmann
Norbert Leipner
Jürgen Rothe
Heinz-Ralf Valerien
Barbara Heinemann

Bernd Kost
Hans-Guido Stürk
Eleonore Fußhoeller
Heinrich Dehn
Wolfgang Pude
Manfred Langenberger
Dirk Lehmann
Barbara Baues
Elisabeth Fassbender
Ghulam Nabi Osmani
Franz Eckstein
Inge Köster
Detlev Klautdt
Elisabeth Pohl
Helene Herzmann
Gunter Kleemann
Renate Bednarz
Helga Gruneberg - Lennier
Reimer Schwerdtfeger
Hilburg Karanis-Zingelmann
Susanne Laux
Hans-Joachim Schöneborn
Claudine Fenouillet
Irmtraud Flory
Werner Bröhl
Karl Weber

Packen wir's an!

Liebe Schwimm und Sportfreunde,

seit mehr als drei Monaten ist der neue Vorstand nun schon wieder im Amt und hat die Zuständigkeiten innerhalb des Gremiums wie auch die inhaltlichen Schwerpunkte für die nächsten zwei Jahre festgelegt. Breiten Raum wird weiterhin die wichtigste Sportstätte des Vereins einnehmen, der Sportpark Nord. Dieses „Gesamtprojekt“ umfasst viele einzelne Projekte – bekannte Themen wie die Modernisierung des Schwimmbades, die Modernisierung der kleinen Fechthalle, die Übernahme der Gastronomie und den Abschluss eines langfristigen Vertrages zwischen Stadt und Verein für den Sportpark Nord. Die jüngste Delegiertenversammlung (Seite 8) hat dem Vorstand für die weiteren Verhandlungen und Gespräche die notwendige Rücken-deckung gegeben. Hoffen wir gemeinsam darauf, dass wir jetzt möglichst bald zu Lösungen kommen!

Wachsamkeit ist auch beim Thema Vereinsfinanzen geboten – die schlechte Finanzlage des Landes und der Stadt kann dann Auswirkungen auf den Vereinshaushalt haben, wenn eingeplante Zuschüsse wegbrechen oder gar neue Belastungen beispielsweise in Form einer Nutzungs-gebühr für Sportstätten auf den Verein zukommen. Der Vorstand hat hierzu ein Maßnahmenpaket erlassen, das dafür sorgen soll, die Risiken für den Verein zu minimieren.

Neben diesen Themen, die das Vereinsgeschehen ja schon in den vergangenen Jahren dominiert haben, wird der Vorstand weitere Themen nicht nur auf den Weg, sondern auch zu einem Ergebnis bringen. Stichwort Leitbild

und Nachwuchssportprogramm. Implizit gibt es ein solches Leitbild seit den 1990er Jahren, explizit in Worte gefasst werden soll es noch bis zu diesem Herbst. Auch nach außen möchten wir deutlich machen, wofür der Verein steht und welchen Werten er sich verpflichtet fühlt (siehe Seite 7).

Auch das Thema Nachwuchssportkonzept wird bereits seit längerem im Vorstand diskutiert, Eckhard Hanke hatte hierzu ein Konzept ausgearbeitet. Die Statistik zeigt, dass der Verein gerade beim Übergang von der Grund- zur weiterführenden Schule (10., 11. und 12. Lebensjahr) viele seiner jungen Mitglieder verliert. Dazu tragen eine sich verändernde Schullandschaft und die wachsenden schulischen Anforderungen sicher bei, doch arbeiten auch wir im Verein in einem zu frühem Alter zu selektiv, setzen wir die vielseitige, abteilungs- und sportartübergreifende Ausbildung unserer Kinder nur unzureichend um. Erste Gespräche (auch mit den betroffenen Trainern und Übungsleitern) haben gezeigt, dass hier ein großer Handlungsbedarf besteht und das Sportprogramm verbessert werden muss. Ein erstes positives Zeichen hierfür ist die Kinder-Sport-Schule (KISS), die auf großes Interesse stößt und unter der Leitung von Ulla Meurer und Kersten Palmer seit Oktober 2010 jeden Samstag ihre Pforten öffnet. Von solchen positiven Beispielen brauchen wir mehr!

Eckhard Hanke





In eigener Sache:

Zur Sanierung im Sportpark Nord

Die von der Stadt geplanten Sanierungsmaßnahmen im Sportpark Nord sind ein Thema, das viele Vereinsmitglieder beunruhigt und verunsichert – nicht zuletzt, was Umfang und Dauer der Arbeiten angeht und ob das Schwimmbad im Sportpark Nord im Sommer überhaupt genutzt werden kann. Sicher ist, dass das Bad über einen längeren Zeitraum geschlossen werden muss als bei den Renovierungsarbeiten der vergangenen Jahre. Sofern es bei dem aktuellen Sachstand bleibt, ist das Bad vom 2. Mai bis Ende August geschlossen, doch wird die Stadt zumindest in einem Teil dieser Zeit das Frankenbad als Ausweichmöglichkeit zur Verfügung stellen. Außerdem können alle Mitglieder für die Zeit der Badschließung unseren Offenen Bewegungstreff und unsere beiden Fitnessstudios ohne Zusatzgebühr nutzen.

Sobald der Verein verlässliche Informationen erhält, wird er diese auch an die Mitglieder weitergeben, sei es über entsprechende Aushänge und die Internetseiten des Vereins (www.ssf-bonn.de) oder die SSF-Geschäftsstelle. Bis dahin bitten wir um Ihr Verständnis.

Ihre Maïke Schramm



Aschenbrenner Immobilien seit 1994

Verkauf, Vermietung und Finanzierung
von Wohn- und Gewerbeimmobilien

Detlef Aschenbrenner, Annaberger Str. 128, 53175 Bonn
Tel.: 0228-235364, mobil 0171-6923233, Fax: 0228-7488982
Aschenbrenner-Immobilien@web.de

Januar 2011

Hallo liebe SSF-Mitglieder,

ich suche ständig zum Verkauf und zur Vermietung:

**Wohnungen, Häuser,
Grundstücke und Gewerbeimmobilien.**

Für den Anbieter ist mein Service kostenlos!
Melden Sie sich bitte unverbindlich bei mir!

Zusätzlich biete ich Ihnen an:

20 % meiner Provision, die ich durch SSF-Mitglieder bekomme, d. h. durch Vermittlungsaufträge von Ihnen zur Vermarktung von Immobilien, **SPENDE** ich dem Verein.

Ihr Detlef Aschenbrenner

E-Mail: Aschenbrenner-Immobilien@web.de Fax: 0228 7488982 Tel.: 0228-235364*0171-6923233
Steuer-Nr.: 206/5007/2445

Kraxel- künstler

Neues Angebot im
Offenen Bewegungstreff:
Kinderklettern

Die beste Möglichkeit herauszufinden, dass Klettern Spaß macht, bietet sich Kindern ab 8 Jahren im Rahmen des Offenen Bewegungstreffs: Ab sofort, montags von 16.30 bis 18.00 Uhr, können Kinder und Jugendliche unter fachkundiger Anleitung dort zum Kraxelkünstler werden.

Im Vordergrund dieses Angebots steht der Spaß an der Bewegung, doch werden auch wichtige Grundlagen zum Sichern mit Gurt, Seil und Knoten vermittelt. Die Teilnehmer lernen das Klettern Schritt für Schritt und werden beim Klettern und gegenseitigen Sichern an ein verantwortungsbewusstes Handeln herangeführt. Zahlreiche Bewegungsformen des Kletterns schulen ideal die Koordination und Beweglichkeit.

Kosten: Die Einzelkarte kostet 5 Euro für Nichtmitglieder des Vereins (4 Euro für Mitglieder), der Preis für eine Zehnerkarte liegt bei 30 Euro für Nichtmitglieder (10 Euro für Mitglieder). Der Kartenverkauf erfolgt über die Geschäftsstelle und den Fitnessraum der SSF Bonn im Sportpark Nord, wo sich auch die Kletterwand befindet. Weitere Infos unter Telefon 0228/676868.

Strecken- kilometer mit Musik

Liebe Sportfreunde,

am Sonntag, dem 10. April 2011, geht der Deutsche Post-Marathon Bonn in seine 11. Auflage. Grund genug für die SSF Bonn, sich als größter Sportverein der Region erneut an dem Großsportereignis schlechthin zu beteiligen, einen Streckenkilometer zu betreuen und dort mit eigenem Stand, Moderation und Musik vertreten zu sein.

Um dies auch in diesem Jahr wieder so erfolgreich wie in den Jahren zuvor realisieren zu können, brauchen wir Ihre Hilfe. Sie kennen einen Läufer bzw. wollen den Marathon sowieso anschauen? Warum nicht als Streckenposten mit toller Bekleidung?

Für die Koordination des SSF-Einsatzes ist in diesem Jahr Lina van Zwielen verantwortlich. Wer Interesse hat, das Clubteam zu ergänzen, schreibt einfach eine kurze Nachricht an marathon@ssf-bonn.de – wir freuen uns auf eine rege Beteiligung.

Für weitere Fragen stehen wir Ihnen gerne auch telefonisch in der Geschäftsstelle zur Verfügung (0228/676868).

SPORTPRAXIS

BONN

- Sport-check-up
- Sportorthopädie
- Leistungsdiagnostik
- Tauchsportuntersuchung

Dr. Renate Haaß Dr. Martin Schmitt
Colmantstrasse 21 (Nähe Hauptbahnhof), 53115 Bonn
Telefon 0228 / 63 66 28
www.sportpraxis-bonn.de





Wer wir sind, wofür wir stehen

Vereinsvorstand stellt Entwurf des SSF-Leitbildes vor

Die Schwimm- und Sportfreunde Bonn gehören zu den größten Sportvereinen in Nordrhein-Westfalen; bei den SSF Bonn kann man mehr als 20 Sportarten betreiben. Der Verein übernimmt soziale Verantwortung, organisiert Ferienfreizeiten, engagiert sich bei der Integration von Mitbürgern mit Migrationshintergrund und fördert benachteiligte Jugendliche. All dies, das ganz wesentlich vom Engagement und der Motivation der Haupt- und Ehrenamtlichen getragen wird, möchte der Vorstand

um Michael Scharf in Worte fassen – ein von ihm vorgeschlagenes Leitbild soll vor allem drei Fragen beantworten: Wofür stehen wir als Verein? Was wollen wir gemeinsam erreichen? Welche Werte und Prinzipien sind uns wichtig?

Mitarbeiter und Mitglieder des Vereins sollen sich mit diesem Leitbild identifizieren und sich an ihm orientieren können; das „Wir-Gefühl“ im Verein wird gestärkt. Wortwörtlich übrigens möchte der Vorstand der SSF Bonn dies verstanden wissen – die Meinung von Hauptamtlichen

und Ehrenamtlichen, von Mitarbeitern und von Mitgliedern zu untenstehendem Entwurf ist gefragt. Teilen Sie dem Vereinsvorstand Ihre Meinung dazu mit, ergänzen Sie das, was Ihnen vielleicht fehlt, tragen Sie dazu bei, ein ganz eigenes Selbstverständnis zu entwickeln. Ihre Ansprechpartnerin im Vorstand ist Maïke Schramm (Geschäftsstelle der SSF Bonn, Kölnstraße 313a, E-Mail: maïke.schramm@ssf-bonn.de); sie wird ihre Vorschläge sammeln und Mitte Mai in die Sitzung des Gesamtvorstandes einbringen.



In den zuständigen Gremien werden Ihre Vorschläge und Anregungen diskutiert und schließlich im September 2011 der Mitgliederversammlung der SSF Bonn zur Abstimmung vorgelegt.

Entwurf für ein Leitbild der Schwimm- und Sportfreunde Bonn 1905 e.V.

Präambel

Die Schwimm- und Sportfreunde Bonn 1905 e.V. sind ein klassischer Mehrspartenverein mit einer breiten Palette an Sportarten, die in den Sportabteilungen wie auch im Gesamtverein betrieben werden.

Die SSF Bonn 1905 e.V. betreiben und fördern insbesondere den Leistungs-, Breiten-, Familien- und Freizeitsport. Die Abteilungen und der Gesamtverein mit ihren besonderen Schwerpunkten repräsentieren dabei Gruppen von Mitgliedern, die sich mit ihren unterschiedlichen Strukturen, Aufgabenfeldern und Größen zu einer Einheit ergänzen. Die SSF Bonn 1905 e.V. setzen sich für eine ganzheitliche und von Fairness geprägte Sportbewegung ein.

Grundwerte – Was uns wichtig ist

- Wir ermöglichen, im Rahmen unserer Möglichkeiten, jedem Menschen seinen individuellen Weg zu sportlicher Betätigung.
- Bei unseren Aktivitäten haben wir den ganzen Menschen im Blick – unsere Angebote dienen Körper, Seele und Geist.
- Vielfalt ist unsere Stärke – aus ihr entwickeln wir unsere gemeinsamen Werte.
- Toleranz prägt unser Handeln – wir sind offen für alle Menschen, unabhängig von Herkunft, Glaube, Bildung, Alter, Geschlecht und Behinderung.
- Wir stehen für fairen Sport – frei von jeglicher Manipulation.
- Wir stehen für Breiten- und Leistungssport.
- Wir treten für eine gleichberechtigte Partnerschaft zwischen Sport, Politik, Wirtschaft und Wissenschaft ein.

Zusammenarbeit – Was wir tun

- Wir arbeiten partnerschaftlich und im gegenseitigen Respekt voreinander. Wir realisieren unsere Ideen in gemeinsamen Projekten und Aktionen.
- Wir lernen voneinander und erweitern unser Wissen übereinander.
- Regelmäßige Kontakte sind die Basis unserer erfolgreichen Zusammenarbeit.
- Wir unterstützen den Leistungssport durch internen Finanztransfer im Verein.
- Der Verein hat eine gemeinsame Corporate Identity. Diese ist für alle Mitglieder und Abteilungen bindend.

Selbstverständnis – Wofür stehen wir

- Sport für alle
- lebenslanges Sporttreiben
- ein vielfältiges Sportangebot für jedes Mitglied
- gut ausgebildetes Personal

Leistungssport

- langfristiger Leistungsaufbau unter Berücksichtigung einer ganzheitlichen gesundheitlichen und psychischen Entwicklung
- im Rahmen der eigenen körperlichen Fähigkeiten und Fertigkeiten
- Wir wollen eine vielseitige, koordinative und konditionelle Ausbildung unserer Kinder.
- Wir ermöglichen den Wechsel der Sportart innerhalb des Vereins.
- Wir fördern und unterstützen die Bildung von Stützpunkten.
- Leistungssportler der Bundeskader erfahren im Verein eine besondere Förderung.



Protokoll der Delegiertenversammlung der SSF Bonn vom 27. Januar 2011

Beginn: 19.40 Uhr

Ende: 21.45 Uhr

Ort: Bootshaus, Rheinaustr. 269, 53225 Bonn

Anwesend: 57 Delegierte gemäß Anwesenheitsliste

Der Vorsitzende Michael Scharf begrüßt die anwesenden Delegierten, insbesondere die Ehrenmitglieder Monika Warnusz und Eckhardt Hanke.

Top 1: Feststellung der Tagesordnung

Mit Veröffentlichung in der Sportpalette Nr. 420 vom Dezember 2010 wurde die Versammlung ordnungsgemäß eingeladen und ist somit beschlussfähig. Das Protokoll der letzten Delegiertenversammlung vom 16.09.2010 wurde ebenfalls in der Sportpalette Nr. 420 vom Dezember 2010 veröffentlicht. Da dem Protokoll nicht widersprochen wurde, ist es genehmigt (3.11.3 der GO). Anke Vietmeyer wird von Michael Scharf zur Protokollführerin bestimmt.

Top 2: Bericht des Vorstandes

Michael Scharf und Maike Schramm berichten über die aktuellen Entwicklungen im Verein, insbesondere über die aktuellen Sachstände zu den Themen „Sanierung Schwimmbad im Sportpark Nord“ und „Übernahme Gastronomie im Sportpark Nord“. Zum ersten Mal seit mehreren Jahren konnte in 2010 kein Mitgliederwachstum verzeichnet werden (konstante Mitgliederzahlen im Vergleich zu 2009). Dramatisch sei allerdings der Mitgliederverlust im Übergang vom 10. auf das 11. Lebensjahr bei den Kindern und Jugendlichen. Hier hat der Verein fast 400 Kinder verloren. Den Delegierten wird ein Konzept zur Verbesserung der Nachwuchsarbeit und der Entwurf für ein Leitbild der SSF Bonn zur Information verteilt. Für die sportliche Nachwuchsarbeit soll es nach Möglichkeit ab den Sommerferien 2011 neue abteilungsübergreifende Angebote für die Kinder und Jugendlichen bis 12 Jahren geben. Der Entwurf für das Leitbild soll in den nächsten Monaten in den Gremien des Vereins diskutiert und dann von der Mitgliederversammlung 2011 beschlossen werden. Anregungen aller Mitglieder werden gerne entgegen genommen.

Ergänzt werden die Ausführungen durch den Bericht der Jugend, der von Anke Vietmeyer vorgetragen wird.

Top 3: Ehrungen

Fritz Hacke, Ute Pilger und Mabubeh Mesbah werden vom Vorsitzenden für ihre langjährige ehrenamtliche Tätigkeit für die SSF Bonn geehrt.

Top 4: Entscheidungen über neue Einzelvorhaben des Clubs

Die Delegiertenversammlung ermächtigt den Vorstand, mit der Stadt über die Möglichkeit zu verhandeln, dass der Verein die Sanierung der Badtechnik und der Wanne des Schwimmbades im Sportpark Nord in Eigenregie auf Kosten des Vereins durchführt und bei Zustimmung der Stadt die Baumaßnahme umzusetzen. Dabei muss sich die Sanierungsmaßnahme für die SSF Bonn in einem Kostenrahmen bewegen, der vom Verein über ein Darlehen solide finanziert werden kann, d.h. Zinsen und Tilgung müssen über Haushalteinsparungen und eine eventuell von

der nächsten Delegiertenversammlung (Januar 2012) zu beschließen. Den Beitragserhöhung von maximal 10% für 2013 finanzierbar sein. Sofern dieser Kostenrahmen überschritten wird, ist eine neue Entscheidung in der Mitgliederversammlung am 22.09.2011 oder in der nächsten Delegiertenversammlung erforderlich.

Nachfragen von Delegierten zum Badvertrag, zur Finanzierung der Kredite und über die bisherigen Probleme werden vom Vorstand umfassend beantwortet. Lutz Thieme weist nochmal darauf hin, dass dies eine Entscheidung über den Verhandlungsrahmen zwischen der Stadt Bonn und dem Vorstand ist. Sollte es zu keiner Einigung kommen oder höhere Kosten entstehen, wird der Vorstand dies erneut zur Abstimmung stellen. Der Antrag wird mit 54 Stimmen und 3 Enthaltungen genehmigt.

Top 5: Haushaltsplan 2011

Manfred Pirschel erläutert den Haushaltsplan 2011. Michael Scharf ergänzt die Ausführungen von Manfred Pirschel und stellt fest, dass 2011 ein schwieriges Haushaltsjahr werde, da der Haushalt Unwägbarkeiten wie die Höhe der Sportfördermittel von Stadt und Landessportbund sowie die noch offene Frage einer Sportstättennutzungsgebühr enthalte. Daher habe der Vorstand der Geschäftsführung bereits den Auftrag erteilt, im laufenden Haushalt Einsparungen in Höhe von 30.000 Euro vorzunehmen. Darüber hinaus habe der Vorstand einen generellen Einstellungsstopp beschlossen. Dies gilt für alle Stellen, deren Jahressumme die Übungsleiterfreipauschale in Höhe von 2.100 Euro pro Jahr überschreitet.

Michael Scharf erklärt, dass der Haushaltsplan bereits vom Vorstand und Gesamtvorstand einstimmig genehmigt wurde und stellt ihn zur Abstimmung. Die Delegierten stimmen dem Haushaltsplan für 2011 einstimmig mit einer Enthaltung in der vorgelegten Form zu.

TOP 6: Anträge der Delegierten

Es liegen keine Anträge vor.

Top 7: Verschiedenes

Die nächste Mitgliederversammlung findet am Donnerstag, 22.09.2011, um 19.30 Uhr im Bootshaus statt.

Markus Tölzer stellt kurz die Sponsoren (MaxPrint und a&o hostels) der Floorballbundesliga vor und weist die Abteilungen darauf hin, dass diese ebenfalls von ihnen profitieren können. Er steht für Fragen zur Verfügung.

Anke Vietmeyer stellt das Projekt Sportpatenschaft kurz vor. Die Anregung, diese Information per Newsletter an die Mitglieder zu verschicken, wird gerne aufgenommen.

Alfons Aigner erläutert die Organisation Minsk Club, welche Vereine oder Abteilungen suchen, die sich eine Partnerschaft mit einem ansässigen Verein in Weißrussland vorstellen können. Bei Interesse steht er als Ansprechpartner zur Verfügung.

Michael Scharf (Vorsitzender)
Anke Vietmeyer (Protokollführerin)

Nach dem Sport kommt Wonneberger

Für den Wohlfühl-Ausklang nach dem Sport bekommen Sportfreunde 10% Rabatt

Ganz gleich ob Sie unsere umfangreichen Angebote im Bereich der Sauna, Wellness oder Kosmetik nutzen möchten oder unsere Massagen oder Physiotherapie nutzen möchten, Sie sind uns herzlich willkommen.

Gegen Vorlage des Mitgliedsausweises der S.S.F erhalten Sie **10% auf alle Leistungen** (außer auf bereits reduzierte Angebote)

WONNEBERGER

Sauna-Centrum & Physiotherapie
Adolfstraße 42-44
53111 Bonn

Telefon: 0228 - 633 633
Web: www.wonneberger.com
Mail: saunacentrum@wonneberger.com

Wir haben auch sonntags geöffnet!

Öffnungszeiten:
Montag - Freitag: 9.00 - 22.00
Samstag + Sonntag: 9.00 - 18.00





Faire Chance für alle

Sportpatenschaften im Verein



Der Torhüter hat bereits vor dem offiziellen Trainingsbeginn alle Hände voll zu tun – ausgerüstet mit Hockeyschlägern aus Kunststoff stürmen seine Mitspieler johlend auf ihn zu, schlagen Bälle in Serie aufs Tor. Kein Wunder, nach einem langen Schulalltag müssen die Jungs und Mädels sich auspowern, hat sich viel Energie angestaut, die jetzt in

sportliche Bahnen gelenkt werden soll.

Auch eine 65-jährige neugierige Zuschauerin hat sich eingestellt, um sich das Gewusel auf dem Floorball-Feld zusammen mit anderen einmal anzuschauen: Ihr „Patenkind“ ist einer der Torjäger. Die 65-Jährige ist Mitglied der Breitensport-Abteilung bei den SSF Bonn und findet das Training im Rahmen des LEO-Clubs der

Offenen Ganztagschule (OGS) in der Bonner Altstadt „eine tolle Sache“: „Gerade Kinder, die sonst vielleicht keine Möglichkeit hätten, im Verein Sport zu treiben, können das hier tun und obendrein auch noch mit anderen zusammen sein“, nennt sie ihre Motivation, eine Sportpatenschaft zu übernehmen: „So findet man seinen Platz – und das nicht nur auf dem Spielfeld“.

Seit dem vergangenen Jahr gibt es bei den SSF Bonn die Möglichkeit, eine Sportpatenschaft zu übernehmen – Vereinsmitglieder können ein Kind „auf ihre Karte nehmen“ und zahlen zusätzlich zu ihrem eigenen Beitrag die Mitgliedschaft für ein Kind, für dessen Familie der jährliche Mitgliedsbeitrag nicht oder nur schwer zu leisten wäre. Ganz konkret heißt das: Ein Erwachsener, der bereits Mitglied bei den SSF Bonn ist, zahlt zusätzlich zu seinem Vereinsbeitrag 63 Euro, eine Familie mit zwei Kindern, die bereits Sport bei den SSF treiben, sogar nur 36 Euro.

„Bei unseren Mitgliedern stieß die Idee auf ein großes Echo“, berichtet Anke Vietmeyer, „wer selbst Sport treibt, weiß, wie wichtig Bewegung für die eigene Entwicklung ist, und wer im Verein aktiv ist, weiß gerade die Erfahrung in der Gruppe zu schätzen“. Leichtathletik, Floorball und seit neuestem auch Karate sind die Sportarten, die von den kleinen Patenkindern bereits betrieben werden, doch ist das auch noch ausbaufähig. „Bei Kindern und Eltern ist das Interesse riesig“, bestätigt Jan Patocka, der die OGS in der Bonner Altstadt sportlich betreut, „über die Angebote im LEO-Club lernen die Kinder nicht nur verschiedene Sportarten kennen, sondern auch, wie schön es ist, Teil einer festen Gruppe zu sein, die sich Ziele setzt, sich im fairen Wettkampf misst und als Team sportliche Erfolge feiert“.

Den Weg in eine solche Gruppe zu ebnen, ist Sinn und Zweck der Sportpatenschaft – und entsprechend begehrt bei den Kindern ist die Mitgliedskarte des Vereins, die die Teilnahme am regulären Wettkampfbetrieb erst ermöglicht.

„Haben wir in der OGS den Eindruck, ein Kind ist an einer Sportart wirklich interessiert, dann bemühen wir uns, einen Paten zu finden“, so Patocka, „und von den Kindern wird das als Privileg empfunden, ganz stolz zücken sie ihren Ausweis, der sie zu SSFLern macht“.

Die Sportpatin am Spielfeldrand kann das gut nachvollziehen; sie freut sich, in ihrem Sportverein direkt und nachhaltiger Unterstützung leisten zu können: „Ich weiß, dass Mädchen häufig etwas eingeschränkter sind, was die Wahl ihrer Freizeitmöglichkeiten angeht“, sagt sie, „und könnte mir deshalb auch vorstellen, noch ein zweites Patenkind zu übernehmen“.

Susanne Laux

Pate werden ist nicht schwer

Das ist nur fair: Gerade im Sport sollten alle die gleichen Chancen haben. Für Familien mit schmalen Geldbeutel jedoch ist oft schon die finanzielle Hürde eines jährlichen Vereinsbeitrages unüberwindbar – und umso wichtiger ist es, Kinder aus solchen Familien zu unterstützen. Jedes Vereinsmitglied kann dazu einen Beitrag leisten. Über eine Patenschaft beispielsweise, die die Übernahme des jährlichen Vereinsbeitrages beinhaltet. Oder sogar darüber hinaus gehen und die längerfristige Begleitung eines Kindes im Vereinsleben bedeuten kann.

Ihre Ansprechpartnerin im Verein ist Anke Vietmeyer; weitere Informationen können Sie unter der E-Mail-Adresse anke.vietmeyer@ssf-bonn.de oder telefonisch unter 0228/5594118 erhalten.

Mit LEO fit fürs Leben

Als Sportverein auch gesellschaftliche Verantwortung zu tragen – dieser Gedanke liegt dem LEO-Club der SSF Bonn zugrunde. In der Offenen Ganztagschule in der Karlschule, deren Trägerschaft der Verein vor drei Jahren übernommen hat, werden Kinder von der ersten bis zur vierten Klasse möglichst vielseitig sportlich geschult und können bei Bewegung, Spiel und Sport Selbstvertrauen entwickeln und wichtige soziale Erfahrungen machen. Dieses bei Mission Olympic ausgezeichnete, von Ulla Meurer eigens für die SSF Bonn entwickelte und von Jan Patocka umgesetzte Konzept setzt im Rahmen der Nachmittagsbetreuung zwar unterschiedliche Schwerpunkte, hat aber ein gemeinsames Ziel: Lust und Freude an der Bewegung, Spiel und Sport zu vermitteln und die körperliche, geistige und soziale Entwicklung von Kindern zu fördern.

Mehr über den LEO-Club und das Sportkonzept der SSF Bonn erfahren Sie bei Ulla Meurer unter der Telefonnummer 0157/71972361 oder E-Mail: meulla@web.de.



In Bewegung bleiben mit der RVK

Christa Jacques ist mehrfache Oma und achtet auf ihre Gesundheit. Mit Aquajogging, einem Kurs der Schwimm- und Sportfreunde Bonn 1905 e. V., hält sie sich fit. Mobil bleibt sie auch mit öffentlichen Verkehrsmitteln. In den Bussen der Regionalverkehr Köln GmbH schätzt sie den leichten Ein- und Ausstieg – auch für Rollstuhlfahrer. Die nächsten Haltestellen werden angesagt und auf einem Monitor angezeigt. Zusätzlichen Schutz bieten Rollatorenhalter und Videoüberwachungssysteme. Bus fahren wird so sicherer und leichter. **RVK – Wir bewegen die Region.**

www.rvk.de | RVK-Service-Nummer: 0180 4 13 13 13

(0,20 Euro/Anruf aus dem dt. Festnetz; Mobilfunk max. 0,42 Euro/Min.)

RVK
Regionalverkehr Köln GmbH



Laufend gesund bleiben

Angebote bei den SSF Bonn

Es ist eine alte Weisheit: Regelmäßiges Ausdauertraining kann dem Mangel an Bewegung, der in unserer Zeit immer stärkere Ausmaße annimmt, entgegenwirken. So kann Folgeerkrankungen vorgebeugt und die Leistungsfähigkeit bis ins hohe Alter erhalten werden. Aber nicht nur der körperliche Nutzen, sondern auch die positiven Auswirkungen auf die Psyche sind nicht zu unterschätzen. Soweit die Theorie. Aber wie schaut's in der Praxis aus – trainieren Sie regelmäßig Ihre Ausdauer?

Die einfachste und doch effektivste Methode, die konditionelle Komponente zu trainieren, ist das Laufen. Einfach in bequeme Sportkleidung schlüpfen, Laufschuhe anziehen und schon kann's los gehen. Doch wie immer im Le-

ben: Alleine macht alles weniger Spaß. Das Rezept der Schwimm- und Sportfreunde Bonn dagegen: Die SSF Lauftreffs.

Viele Vereinsmitglieder trainieren bereits regelmäßig und nutzen das breite Angebot der Schwimm- und Sportfreunde. Doch wie wäre es denn mit einer ergänzenden Lauf-Einheit an der frischen Luft? Gemeinsam mit andern Läufern in den Tag zu starten (Guten-Morgen-Lauftreff) oder einen stressigen Tag ausklingen zu lassen (verschiedene Lauftreffs am Abend) – das kann das Wohlbefinden deutlich steigern.

Das Lauftrainer-Team freut sich über jeden „Newcomer“, der eine Laufeinheit in einer auf das jeweilige Leistungsniveau zugeschnittenen Gruppe absolviert. Auch für Anfänger,

die mit dem Laufsport zuvor nichts „am Hut“ hatten, gibt es die Chance, sich ans Laufen heranzutasten; in regelmäßigen Abständen bietet Lauftherapeut Jens Früchte einen Laufkurs für Anfänger an. Hier werden die Grundkenntnisse der Lauftechnik vermittelt und die Ausdauer so weit verbessert, dass die Teilnehmer in der Lage sind, 20 bis 30 Minuten in ruhigem Tempo und in einem richtigen Belastungsbereich am Stück zu laufen. Zunächst führt die Laufstrecke über ca. zwei Kilometer und mit jeder Stunde steigern sich Tempo und Strecke auf schließlich sieben Kilometer.



Zudem gibt es 2011 neue Angebote, die die Lauftreffs noch attraktiver machen: So wurde jeden Donnerstag nach dem Guten-Morgen-Lauftreff eine Gymnastikeinheit zur Stärkung der laufspezifischen Haltemuskulatur eingeführt. Ein Dehnprogramm rundet die Lauf-Nachbereitung ab.

Weiterhin wurde ein neuer Lauftreff für die erfolgreichen Absolventen des Kurses „Laufen für Anfänger“ eingerichtet. Dieser soll die Läufer aus dem Anfängerkurs schrittweise an die Beanspruchung der anderen Lauftreffs gewöhnen. Auch hier gibt es einmal wöchentlich eine Gymnastikeinheit im Anschluss.

Weitere Infos hat Henrik Würdemann aus der Geschäftsstelle oder findet man im Internet unter www.laufen-bei-den-ssf.de.

Christoph Großkopf

Die Angebote im Überblick:

Lauftreff	Tag/Zeit	Treffpunkt	„Cheftrainer“
Active Lauftreff	Mo, 18.15 Uhr	ACTIVE Runningcenter	Daniel Pfeilsticker
Guten-Morgen-Lauftreffs	Di, 8.30 Uhr Do, 8.30 Uhr	Sportpark Nord	Anke Bauz
Classic	Di, 19.00 Uhr	Sportpark Nord	Holger Wondratschek
Classic Plus	Do, 19.00 Uhr	Fitnessraum Beuel	Daniel Pfeilsticker
„Je länger, je lieber“	So, 10.00 Uhr	Fitnessraum Beuel	Daniel Pfeilsticker
Anfänger-Kurs	Di, 18.00 Uhr Do, 18.00 Uhr	Fitnessraum Beuel	Jens Früchte
Einsteiger-Lauftreff (Lauftreff nach dem Anfänger-Kurs)	Di, 18.15 Uhr Do, 18.15 Uhr	Fitnessraum Beuel	Rudolf Meier
Technik + Intervalltraining (Spezialtraining auf der Laufbahn)	Mi, 18.00 Uhr Fr, 18.00 Uhr	Stadion Sportpark Nord	Joachim Mainz

Pauke

LIFE

Kultur Bistro

Essen, Trinken & Kultur

Endenicher Straße 43, 53115 Bonn

0228 969465-0 info@pauke-life.de

Alkoholfrei

- Mittagstisch ab 11:30 Uhr
- Sonntags Frühstücksbuffet 10:00 bis 14:00 Uhr
- Live Events
- Previews
- Kabarett
- Comedy
- Wednesday Night Live
- Familienfrühstück
- Tango Argentino
- Salsa
- Philosophisches Café
- Ausstellungen
- Lesungen

Öffnungszeiten

Montag bis Freitag
8:30 - 22:00 Uhr

Sonntag
10:00 - 14:00 Uhr

bei Veranstaltungen länger

www.pauke-life.de

Protokoll der Jugendvollversammlung vom 1. Dezember 2010

Beginn: 18.00 Uhr
Ende: 18.30 Uhr
Ort: Roter Salon, Sportpark Nord
Anwesend: s. Anwesenheitsliste

Top 1: Begrüßung und Eröffnung der Versammlung, Festlegung der Beschlussfähigkeit

Die Jugendvollversammlung ist beschlussfähig, da die Einladung in der Oktober-Ausgabe der Sportpalette veröffentlicht wurde. Jugendwartin Astrid Schramm begrüßt die Anwesenden.

Top 2: Feststellung der Tagesordnung

Die vorliegende Tagesordnung wird einstimmig genehmigt. Es liegen keine Anträge vor.

Top 3: Bericht des Jugendausschusses

Ferienfreizeit in Dankern im 26 März bis 2. April 2010:

Kinder und 13 Betreuer, angenehmes trockenes Wetter, Kinder hatten sehr viel Spaß

Ferienfreizeit in Sommerferien vom 23. bis 27. August 2010:

41 Kinder und 6 Betreuer, aufgrund der Reinigung im Sportpark Nord wurde die Maßnahme in der Turnhalle des Heinrich-Hertz-Kollegs durchgeführt, Tagesausflug zu den Karl May-Festspielen nach Elspe

Sportfreizeit Rügen für 13 – 17 Jährige vom 06. bis 18. August 2010:

16 Jugendliche und 4 Betreuer, durchwachsenes Wetter, aber trotzdem viele sportliche Aktionen durchgeführt (Fußballturnier, Klettergarten usw.), in der kleinen Gruppe hatten alle ihren Spaß, Besuch der Störtebeckerfestspiele

Stand beim SSF-Festival am 4. September:

Vorstellung der Aktivitäten (mit Bildern und kurzen Texten)

Fahrt zum Europa Park nach Rust am 13. und 14. Oktober:

59 Teilnehmer nahmen an der Fahrt teil, Unterbringung in Holzhäusern mit 6 Personen

Herbstcamp für 8-12-Jährige vom 18. bis 22. Oktober:

44 Kinder und 8 Betreuer, verschiedene Sportaktion, Schnitzeljagd, Fahrt in zur Zoom Erlebniswelt nach Gelsenkirchen

Geplante Aktivitäten für 2010 und 2011:

Nikolausfeier im Sportpark Nord am Donnerstag, 02.12.10, Freizeit in den Osterferien nach Dankern, Sommerfreizeit im Sportpark Nord, Sportcamp auf Rügen 01.08. bis 13.08.2011, Fahrt zum Europa Park, Bowling und Klettergarten

TOP 4: Aussprache zu Tagesordnungspunkt 3

Es gibt keine Nachfragen von den Anwesenden.

TOP 5: Entlastung des Jugendausschusses

Der Jugendausschuss wird einstimmig entlastet.

TOP 6: Wahl des Jugendausschusses

Mario Mittermüller, Michelle Mittermüller und Anke Vietmeyer werden einstimmig als Jugendausschussmitglieder gewählt.

TOP 7: Anträge

Es liegen keine Anträge vor.

TOP 8: Verschiedenes

Es wird angeregt, vielleicht eine Tagesveranstaltung zur Kartbahn von Michael Schumacher zu organisieren; der Jugendausschuss nimmt diesen Vorschlag auf.

Astrid Schramm (Jugendwartin)
 Anke Vietmeyer (Protokollführerin)



GUT GERÜSTET FÜR DEN SPORT?



MIT:
SPORTBRILLEN & CONTACTLINSEN
 * **SCHWIMM- & GEHÖRSCHUTZ**

HANS DANCKER
 BRILLEN - CONTACTLINSEN

Zweigniederlassung der Firma W. Kröber GmbH Co., KG
 Hausdorffstraße 158 - 53129 Bonn-Kessenich
 Telefon (02 28) 23 27 19

KRÖBER
 HÖREN + SEHEN

Sternstr. 73 - am Friedensplatz - 53111 Bonn
 Tel.: 0228 / 63 60 68 - Fax: 0228 / 69 60 38

Optik Kamphues

Hermannstraße 19 - 53225 Bonn-Beuel
 Telefon: (02 28) 46 74 16 - Fax: (02 28) 47 86 65

Partnervorteile erhältlich gegen Vorlage des SSF-Mitgliedaussweis - Nicht in Verbindung mit anderen Aktionen



Glückwunsch an den neuen TL**

Wir haben einen neuen TL ** in unserem Verein. Der Glückwunsch geht an Jochen Müller-Georgé zur bestandenen Tauchlehrerprüfung im November 2010. Weiterhin viel Spaß und Erfolg bei der Vereinsarbeit!

Die Abteilungsleitung

Veranstaltungstermine 2011 der STA Glaukos

15. April 2011	Jahreshauptversammlung
10. April 2011	Antauchen
22.- 26. Juni 2011	Kleine Vereins- und Ausbildungsfahrt nach Den Osse, Holland (eigene Anreise)
16./17. Juli 2011	Sommerfest
ca. 3. Sept. 2011	Münsterplatzfestival (Anmeldung für die neuen Tauchkurse CMAS **, *** 2011-2012)
1.- 8. Oktober 2011	Vereinsfahrt nach Fuerteventura
23. Oktober 2011	Abtauchen

In der Planung:

Die Termine zu den **Spezialkursen** Orientierung, Gruppenführung und Nachtauchen werden rechtzeitig bekannt gegeben.

Wahrscheinlich im November 2011 wird ein Theoriekurs für Einsteiger in die digitale **Unterwasserfotografie** angeboten.

Kontakt zur Abteilungsleitung für Anregungen und Fragen, Adressenänderungen o.ä. über die Email-Adresse info@glaukos-bonn.de.

Einladung zur Jahreshauptversammlung der STA Glaukos

am Freitag , dem 15. April 2011, ab 19.30 Uhr
im Multifunktionsraum des Bootshauses der SSF Bonn,
Rheinaustr. 269, 53225 Bonn

Tagesordnung

- TOP 1:** Eröffnung der Versammlung und Feststellung der Beschlussfähigkeit
- TOP 2:** Wahl des Protokollführers
- TOP 3:** Annahme der Tagesordnung
- TOP 4:** Jahresbericht/Kassenbericht der Abteilungsleitung
- TOP 5:** Bericht der Glaukos-Münsterplatzfestival-AG
- TOP 6:** Wahl des Versammlungsleiters
- TOP 7:** Entlastung der Abteilungsleitung
- TOP 8:** Wahl der Abteilungsleitung
- TOP 9:** Behandlung von Anträgen
- TOP 10:** Verschiedenes

Anträge zur Versammlung sind bis zum 27. März 2011 schriftlich an Frank Engelen zu richten.

Frank Engelen (Abteilungsleiter der STA Glaukos)

Auch Sportler brauchen ein Zuhause!

APURA services GmbH
Immobilien-service, -beratung, -vermittlung

Das passende Maklerhaus für ausgeschlafene Hausbesitzer – von Bonner Hauseigentümern gegründet. Ihre Wünsche sind uns wichtig. Und das ist unser Leistungsspektrum:

- Unterstützung des Immobilienverkaufs - auch ohne Provision
- Bonitätsprüfung und Kautionsgarantie (bei Vermietung)
- Transparenz: ständige Einsicht in Ihre Online-Immobilienakte
- kostenlose Wertermittlung
- Premium-Exposé
- keine unnötige Vertragsbindung
- alle Abläufe nach ISO 9001 TÜV-zertifiziert
- ... noch ein Wunsch offen? Kontaktieren Sie uns! Wir tun was!

0800-228 7777 (freecall) www.apura-services.de info@apura-services.de

ACTIVE RUNNING-CENTER BONN

Running • Walking • Triathlon

Der Laufexperte für Bonn

NIKE-FREE-für-Kids

39,00 €

statt 44,95 €*

*Nach Vorlage des Vereinsausweises.

Mizuno Brooks Asics Saucony
Zoot NewBalance Lunge 2KU
CEP Laufstoff CoreRunningWear
Icebreaker Aquashpere Rono
Saltfish LexWrightSocks K-Socks
Squeazy UltraSports

Öffnungszeiten:
Mo: 11.00 - 20.00 Uhr
Di - Fr: 10.30 - 18.30 Uhr
Sa: 9.30 - 16.00 Uhr

Kölnstr. 25
53111 Bonn
Tel: 0228 / 9 45 86 27
www.runningcenter.de



Protokoll der Mitgliederversammlung der Schwimmabteilung der SSF Bonn vom 28. September 2010

Beginn: 20.15 Uhr
Ende: 22.30 Uhr
Ort: Bootshaus, Rheinaustr. 269
Anwesend: 80 Mitglieder (s. Anwesenheitsliste)

TOP 1: Begrüßung und Eröffnung

Abteilungsleiter Ferenc Warnusz eröffnet die Versammlung. Mit der Veröffentlichung in der Sport-Palette vom Juli ist ordnungsgemäß zur Versammlung eingeladen worden. Von den zurzeit 2.030 Mitgliedern sind 80 anwesend, 72 sind stimmberechtigt. Zum Gedenken der Verstorbenen wird eine Schweigeminute eingelegt.

TOP 2: Feststellung der Tagesordnung

Es liegen keine Anträge vor, die Tagesordnung wird somit einstimmig angenommen. Zur Protokollführerin wird Christiane Schacht einstimmig gewählt.

TOP 3: Bericht der Abteilungsleitung

Der Abteilungsleiter berichtet über die positive Arbeit in der Abteilungsleitung und freut sich über eine vorbildliche Zusammenarbeit mit Vorstand und Geschäftsstelle. Das vergangene Jahr war u.a. aufgrund von Trainer- und Übungsleiter-Wechseln ein anstrengendes Jahr; es gab immer wieder negative Momente. Die Zukunft der Abteilung liegt im Trainer-Team, den Übungsleitern und Übungsleiterhelfern, die Aussichten sind aufsteigend und positiv. Erfreulich ist die Entwicklung der Mitgliederanzahl in der Schwimmabteilung, von Sommer 1998 mit 1.543 bis September 2010 einem Mitgliederstamm von 2.030 - Anstieg von über 30 Prozent.

Kurze Vorstellung der Abteilungsleitung: Das Kurssystem ist das finanzielle Rückgrat der Abteilung mit ausgesprochen engagierten Leistungen der Übungsleiter. Die Freizeitschwimmer sind die stillen Unterstützer unserer Leistungssportler - Anke Dahmen ist die Stimme in der Abteilungsleitung. Die Seele der Abteilung und die fleißigsten Helfer sind unsere Masters; Margret Hanke vertritt seit nunmehr fast 12 Jahren deren Interessen mit großem Nachdruck. Internet und Meldewesen werden von Sebastian Höfer perfektioniert, die Meldungen laufen zentral über ihn. Er und sein Stammtteam kümmern sich um die Zeitmessanlage, bisher stehen drei gebuchte Termine zur Vermietung fest. Bei den Veranstaltungen liegt das Hauptaugenmerk auf dem Internationalen Jugendmeeting; Dank an Josef Kleindl für die vielen Fotos. In diesem Jahr gibt es die Meeting-Tour, die Vorbereitungen für den zweiten Termin im November laufen auf Hochtouren, Unterstützung ist jederzeit willkommen.

Finanzlage - 2009 ein Jahr mit Wirtschaftskrise, Personalwechsel, Ausfall von Wasserzeiten sowie Steigerung der Wettkampfkosten, trotz allem wurde eine solide Finanzpolitik gefahren.

Die Abteilungsleitung möchte in Zukunft Perspektiven schaffen, sich auf moderne Veränderungen einstellen. In absehbarer Zeit stehen Sanierungsarbeiten an, z.B. die Trennung des Wasserkreislaufs im Sportpark Nord, um höhere Temperaturen im kleinen Becken zu erreichen.

Stefan Koch wurde zum Cheftrainer ernannt, die Schnittstelle zur Abteilungsleitung ist Ute Pilger

b. Bericht der Fachwartin für Wettkampf- und Leistungssport

Aus gesundheitlichen Gründen kann Ute Pilger nicht anwesend sein; Ferenc Warnusz übernimmt die Berichterstattung. Grundvoraussetzung für ein erfolgreiches Jahr sind Komponenten wie persönliche Einsatzbereitschaft, die Motivation, Spitzenleistungen zu erbringen, die Übernahme von Eigenverantwortung und die Unterstützung und Schaffung von optimalen Rahmenbedingungen bei begrenzten Ressourcen. Dazu gehört insbesondere die Zusammenarbeit mit dem Tannenbusch-Gymnasium, die mit Beginn des Schuljahres 2011/2011 weiter vertieft wurde.

In der Saison 2009/2010 wurden 27 Veranstaltungen besucht: 168 Teilnehmer waren 2.612 Mal am Start, insgesamt wurden 1.100 Plätze 1 bis 3 belegt, 48 Plätze 1 bis 8 bei NRW sowie 39 Plätze 1 bis 8 bei DSV.

Zielsetzung für kommende Saison: Verbesserung der Sichtung und Förderung der Kinder 8 Jahre und jünger, Aufbau einer D-Jugendmannschaft (9-10 Jahre), weitere Aktive in der jeweiligen Jahrgangsspitze zu etablieren und Verbesserung der Rahmenbedingungen für junge Leistungssportler, Verbesserung der Trainingszeiten im Bereich der TG 3 und Nachwuchsgruppen, Ausbau und Förderung der Sportförderung am Tannenbusch-Gymnasium, NRW-Jahrgangs- und offene Meisterschaften im Medaillenspiegel unter den Plätzen 1 bis 3, DSV-Jahrgangsmeisterschaften 20 Finalteilnahmen.

Ferenc Warnusz übernimmt die Ehrung besonders erfolgreicher Teilnehmer: Bei den Deutschen Jahrgangsmeisterschaften erzielte Cornelia Bauer

jeweils Platz 2 über 50m Schmetterling und 50m Rücken sowie Platz 3 über 50m Brust. Katrin Heider erreichte Platz 2 über 400m Freistil, Nina Yousefi-an über 400m Freistil Platz 3 und Joseph Kleindl errang Platz 3 über 5000m Freistil.

c. Bericht zum Kurssystem durch Christoph Reichwald

Das Angebot im Kurssystem: aktuell 117 unterschiedliche kostenpflichtige Schwimmkurse in der unmittelbaren Verantwortung der Schwimmabteilung, die von 25 hoch qualifizierten Übungsleiter/-innen betreut werden.

Im Kurssystem II werden in einer Saison rund 1.800 Kursteilnehmer in den schwimmerischen Grundlagen unterrichtet. Komplettiert wird das Angebot durch 6 Intensivkurse mit rund 75 weiteren Teilnehmern. Dadurch wurden im 1. Halbjahr 2010 rund 45.000,00 Euro umgesetzt.

In der Saison 2009/2010 fanden im Sportpark Nord, im Frankenbad, in den Rheinischen Landeskliniken und im Gustav-Heinemann-Haus 13 Kurse zur Wassergewöhnung, 41 Seepferdchenkurse, 33 Froschkurse I und II, 17 Schwimmkurse für Erwachsene und 14 Kurse für Aquapower statt.

Das Kurssystem soll weiter entwickelt werden durch die Verbesserung des Übergangs der Kinder von den Schwimmkursen (Frosch II) in die Trainingsgruppen, durch eine Weiterqualifizierung der Übungsleiter, durch Sicherstellung von Wasserflächen sowie der Erweiterung des Angebotes u.a. im Bereich des Erwachsenenschwimmens.

Zum Abschluss bedankt sich Christoph Reichwald noch mal bei allen Übungsleitern für die erstklassige Leistung.

d. Bericht der Fachwartin Masterssport

Margret Hanke berichtet von zahlreichen Erfolgen bei Wettkämpfen der Masters, auch bei Bezirksmeisterschaften, NRW-, Deutsche- sowie Weltmeisterschaft. Bei den Deutschen Meisterschaften der langen Strecke in Köln und den kurzen Strecken in Hamburg konnten 5x Gold durch Monika Warnusz (AK65), Elke Schmitz (AK45), Tom Kochalski und Max Fingas (AK20) sowie 2x Silber und 8x Bronze errungen werden.

Ebenso erschwammen sie 5 Goldmedaillen in den verschiedensten Staffeln sowie 4x Silber und 5 x Bronze. Die 4x200m-Freistil-Staffel (AK 240) in der Besetzung Maïke Schramm, Monika Warnusz, Brigitte Obergfell und Margret Hanke schwamm einen Welt-, Europa- und Deutschen Rekord.

Bei den Freiwasser-Langstrecken-Meisterschaften in Strausberg konnten Iris Gatzen und Jürgen Arck über die 5km und 2,5km Distanz 2. und 3. Plätze in den Alterklassen belegen.

Ganz großer Glanzpunkt war die Weltmeisterschaft der Masters in Göteborg; Dort konnten Sven Leopold (4., 6. und 9. Platz), Elke Schmitz (4. und 7. Platz), Margret Hanke (2 x 5., und 2 x 7. Platz), Monika Warnusz (6. und 10. Platz) Tom Schürmann (9. Platz) sowie 2 Staffeln (6. und 8. Platz) unter die besten 10 ihrer Alterklassen schwimmen.

Margret Hanke berichtet über das erfolgreiche Trainingslager im Sportpark Nord, an dem 19 Aktive teilgenommen haben. Trainer und Physiotherapeut kamen wieder aus den eigenen Reihen, Dank an Elke Schmitz, Uwe Klotzowski und Kirsten Seiler für ihren ehrenamtlichen Einsatz. Aus zeitlichen Gründen kann Kersten Palmer in Zukunft das Training nicht weiter übernehmen, Sepideh Mahrokh wird ab sofort die Mannschaft trainieren.

e. Bericht der Fachwartin für Freizeitschwimmen

Anke Dahmen berichtet über die Freizeitschwimmer, eine bunt gemischte Gruppe: Schwimmer, die aus gesundheitlichen Gründen aktiv sind, ob jung oder alt, ehrgeizig oder locker an die Sache gehen, Stress abbauen oder nur zum Spaß ins Schwimmbad gehen. Gelegentlich nehmen die Freizeitschwimmer in Kooperation mit den Masters an Wettkämpfen teil, die Gemeinschaft wird hier ganz groß geschrieben. 3 x in der Woche ist für 1,5 Stunden Wassertraining, trainiert von Henrik Würdemann und Sarah Mahrokh. Alle aktuelle Informationen und Termine zu den Freizeitschwimmern findet man auf der eigenen Homepage www.freizeitschwimmer-ssf.de, die seit vielen Jahren von Elke Apelt gestaltet wird.

f. Bericht des Fachworts für das Meldewesen und Internet

Sebastian Höfer ist in der Abteilungsleitung zuständig für alles, was mit EDV / IT zu tun hat, konkret die Gestaltung und Betreuung der Homepage in Zusammenarbeit mit Christiane Schacht. Das Meldewesen wird komplett von ihm übernommen, die Koordination der Meldegelder; eigene Wettkämpfe werden bis hin zum Meldeergebnis/-protokoll EDV-technisch betreut. Ebenfalls zu seinen Aufgaben gehört, die Vermietung und Bedienung der Zeitmessanlage zusammen mit seinem Team.



Vier auf einen Streich

Gelungener Saisonstart der Schwimmer



Gleich vier Wettkämpfe standen am letzten Januar-Wochenende im Kalender der Schwimmabteilung – und bei insgesamt 294 Starts gelang vielen der SSF-Aktiven ein deutlich besserer Saisonauftakt als noch im Vorjahr. Das freute nicht nur die Aktiven selbst, sondern auch die Trainer, denn das 13. Euro Meet in Luxemburg, das Speedo Meeting in Regensburg, das Schwimmfest in Duisburg und das Frühlingschwimmfest

in Wachtberg dienten als erste Standortbestimmung auf dem Weg zu den im Sommer stattfindenden Meisterschaften.

Den Grundstein für eine erfolgreiche Sommersaison legten Trainer und Schwimmer bereits im Weihnachtstrainingslager und in den vergangenen Wochen. Dabei haben sich die älteren Aktiven die Qualifikation für die Deutschen Meisterschaften und die jüngeren Aktiven die Qualifikation zu den Meisterschaften auf Be-

zirks- und Landesebene zum Ziel gesetzt.

Bei den Nachwuchsmannschaften überzeugten besonders die Teilnehmer des Jahrgangs 2000 mit guten Leistungen über die 100m- und 200m-Strecken. Für sie stehen als Saisonhöhepunkt die Landesmeisterschaften im Jugendmehrkampf auf dem Programm. Uwe Werkhausen konnte sich in Regensburg über viele gute Leistungen seiner TG2 freuen; vor allem Jos-

ha Salchow (Jg. 1999) überzeugte mit seinen Siegen über alle Rückenstrecken.

Seid mehr als zehn Jahren nutzen viele Spitzenschwimmer das Euro Meet in Luxemburg als erste Leistungsüberprüfung. Auch wenn der Trainingsstand noch keine absoluten Spitzenleistungen erwarten ließ, steigerten sich viele Aktive in den Finalläufen doch zu unerwarteten Zeiten. Bei namhafter Konkurrenz aus dem In- und Ausland ist es schon etwas Besonderes, ein A- oder B-Finale zu erreichen, was auf Bonner Seite Verena Ebert (50m Freistil und 200m Freistil), Jessica Warnusz (50m Freistil) sowie Denise Gruhn (200m Rücken) gelang. Timo Hoffmann konnte in seiner Altersklasse mit sehr guten Leistungen Platz 2 über 200m Lagen sowie Platz 3 über 200m Schmetterling belegen. Niklas Fischer erreichte über 50m und 100m Brust jeweils Platz 6, Max Pilger wurde Vierter über 400m Lagen und 200m Brust.

Die Zielvorgabe von Cheftrainer Stefan Koch, an diesem Wochenende schon einmal Pflichtzeiten für die Meisterschaften zu schwimmen, erreichte der überwiegende Teil der Aktiven. Ute Pilger

g. Bericht des Fachworts für Finanzen

Der Fachwart für Finanzen Otto Gmeiner nennt die Zahlen für 2009; der Haushalt ist ausgeglichen. Als nennenswerte Zuschüsse konnten Gelder von der Sportstiftung Bonn sowie leistungsabhängige Zuschüsse der Stadt Bonn verzeichnet werden. Bei den Ausgaben entstand ein hoher Posten für die Teilnahme an den Deutschen Meisterschaften in Berlin.

Auxh die Zahlen per 30.06.2010 wurden vorgelegt; es ist davon auszugehen, dass das laufende Jahr im Rahmen der bestehenden Haushaltsplanung abgeschlossen werden kann. Danke an den Hauptverein für die gute Zusammenarbeit.

h. Bericht der Fachwartin für Veranstaltungsorganisation

Gabi Werkhausen gibt einen Bericht über die durchgeführten Veranstaltungen und bedankt sich für die Hilfsbereitschaft und Unterstützung, sich um das leibliche Wohl aller zu kümmern. Aus privaten Gründen kann sie ihre Arbeit in der Abteilungsleitung nicht weiter fortführen.

TOP 4: Aussprache zu TOP 3

Es werden keine Fragen zu den Ausführungen gestellt.

TOP 5: Entlastung der Abteilungsleitung

Der Abteilungsleitung wird einstimmig die Entlastung erteilt.

TOP 6: Neuwahl der Abteilungsleitung

Michael Scharf wird die Wahlleitung übertragen, zum Wahlausschuss gehören Iris Gatzert, Klaus Rommerskirchen und Werner Hulbert. Gemäß Punkt 5.3 Absatz 3, Punkt 10 der Verordnung wird der Abteilungsleiter auf 2 Jahre zuerst gewählt. Für die Abteilungsleitung werden vorgeschlagen: Ferenc Warnusz (Abtei-

lungsleiter), Christoph Reichwald (Stellv. Abteilungsleiter), Otto Gmeiner (Fachwart für Finanzen), Ute Pilger (Fachwartin Wettkampf- und Leistungssport), Anke Dahmen (Fachwartin Freizeitschwimmen), Hildegard Bauer (Fachwartin Veranstaltungsorganisation), Margret Hanke (Fachwartin Masters), Sebastian Höfer (Fachwart Meldewesen/Internet) und Christiane Schacht (Fachwartin Schriftführung). Gegenkandidaten gibt es nicht; die Vorgeslagenen werden in offenen Abstimmungen einstimmig gewählt und nehmen ihr Amt an.

TOP 7: Neuwahl der Delegierten

Die Bewerber für die Delegiertenwahl wurden vom Abteilungsleiter vorgelesen, die Kandidaten wurden einstimmig gewählt. Es folgt eine kurze Erklärung zu den Aufgaben eines Delegierten. Im Anschluss entstand eine Diskussion über Block- bzw. Einzelwahl, daraufhin werden alle Kandidaten inkl. der Reserveanträge noch einmal vorgelesen, weiteren Kandidaten stellten sich nicht zur Wahl, einstimmige Blockwahl der Ersatzliste.

TOP 8: Anträge

Ein Eilantrag wird von Herrn Wambach eingereicht „Die Schwimmabteilung missbilligt die Schwimmbäderpolitik der Stadt Bonn und fordert den Vorstand auf, alle notwendigen und möglichen Schritte zum Erhalt aller Bonner Schwimmbäder zu ergreifen.“ Der Antrag kommt zur Abstimmung und wird einstimmig angenommen.

TOP 9: Verschiedenes

Allgemeine Diskussion über Datenschutz, Sportgesundheitsuntersuchungen in Zukunft en bloc sowie Jungen-/Mädchen-Quote

Ferenc Warnusz (Abteilungsleiter)
Christiane Schacht (Schriftführerin)

Ohne Fleiß kein Preis

Schwimmer blicken auf erfolgreiches Jahr zurück

Ohne Fleiß kein Preis – diese Lebensweisheit ist das Motto vieler Leistungssportler. Doch allein mit Fleiß lässt sich das private, berufliche und sportliche Leben nicht erfolgreich meistern. Denn hierzu gehören Eltern, Freunde und motivierte Trainer, die die Athleten unterstützen und ein Verein, der auf die Bedürfnisse seiner Leistungssportler eingeht. Für viele junge Sportler spielt auch die Schule eine entscheidende Rolle.

Seit Beginn des Schuljahres 2010/2011 konnte die Zusammenarbeit mit dem Tannenbusch-Gymnasium deutlich verbessert und intensiviert werden. Jetzt ist es den jungen Schwimmern möglich, die erste Unterrichtsstunde an drei Tagen in der Woche in das Frühtraining mit einzubeziehen. Auch bei der Gestaltung der individuellen Stundenpläne war das Tannenbusch-Gymnasium sehr behilflich. Das Ziel für das nächste Jahr ist es, die außerschulische Betreuung am Nachmittag zu verbessern.

Seit Oktober steht den Schwimmern regelmäßig ein Physiotherapeut zur Verfügung. Dies ist dank des großen sportlichen Interesses der Praxis für Physiotherapie Imping & Schleiff möglich geworden.

Mit viel Einsatz und Improvisationsvermögen konnte die

Schwimmabteilung die Stützpfeiler des täglichen Trainings ausbauen. Seit September beobachtet Henrik Würdemann viele Trainingseinheiten mit einer Videokamera. Auf diese Weise können Technikfehler bei Start und Wende sofort erkannt, Schwimbern gezeigt und an konkreten Beispielen Verbesserungsmöglichkeiten erläutert werden. Wenn Henrik nicht hinter der Videokamera steht, unterstützt er insbesondere die Arbeit von Stefan Koch bei den Frühtrainingseinheiten.

Das Schwimmjahr 2009/2010 war ein erfolgreiches Jahr. Bei den Deutschen Jahrgangsmeisterschaften waren SSF-Schwimmer 28-mal in einem Finale vertreten und konnten sich 5 Medaillen erkämpfen. Der jüngere Nachwuchs überzeugte mit 27 Medaillen bei den NRW-Jahrgangsmeisterschaften und erreichte damit eines der besten Ergebnisse der vergangenen fünf Jahre. Bei den Deutschen Kurzbahnmeisterschaften gelang es der 4x50m-Freistilstaffel der Damen, nach vielen Jahren wieder eine Stafelmedaille zu holen. Verena Ebert, Katrin Heider, Cornelia Bauer und Jessica Warnusz belegten in 1:43,73min den dritten Platz.

Dass das Interesse der Kinder am Schwimmsport sehr

groß ist, lässt sich jeden Tag zwischen 15 und 16 Uhr im Sportpark Nord beobachten.

Nicht nur die angebotenen Kinderkurse, sondern auch die Schwimmgruppen sind weiterhin sehr gut besucht. Aber auch in Sachen Schwimmsport müssen sich die SSF Bonn in Zukunft den Herausforderungen des geänderten Schulsystems und dem immer größer werdenden Freizeitangebot für Kinder und Jugendliche stellen. Hier gilt es, die jungen Sportler ihrem Leistungsvermögen entsprechend optimal und kindgerecht zu fördern.



Um die gesetzten Ziele für das Jahr 2011 erreichen zu können, sind fleißiges Training und eine vertrauensvolle Zusammenarbeit unverzichtbar. Fast genauso wichtig aber ist: Nur mit einem ausgeprägten „Wir-Gefühl“ im Verein lässt sich der Spagat zwischen Breiten- und Leistungssport auch weiterhin bewältigen, können junge Sportler auch in Zukunft optimal gefördert und betreut werden.

Ute Pilger

Impfen – ja oder nein?

Abteilung informiert interessierte Eltern

Impfen oder nicht impfen – das war für die zahlreich erschienenen, interessierten Eltern des Schwimmnachwuchses die Frage, zu der sie bei einer Informationsveranstaltung der Schwimmabteilung Wissenswertes und Hintergründe vermittelt bekamen. Die Veranstaltung war Auftakt einer ganzen Seminarreihe, die sich mit gesundheitlichen Themen rund um den Schwimmsport beschäftigen wird und in lockerer Folge angeboten werden soll. Je nach Themengebiet – beispielsweise auch ärztliche Prophylaxemaßnahmen, Physiotherapie, Ernährung für Leistungssportler und notwendige ärztliche Untersuchungen – sind Abendveranstaltungen oder auch Tagesseminare wie bei dem sehr umfangreichen Thema „Impfen“, geplant. Unterstützt wird die Abteilung dabei von Experten aus dem Olympiastützpunkt Rheinland und den Kaiser-Karl-Kliniken.

In einer ausgesprochen informativen Präsentation konnte den Eltern aufgezeigt werden, dass die heutige Impfpraxis mit vielen Fragezeichen behaftet ist, und dass besonders das Impfen von Säuglingen und Kleinkindern vor dem Hintergrund neuester Erkenntnisse über die Funktionsweise des menschlichen Immunsystems eine wohlüberlegte Entscheidung sein sollte.

Besonders erfreulich für die Eltern war hierzu der Besuch des bekannten und impfkritischen Kölner Kinderarztes Dr. med. H. von Zimmermann, der bereits in den 1980er Jahren durch seine in etablierten Medizinjournalen veröffentlichten Arbeiten zur „Masernimpfung bei Kindern“ bekannt wurde. Er konnte den anwesenden Eltern aus seiner über 40-jährigen Berufspraxis berichten und darlegen, dass die über die Medien und Behörden gestreuten, oftmals sehr fragwürdigen Daten und Zahlen zu den Gefahren einer Maserninfektion und der damit verbundenen und gefürchteten Masernenzephalitis völlig überzogen sind. Seine Erkenntnisse richteten sich besonders auf die Gefahren und Komplikationen bei einer Manifestierung von ehemaligen und harmlosen Kinderkrankheiten im Erwachsenenalter, wie etwa Masern, Röteln, Mumps und Windpocken, wenn diese im Kindesalter sozusagen „weggeimpft“ werden.

Fazit: Eltern, die vor einer mündigen Impfentscheidung eine ausreichende Nutzen-Risiko-Analyse vornehmen sollten, finden sich oftmals völlig alleine, da die Behörden mit völlig unzureichendem Datenmaterial arbeiten und die Risiken einer Impfung gerne verschweigen. Hier gibt es noch viel Aufklärungsbedarf, zu dem das Elternseminar „Impfentscheidung“ einen wichtigen Beitrag leisten konnte.

Mehr Infos unter „News“ auf den Internetseiten der Schwimmabteilung unter www.ssf-bonn-schwimmen.com. Ferenc M. Warnusz

PARTNER

SSF-Mitglieder erhalten 10 % Rabatt auf:

- Dauerhafte und effektive **Haarentfernung** von: Achselhaaren, Haaren im Gesicht oder an den Beinen ab 50,- €
- **Permanent-Make-up** Lidstrich nur 149,- € Augenbrauen 199,- € dauerhaft und viele Jahre haltbar
- **Hautstraffungs-/Hautglättungsbehandlung** mit IPL, verbessert sofort sichtbar Mimikfalten und erschlaffte Hautpartien
- **Entspannende Gesichtsbehandlung** inkl. Massage, Ultraschallbehandlung und Make-up 48,- €



K. Escher – Kosmetikerin/Visagistin

Bonn-City · Kaiserstraße 19 · Telefon 02 28 / 22 48 44
www.kosmetik-escher.de



Protokoll der Mitgliederversammlung der Abteilung Badminton vom 24. September 2010

Beginn: 20.00 Uhr
Ende: 20.30 Uhr
Ort: Sportpark Nord
Anwesend: 9 stimmberechtigte Mitglieder (s. Anwesenheitsliste)

TOP 1: Begrüßung und Feststellung der Tagesordnung

Raja Mehlem eröffnet die Abteilungsversammlung um 20.00 Uhr. Die Tagesordnung wird verlesen.

TOP 2: Mitteilungen der Abteilungsleitung und Aussprache

Anschließend stellt sich die aktuelle Abteilungsleitung vor und bittet die anwesenden Mitglieder um Anregungen, Wünsche und Äußerungen. Jochen Schöning erwähnt, dass die Hallenzeit dienstags von 18 bis 20 Uhr zur Zeit sehr stark frequentiert ist, und eine Verbesserung in dieser Richtung wünschenswert wäre. Die Anmerkung wird von der Abteilungsleitung zur Kenntnis genommen.

TOP 3: Wahl eines Abteilungsleiters/einer Abteilungsleiterin und auf Wunsch weiterer Mitglieder der Abteilungsleitung

Der amtierende Abteilungsleiter Raja Mehlem berichtet über die Aufgaben als Abteilungsleiter. Er stellt sich zur Wiederwahl zur Verfügung, es werden keine weiteren Vorschläge eingebracht. Raja Mehlem wird ohne Gegenstimmen bei einer Enthaltung als Abteilungsleiter gewählt.

Die Abteilungsleitung berichtet über die Arbeit der abwesenden Kassenwartin Barbara Wulff. Die Anwesenden sprechen sich dafür aus, sie weiterhin als Kassenwartin einzusetzen, sofern sie diese Aufgabe weiterhin übernehmen möchte. Die Entscheidung wird mit einer einstimmigen Wahl bestätigt. (Diese Wahl erfolgt im Anschluss an die Wahl der Delegierten.)

TOP 4: Wahl eines stellv. Abteilungsleiters

Ralf Reiche stellt sich zur Wahl und berichtet über seine bisherige Arbeit in der Abteilungsleitung. Er wird ohne Gegenstimmen bei einer Enthaltung zum stellvertretenden Abteilungsleiter gewählt.

TOP 5: Wahl der Delegierten (2011-2014)

Raja Mehlem berichtet kurz über die Aktivitäten eines Delegierten der Badmintonabteilung. Es wird festgestellt, dass die Abteilung auf Grund der Mitgliederzahl neben dem Abteilungsleiter noch einen weiteren Delegierten wählen kann. Jochen Schöning wird einstimmig zum Delegierten gewählt.

TOP 6: Verschiedenes

Die Abteilungsleitung fragt, ob noch weitere Punkte von Seiten der Anwesenden zu klären sind. Keine weiteren Punkte werden vorgebracht, die Abteilungsversammlung wird als abgeschlossen erklärt.

Raja Mehlem (Abteilungsleiter)
Laty Prenner (Protokollführerin)



WELLNESS • WASSER • SPORT • BEAUTY

natürlich gesund saunieren



Saunapark Siebengebirge

*„Um zu neuen Kräften
zu kommen, braucht es
keinen langen Weg,
sondern einen ganz
besonderen Ort“*

★★★★★

SaunaPremium

DEUTSCHER SAUNA-BUND



**Als SSF-Mitglied erhalten
Sie 10% Nachlass auf
die Sauna-Eintrittspreise
für die 2-Std.-Karte,
4-Std.-Karte und Tageskarte**



**Saunapark Siebengebirge
Dollendorfer Str. 106 - 110
53639 Königswinter-Oberpleis**

Tel: (02244) 9217-0

www.saunapark-siebengebirge.de

10%* **SPORTLER
APOTHEKE**
für SSF Mitglieder powered by URSAPHARM

Rochus Apotheke, Rochusstr. 249, BN Duisdorf
Kosmos Apotheke, Rochusstr. 180, BN Duisdorf

Einhorn Apotheke, Poststr. 34, Bonn Zentrum

Adler Apotheke, Kaiserstr. 126, Siegburg

* auf Freiwahlartikel und rezeptfreie Arzneimittel





Sleeping Art

SCHLAFKONZEPTE

*Reiten ist mein Leben.
Gesunder Schlaf mein Steckenpferd.*

*Weil es mir gut geht, überträgt sich das auf
mein Pferd. Auf meinem neuen Swissflex-Bett
entspanne ich mich so gut wie auf keinem
anderen Bett. Das Zusammenspiel
zwischen Unterfederung und Matratze
gibt die entscheidenden Impulse.*

Anneke Dunkhase, Reiterin

swissflex
swiss made. swiss quality.



Bettsysteme Matratzen Luftbetten Wasserbetten Boxspring

Sleeping Art Obnierstr. 10 Nähe Verteilerkreis 53119 Bonn

Tel.: (0 22 8) 68 65 56 www.sleeping-art.de

Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 10:00 - 18:30 Uhr Sa. 10:00 - 16:00 Uhr

Der Tiger geht, der Hase kommt

Kyudo: Kagamibiraki zum Jahresauftakt

Der Tiger geht, der Hase kommt. – im Kalender des Fernen Ostens steht das Jahr 2011 im Zeichen des Hasen, und damit war das Hauptmotiv der Zielscheiben bei der Jahreseröffnung der Kyudo-Gruppe vorgegeben: Hasen in allen Varianten.

Schon zum fünften Mal veranstaltete die Kyudo-Gruppe unter Leitung von Sven Zimmermann ihr so genanntes „kagami biraki“ zur Eröffnung des neuen Jahres. Der Lehrer schießt eine Zeremonie – das yawatashi –, nachfolgend schießt jeder Schütze zwei Pfeile. Das ist der ernste Teil, das kagami-biraki. Daran schließen sich die „mato-asobi“ an, ein spaßiger Wettkampf, bei dem auf ungewöhnliche Zielscheiben geschossen, auf Fächer, Luftballons und 2011



eben auf Hasen. Gewonnen hat Sven Zimmermann (Bonn), Zweiter wurde Wolfgang Sauer (Aachen), Dritter Michael Wurzel (Köln).

Wie auch das Kyudo-Wochenende im Oktober ist das Bonner kagamibiraki zu einer

wichtigen Veranstaltung im nordrhein-westfälischen Kyudo-Kalender geworden. Zur Neujahrseröffnung war in diesem Jahr mehr als ein Viertel aller Kyudoka des Landesverbandes nach Bonn gekommen – ein stetiger Zuwachs.

Kyudo erlernen

Der dritte Anfängerkurs Kyudo hat bereits begonnen, Interessenten für den nächsten Kurs aber können sich auf eine Warteliste für den nächsten Kurs aufnehmen lassen (E-Mail: kyudo-bonn@web.de) oder einfach mal beim Training in der Untertribüne im Sportpark Nord vorbeischauen (montags und donnerstags von 20 bis 21.30 Uhr). Weitere Infos finden sich im Internet unter www.rhein-dojo.de (Aktuelles).

Die Kyudo-Gruppe bei den SSF besteht seit April 2006. Das hochrangige Lehrangebot, die gastfreundliche Atmosphäre und die perfekte Organisation haben Bonn schnell zu einem zentralen Kyudo-Ort werden lassen. Mit Sven Zimmermann unterrichtet hier einer von nur zwei deutschen Inhabern des 6. Dan.

ALLES WAS WIR KÖNNEN.

Damit man Sie um Ihren Stil beneidet.

Das finden Sie bei uns:

- Fliesen und Naturstein fürs ganze Haus und die Terrasse.
- Auf rund 1000 m² Ausstellungsfläche über 40 Bad- und Wohnwelten.
- Über 1000 Musterfliesen bekannter, hochwertiger Marken und Hersteller.
- Besuchen Sie unseren Profimarkt: Top-Material und -Zubehör auf Lager!
- Virtuelle Planung Ihres Traumbads in Originalgröße an unserer „Living Wall“.

Christian-Lassen-Str. 6
Gewerbegebiet Bonn-Buschdorf
Offener Sonntag* 11.00 - 16.00 Uhr
www.schmidt-rudersdorf.de www.riesenfliesenwelt.de

*keine Beratung, kein Verkauf

Schmidt Rudersdorf

FLIESEN • NATURSTEIN



18 Meister beim 18. Mal

Judoka der SSF-Bonn stellen die meisten StadtmeisterInnen

Zum 18. Mal lud der PSV Bonn zur Kreisoffenen Stadtmeisterschaft im Judo ein, und für die Judoka der SSF Bonn wurde die 18 zur Glückszahl: 18 Titel nämlich konnten die Kämpfer und Kämpferinnen des Clubs für sich verbuchen, hinzu kamen 5 Vizemeistertitel und 16 Bronzemedailen.

Fast schon traditionell kämpften Judoka aus Bonn und dem Rhein-Sieg-Kreis um die begehrte Medaille mit dem Bonner Stadtwappen in der Mitte in der Hardtberghalle, und ebenfalls schöne Tradition war das Turnier für die „Minis“ (alle Judoka der Jahrgänge 2003 und 2004), das der PSV im Rahmen der Stadtmeister-



schaften organisierte. Hätte der PSV einen Pokal für den erfolgreichsten Verein zu vergeben, hätten die Judoka der SSF-Bonn diesen zum zweiten Mal hintereinander gewonnen: 18 Titel, 5 zweite Plätze und 16 dritte Plätze brachten den Club unangefochten an die Spitze der erfolgreichsten Judovereine im ohnehin kampfstarken Kreis Bonn. Mit diesem Ergebnis ließen die Judoka der SSF nicht nur den mitgliederstärksten Verein aus NRW, den Beueler Judo Club, hinter sich, sondern auch unter den Top-Ten vertretene Vereine wie den JC Hennef und den Godesberger Judo Club.

Bei den Minis stellten die SSF Bonn mit der 17,9 Kilogramm „schweren“ Luisa Overbeck das einzige Mädchen, das auch seine männliche Konkurrenz bezwingen konnte, und waren der einzige Verein, der gleich drei Judoka des jüngsten U11-Jahrgangs (2002) ganz oben auf dem Treppchen hatte: Soraya Günther (-33,2kg), Daniel Schäfer (-28,4kg) und Jano Rübo (-24,5kg).

Alle Ergebnisse unter: www.nwjv.de/index.php?mf=blitzinfo/kreise/vieweintrag.php&id

„Kleine“ ganz groß

13-Jähriger gewinnt Bezirksmeisterschaft in der Altersklasse U17



Freuten sich über ihre Leistung bei den „Großen“: Mohammed Kochih und Tabea Reul

Vier Kämpfer haben die Vereinsfarben bei den Westdeutschen Einzelmeisterschaften der U17 in Duisburg vertreten. Neben Maxime Junghänel und Gabriel Berg hatten sich auch Tabea Reul und Mohammed Kochih für den Wettkampf qualifizieren können, die altersmäßig erst zur Jahrgangsstufe U13 gehören. Mohammed Kochih war die Qualifikation mit einem Bezirksmeistertitel in der Gewichtsklasse

bis 43kg gelungen, seine Trainingskollegin Tabea hatte in der Gewichtsklasse bis 63kg einen 3. Platz belegt. Mit Maxime Junghänel trat der Zweite der Deutschen Meisterschaften des Jahres 2010 in Duisburg an die Matte; Gabriel Berg konnte aufgrund einer Verletzung zwar nicht an den Bezirksmeisterschaften teilnehmen, war vom Landesmeister aber für Duisburg „gesetzt“ worden.

Yamina Bouchibane



Aktive Vorsorge für aktive Sportler

Sie wollen beim Sport aufs Ganze gehen
Wir sichern Sie ab

AXA bietet Ihnen als Sportler genau die richtige Absicherung. Ob Haftpflicht, Unfall- oder Krankenversicherung, wir beraten Sie rundum und berücksichtigen Ihre individuelle Lebenssituation. Damit Sie Ihre Träume und Wünsche verwirklichen können.

Reden Sie mit uns.



AXA Hauptvertretung
Ronald Kirchner
Haager Weg 93
53127 Bonn

Tel.: 02 28/21 51 75
Fax: 02 28/96 19 360

E-Mail:
ronald.kirchner@axa.de

10%

SSF Mitgliedsrabatt
auf nicht reduzierte Ware

INTERSPORT®

SPORTPARTNER

Beratungspower mit Bestpreis Garantie

Wenzelgasse Ecke Friedrichstr. 45 / 0228-98393-0 www.sportpartner-bonn.de





Einladung zur Mitgliederversammlung der Abteilung Ju-Jutsu

am Dienstag, dem 22. März 2011, ab 19.00 Uhr im Gymnas-
tikraum der Theodor-Litt-Schule, Eduard-Otto-Straße 9

Tagesordnung

- TOP 1:** Begrüßung und Eröffnung
- TOP 2:** Wahl des Protokollführers
- TOP 3:** Genehmigung der Tagesordnung
- TOP 4:** Bericht des Abteilungsleiters und Aussprache
- TOP 5:** Bericht des Kassenwarts und Aussprache
- TOP 6:** Entlastung der Abteilungsleitung
- TOP 7:** Wahl der Abteilungsleitung
- TOP 8:** Anträge
- TOP 9:** Verschiedenes

Anträge müssen bis zum 11. März 2011 schriftlich bei der Ab-
teilungsleitung vorliegen (Jens Franken, Dechenstrasse 4,
53115 Bonn).

Protokoll der Mitgliederversamm- lung der Abteilung Karate/Kendo vom 20. Dezember 2010

Beginn: 19.45 Uhr
Ende: 20.30 Uhr
Ort: Roter Salon, Sportpark Nord
Anwesend: (s. Anwesenheitsliste)

Der amtierende Vorsitzende der Abteilung, Burkhard Pahde, be-
grüßt die Anwesenden.

Top1: Kassenbericht

(Der komplette Bericht liegt zur Einsicht bei der Abteilungslei-
tung.) Hier gab es wie in den Vorjahren keine unvorhergesehe-
nen Entwicklungen. Der größte Posten ist wie immer das Trainer-
honorar. Einnahmen wurden im geringen Maße über Anfänger-
kurse erwirtschaftet.

Top 2: Entlastung der Abteilungsleitung

Dem Antrag auf Entlastung der Abteilungsleitung wird einstim-
mig bei drei Enthaltungen zugestimmt.

Top 3: Neuwahl der Abteilungsleitung

Burkhard Pahde steht für die Abteilungsleitung aus familiären
Gründen nicht mehr zur Verfügung. Stefan Brandscheit wird ein-
stimmig zum Abteilungsleiter gewählt. Julia Hombach wird Stell-
vertreterin und Christina Herrmann bleibt Kassenwartin.

Top 4: Bericht Aktivitäten 2010

Das Training fand 2010 ohne größere Unterbrechungen statt. Es
wurden sowohl im Kinder- und Jugendbereich, als auch bei den
Erwachsenen Gürtelprüfungen abgenommen.

Top 5: Ausblick 2011

Aus der Geschäftsstelle kam die Anfrage, dienstags von 16 bis
17 Uhr in der OGS ein Kindertraining anzubieten. Julia erklärte
sich dazu bereit. Des weiteren wurde auf die Renovierung des
Sportpark Nord hingewiesen.

Top 6: Sonstiges

Es gab keine weiteren Punkte zu klären.

Burkhard Pahde (Protokollführer)

trinkForm[®] sports

Energie tanken.
Alles geben.
Finishen.

trinkForm[®] sports
Iso- und Recovery-Drink

- ✓ ohne Fructose
- ✓ ohne Lactose
- ✓ frei von Konservierungsstoffen
- ✓ natürliche Farbstoffe
- ✓ natürliche und natürliche Aromen
- ✓ gentechnikfrei
- ✓ glutenfrei

Schon probiert?
ENERGY-GEL in zwei
fruchtigen Sorten

MALTODEXTRIN 19
die Extra-Energie

ENERGY-GEL
Orange • Kaffee
Grapefruit • Kaffee

PARTNER
Der offizielle Partner der SSF Bonn

trinkForm[®] Sports gewährt den
Mitgliedern der SSF Bonn einen
Rabatt von 15%.
Bitte bei der Online-Bestellung
den Gutscheincode **"SSF2011"**
eingeben.

Weitere Informationen unter
www.trinkformsports.de



Gutes Training bei niedrigen Temperaturen

Maciek Miernicki souveräner Sieger beim Insellauf

Ungewohnte Glücksgefühle für die Triathlon-Abteilung der SSF Bonn, dem Veranstalter des 7. Insellaufs von Königswinter nach Bad Honnef und zurück: Kein Hochwasser, kein Schnee, kein Eis, nicht einmal Gegenwind gab es auf dem 15 Kilometer-Kurs am Rhein. Der einzige „Feind“ der knapp 300 Teilnehmer waren die Temperaturen, die gefühlt unter null Grad lagen. Aufgrund des Ausfalls im vergangenen Jahr durften alle Anmelder von 2010 in diesem Jahr automatisch an den Start gehen. Dadurch ergab sich eine für Januar-Verhältnisse ungewohnt hohe Meldezahl von 520 Startern, von denen jedoch viele nicht von ihrem Startrecht Gebrauch machten.

Auf der flachen und durchgehend asphaltierten Strecke mit Wendepunkt auf der Insel Gra-

fenwerth war die Rollenverteilung vom Start weg eindeutig. Bereits nach der „Einlaufrunde“ im Königswinterer Stadion setzte sich Maciek Miernicki vom Läuferfeld ab und lief ein einsames Rennen. Für den schnellen polnischen Läufer vom Förderverein Citylauf Ertstadt war es aus seiner Sicht „ein guter Trainingslauf in seiner Saisonvorbereitung“. Nach 50 Minuten und 36 Sekunden siegte er souverän vor den beiden Bonnern René Göldner (Team Hofgarten Apotheke, 54:06) und Frank Emde (PSV Bonn, 54:10).

Schnellste Frau wurde Thirid Buch vom Alfterer SC nach 59:05 Minuten. Damit blieb sie als einzige Läuferin unter der magischen Stundenmarke. Die anfangs führende Marlen Günther (LAZ Troisdorf/Siegburg) mußte unterwegs mit Magenkrämpfen kämpfen und war



froh, das Ziel noch als Zweite zu erreichen. Mit 60:20 Minuten Laufzeit blieb sie aber noch vor der erfahrenen Birgit Lennartz (LLG St. Augustin).

Beim 1000 Meter-Lauf der Schüler gingen 25 LäuferInnen

an den Start. Die zweieinhalb Stadionrunden gewann überraschend Nadine Hackenberger (PSV Brühl) in 4:06 Minuten vor dem ersten männlichen Läufer Szymon Gomulla (Bonn, 4:09).

Joe Körbs



Sport Vossen

www.sport-vossen.de

online abtauchen

arena solar speedo sailfish swim VIEW SWANS

Schwimmer und Triathleten finden bei uns eine große Auswahl an:

- Schwimmanzügen und -hosen • Fastskin • Powerskin • IZR Racer
- Schwimmbrillen (auch von SWANS und View)
- Schwimmkappen • Teambekleidung • Schwimmzubehör aller Art • Badesandalen
- Taschen und Rucksäcke • Neoprenanzüge • Triathlonbekleidung und -zubehör
- Aquajogging-Zubehör • Powerbar-Sporternährung und vieles mehr.

Mo-Mi und Fr 10-12 und 16-18 Uhr. Do 10-18 Uhr. Sa 10-12 Uhr und gerne nach Terminabsprache.

Die Termine für den Vereinverkauf im Sportpark Nord entnehmen Sie bitte dem Aushang der Schwimmabteilung im Schwimmbad, oder unserer Homepage www.sport-vossen.de.

Sport Vossen • Mommienstraße 71 (Ecke Gleiwitz Str.) • 50935 Köln Tel.: 0170-5042000 • j.vossen@sport-vossen.de



Schnupperkurs für Kids

Kinder ab 8 Jahren, die einmal ausprobieren wollen, ob ihnen Tischtennis gefällt, sind herzlich eingeladen zu unserem Schnupperkurs

mittwochs 17.00 bis 19.00 Uhr in der Alten Jahnschule.

Der Kurs wird von einem lizenzierten Übungsleiter geleitet. Mitzubringen sind Sportbekleidung und Hallenschuhe. Tischtennis-Schläger können gestellt werden. Der Schnupperkurs beinhaltet fünf Übungsstunden. Die Kursgebühr beträgt 10 EUR für Nichtmitglieder und ist für Mitglieder kostenlos.

Einfach mal 'reinschnuppern!

Protokoll der Jahreshauptversammlung der Abteilung Triathlon vom 17. November 2010

Beginn: 19.30 Uhr

Ende: 20.30 Uhr

Ort: Sportpark Nord (Roter Salon)

Anwesend: Teilnehmer gemäß Anwesenheitsliste

TOP 1: Begrüßung und Feststellung der Beschlussfähigkeit

Die Versammlung wurde durch Veröffentlichung in der Sport-Palette Oktober 2010 ordnungsgemäß eingeladen und ist somit beschlussfähig.

TOP 2: Genehmigung der Tagesordnung

Die Tagesordnung wird verlesen und durch die anwesenden Mitglieder genehmigt. Es stehen keine Vorstandswahlen an.

TOP 3: Bericht der Abteilungsleitung

Christoph Großkopf (Leistungswart): Kathi Malter und Luis Hesemann wurden zur Nachwuchs-DM nominiert, Dominanz der Trikids im NRW-Nachwuchs-Cup und zahlreiche Siege im Rheinland-Cup. Ausbau der Schulkoooperation im Rahmen des Regional-Stützpunktes „Talentsichtung/Talentförderung“ geplant. Aber: durch verlängerte Schulzeiten Mitglieder-Rückgang im Nachwuchsbereich. Der Nachwuchs-Leistungssport soll weiterhin gefördert werden.

Uwe Gersch (Abteilungsleiter): Die Abteilung verzeichnet Mitte November 378 Mitglieder. Der derzeitige Aufnahmestopp soll 2011 zunächst aufgehoben werden. Überlegungen, mit einer großen Gruppe gemeinsam bei einer Langdistanz (Einzel- und Staffelstart) zu starten.

TOP 4: Bericht des Kassenwartes

Die geplanten Ein- und Ausgaben für das Jahr 2011 werden vorgestellt. Es ist keine Anhebung des Abteilungsbeitrages vorgesehen.

TOP 5: Diskussion der Berichte

TOP 6: Verschiedenes

Termine und Abstimmung bzgl. des weiteren Vorgehens zwecks Sponsorensuche. In Abhängigkeit der Teilnehmerzahl soll ggf. die 2. Rumpfgymnastikgruppe (Montag) gestrichen werden. Christoph Großkopf klärt Möglichkeiten einer Radlizenz beim BDR.

Marco Kock (Protokollführer)

Andrang an der Platte

28. Mini-Meisterschaften im Tischtennis

Ein großes Gewusel gab es bei den diesjährigen Tischtennis-Mini-Meisterschaften, die in der Turnhalle der Jahnschule Graurheindorf durchgeführt wurden. 54 Jungen und Mädchen hatten sich angemeldet und spielten um die Pokale, kurzentschlossen nahmen die Ausrichter, die Tischtennis-Abteilung der SSF Bonn, noch die Nachbarhalle dazu. Ein besonderes Dankeschön deshalb an den Jugendausschuss der Abteilung mit Karolina Schulz, Benjamin Wasiljew sowie die Jugendlichen, die dieses Turnier erst zu einem richtigen Erfolg machten.

Bei den Mädchen nahm Maria Rosanna Gartmann den Siegerpokal mit nach Hause; bei den Jungen gab es drei Alterklassen und folgende Sieger: Matthias Wilkens (Jahrgang 1998/99), Mirko Rußbült (Jahrgang 2000/2001) und Robert Kautz (Jahrgang 2002 und jünger). Die ersten vier Kinder in jeder Klasse haben sich für

den Kreiseinsatz qualifiziert, der am 13. März in Witterschlick stattfinden wird. Allen Kindern wurde zudem ein „Schnuppertermin“ beim Jugendtraining angeboten.

Die Tischtennis-Abteilung des Clubs beteiligt sich schon traditionell an den Mini-Meisterschaften, einer Aktion des Deutschen Tischtennis-Bundes zum Jahresauftakt, die zugleich eine der größten Breitensportaktionen im deutschen Sport überhaupt ist. Dieses spannende Turnier, an dem bundesweit seit 1983 bereits mehr als eine Million Mädchen und Jungen teilgenommen haben, verpflichtet zu nichts und ist kostenlos, bringt den Kids aber jede Menge Spaß – und natürlich hofft die Abteilung, dass viele der jungen Turnierteilnehmer auch in diesem Jahr den Weg zum regelmäßigen Training finden werden: mittwochs von 17 bis 19 Uhr in der Turnhalle der Jahnschule. Jörg Brinkmann

Einladung zur Mitgliederversammlung der Abteilung Tischtennis

am Dienstag, dem 31. Mai 2011, ab 19.30 Uhr in Gaststätte „Bacco“, Oppelner Str. 2, 53119 Bonn-Tannenbusch

Tagesordnung

TOP 1: Begrüßung und Ehrungen

TOP 2: Genehmigung der Tagesordnung

TOP 3: Niederschrift der letzten Abteilungsversammlung

TOP 4: Bericht der Abteilungsleitung

TOP 5: Wahl eines Versammlungsleiters

TOP 6: Entlastung der Abteilungsleitung

TOP 7: Neuwahlen (a. Abteilungsleiter, b. Stv. Abteilungsleiter, c. Sportwart, d. Damenwart, e. Kassenwart)

TOP 8: Mannschaftsaufstellungen Saison 2011/2012

TOP 9: Anträge

TOP 10: Verschiedenes

Anträge zur Abteilungsversammlung sind bis Freitag, 27. Mai 2011, schriftlich an die Abteilungsleitung zu richten. Aufgrund der Bedeutung einzelner Punkte bitten wir um vollzähliges Erscheinen. Mitglieder, die trotzdem verhindert sind, werden gebeten, unbedingt vor der Versammlung telefonisch mit unserem Sportwart Benjamin Wasiljew Kontakt aufzunehmen (Tel. 0176/38246589).

Am Dienstag, 31. Mai 2011, ist die Halle ab 19 Uhr geschlossen.

i.A. Jörg Brinkmann



Toller Einstieg

Lena Schöneborn und Matthias Sandten bei der Qualifikation für den Nationalkader



Aus sportlicher und organisatorischer Sicht war die erste Qualifikation für den Nationalkader, die der Deutsche Fünfkampfverband Ende Januar in Bonn durchführte, eine runde Sache: SSF-Olympionikin Lena Schöneborn siegte in diesem Wettkampf fast im Vorbeigehen und auch Matthias Sandten ließ mit einer neuen persönlichen Bestzeit in seiner „Problem“disziplin Schwimmen auf eine ausgesprochen erfolgreiche Saison hoffen.

Schöneborns Endergebnis von 5.304 Punkten hatte Insider nicht wirklich überraschen können, doch verspricht ihre bereits zu diesem frühen Zeitpunkt ansprechende Form viel für die kommende Wettkampfsaison. Auch Paria Mahrokh (7. Platz / 4.948 Punkte) und Sara Mahrokh (10. Platz / 4.796 Punkte) zeigten ansprechende Leistungen und sind nah dran an einem Platz im Bundeskader und damit dem Nationalteam. Deborah Schöneborn (Platz 17 / 3.568 Punkte), Rabea Schöneborn (Platz 19 / 3.552 Punkte) und Sepideh

Mahrokh (Platz 21 / 3.260 Punkte) konnten mit ihren Leistungen beim Saisonestieg zufrieden sein, auch wenn sie sich in einzelnen Disziplinen vielleicht mehr erwartet hatten. Ein Platz im Jugend-Nationalteam für Debbie und Rabea Schöneborn aber ist in diesem Jahr mit Sicherheit möglich.

Beim den Männern gab es folgende Resultate: Sascha Vetter (Platz 7 / 5.460 Punkte), Matthias Sandten (9. Platz / 5.360 Punkte), Johannes Heuser (14. Platz / 5.044 Punkte), Carsten Herboth (Platz 22 / 3.684 Punkte), Lukas Heuser (Platz 24 / 3.360 Punkte) und Philip Becker (Platz 25 / 3.344 Punkte). Neben Sascha und Matthias sollte auch Johannes in diesem Jahr einen Platz im Bundeskader bzw. Nationalteam erreichen können.

Berücksichtigt man aber Alter und Entwicklungsmöglichkeiten, ist das Resultat von Matthias Sandten besonders hervorzuheben. Er hat mit Unterstützung des Cheftrainers Schwimmen, Stefan Koch, in den vergangenen vier

Monaten akribisch an seiner Problemdisziplin Schwimmen gearbeitet und bei der Kaderqualifikation nicht nur eine neue persönliche Bestzeit (2:13,7 auf der langen Bahn) erreicht, sondern auch in den anderen Disziplinen angedeutet, dass hier ein Top-Fünfkämpfer heranwächst, der das Zeug zu einem absoluten Weltklasseathlet hat.

Unterm Strich bleiben ein gelungener Saisonauftakt für

die Trainer Tobias Piatek, Lajos Czirre und Matthias Hanemann und ein besonderes Dankeschön an Joachim Krupp und sein Team von 30 Wettkampfhelfern, die den Wettkampf in gewohnter Qualität abwickelten, sowie an die Hobby-Gruppe Schießen, deren Mitglieder sich, wie bei jedem Wettkampf in Bonn, als Kampfrichter zur Verfügung stellten.

Michael Scharf

Lena Schöneborn im Top-Team des DOSB

Deutscher Olympischer Sportbund benennt erste Athleten für London 2012

Als einzige Athletin des Deutschen Verbandes für Modernen Fünfkampf ist Lena Schöneborn ins „Top-Team London“ des Deutschen Olympischen Sportbundes berufen worden – und damit ist die Bonnerin eine von 152 Sportlerinnen und Sportlern, die die Bundesrepublik bei den Olympischen Sommerspielen vertreten sollen. London und die Tower Bridge sind damit in Reichweite gerückt, allerdings müssen die benannten Athleten sich zunächst noch für die 2012 ausgetragenen Wettkämpfe in der britischen Hauptstadt qualifizieren.

Zum Olympia-Top-Team zählen mehr als ein Dutzend Olympiasieger von Peking sowie zahlreiche Welt- und Europameister. Die mit der Berufung verbundene Förderung durch den DOSB soll dazu dienen, den potenziellen Medaillenkandidaten eine effiziente Olympiavorbereitung zu gewährleisten. Dabei hat die Verbesserung der Rahmenbedingungen sowie die Finanzierung notwendiger Projekte in einer mit allen Partnern abgestimmten konzertierten Aktion höchste Priorität.

„Die Athleten im DOSB-Olympia-Top-Team sollen die besten, individuell zugeschnittenen Bedingungen haben, um sich optimal auf die Sommerspiele vorbereiten zu kön-

nen. Sie sollen maßgeblich dazu beitragen, dass wir in London unseren Platz unter den besten Sportnationen der Welt erfolgreich verteidigen können“, sagte DOSB-Präsident Thomas Bach.

Olympiastützpunkte, Vereine und Arbeitgeber sind aufgefordert, die Teammitglieder gezielt zu unterstützen. Wer von ihnen kein Profi oder bei Bundeswehr, Bundespolizei und anderen öffentlichen Sportförder-Einrichtungen angestellt ist, kann bei der Stiftung Deutsche Sporthilfe die Elite-Plus-Förderung beantragen. Allerdings ist noch keiner dieser Athletinnen und Athleten bereits für die Olympischen Spiele qualifiziert beziehungsweise nominiert. Ob die sportlichen und sonstigen Grundsätze zur Nominierung erfüllt sind (sportliche Qualifikation, keine Dopingvergehen, Unterschrift unter die Athletenvereinbarung, u.a.), überprüft das DOSB-Präsidium erst bei der Benennung der Olympiamannschaft.

Zudem steckte das Präsidium des DOSB den Rahmen zur Nominierung der deutschen Olympiamannschaft ab und beschloss die Nominierungsgrundsätze für die Spiele. Wie in der Vergangenheit ist die „begründete Endkampfchance“ Voraussetzung für eine Nominierung, außerdem muss eine Athletenvereinbarung unterzeichnet werden.



Kampf um den Klassenerhalt

SSF Dragons bereiten sich auf die Abstiegsrunde vor



Die „Floorball Ultras Bonn“ halten ihrem Team trotz der Niederlagenserie die Treue; ihre lautstarke Unterstützung ist ein nicht zu unterschätzender Faktor bei Heimspielen im Sportpark Nord.
(Foto: Siegfried Schwarz)

Für die Floorballer der SSF Bonn hat in der Bundesliga der Kampf um den Klassenerhalt begonnen. Wie zu erwarten konnte sich der Aufsteiger nicht für die Meisterrunde der besten fünf Teams qualifizieren. In der Abstiegsrunde haben es die Bonner zunächst mit den Floor Fighters Chemnitz und der DHfK Leipzig zu tun; nur der bestplatzierte der drei Vereine ist „gerettet“. Die beiden anderen müssen

mit den Siegern der 2. Bundesliga Nord und Ost in die Relegationsrunde, wo es um den Klassenerhalt geht.

Regionalliga: Im sicheren Mittelfeld

Im Schatten des Bundesligateams spielt ein weiteres Großfeldteam der SSF Bonn in der Regionalliga. An dieser nehmen inzwischen elf Teams aus NRW und Hessen teil, was die rasante Entwicklung der

Sportart in der Region signalisiert – vor zwei Jahren, zur Premiere dieser Liga, waren es erst fünf Vereine. Das von Simon Kandziora und Markus Tölzer betreute, überwiegend mit jungen, unerfahrenen Spielern aus der U17 besetzte Team der Bonner hat sich dort respektabel geschlagen, kam immer besser in Fahrt und steht auf einem sicheren Mittelfeldplatz.

Auch im Jugendbereich halten der Zulauf und die Begeisterung weiterhin an. Ein großes Ziel hat in diesem Jahr das Kleinfeldteam der U17: Es soll nicht nur zum dritten Mal in Folge die Qualifikation für das Finalturnier um die deutschen Meisterschaften gelingen, sondern das Team um Kapitän Lutz Ackermann möchte in diesem Jahr den großen Coup landen und den Titel nach Bonn holen. Die Meisterschaften finden im Juni in der Nähe von Hamburg statt.

Hannes Selhofer

Die siegreichen Sieben

7 Bonner Spieler in der U17 Trophy mit von der Partie

Bei der U17-Trophy in Kamen am zweiten Januar-Wochenende hat die U17-Auswahl West das erste Mal in der Geschichte den ersten Platz belegt und somit die gute Entwicklung der vergangenen Monate bestätigt. Mit dabei waren sieben talentierte Spieler aus Bonn: Janos Bröker, Lutz Ackermann, Niklas Bröker, Lukas Lücke, Lukas Mönning, Paul Grau und Tom Kollmar (TW).

Bei der U17-Trophy treffen die Auswahlmannschaften aus den Regionen Nord, West, Sachsen und Sachsen-Anhalt in einer Turnierform gegeneinander. Unter Beobachtung der U17-Nationaltrainer Sascha Franz und Mathis Wittneben konnte sich die West-Auswahl mit guten Leistungen präsentieren und im Laufe des Turniers kontinuierlich steigern. Nach zwei Siegen und einer Niederlage am ersten Tag qualifizierte sich die Auswahl West für das Finale und konnte dort in einem spannenden und temporeichen Spiel mit 6:4 gegen die Nord-Auswahl zum ersten Mal in der Geschichte der U17-Trophy den Titel in den Westen holen.

Protokoll der Gründungsversammlung der Floorball-Abteilung (SSF Dragons Bonn) vom 6. November 2010

Beginn: 14.13 Uhr

Ende: 14.35 Uhr

Ort: Bootshaus der SSF Bonn, Rheinaustraße 269a, Bonn-Beuel

Anwesend: Jan Patocka, Simon Kandziora, Markus Tölzer, Henrik Würdemann, Eugen Friesen, Mario Mittermüller, Markus Mayer, Jakob Grau, Kerstin Grau, Peter Grau, Michael Scharf

TOP 1: Eröffnung der Versammlung

Vorstand Michael Scharf begrüßt die Anwesenden und stellt fest, dass form- und fristgerecht eingeladen wurde.

TOP 2: Abstimmung zur Tagesordnung

Es gibt keine Änderungsanträge.

TOP 3: Gründung der Abteilung

Michael Scharf fragt, ob es Einwände gegen die Gründung der Abteilung gibt. Dies ist nicht der Fall. Die Gründung der Abteilung wird daraufhin einstimmig beschlossen.

TOP 4: Wahl des Abteilungsleiters und seines Stellvertreters

Vorgeschlagen als Abteilungsleiter wird Jan Patocka. Jan erklärt, dass er das Amt annehmen würde und wird daraufhin einstimmig bei einer Enthaltung gewählt. Vorgeschlagen als Stellvertreter wird Markus Tölzer. Auch er stellt sich zur Wahl und wird einstimmig bei einer Enthaltung gewählt.

TOP 5: Beschluss einer Abteilungsordnung

Michael Scharf verweist darauf, dass eine Abteilungsordnung keine Pflicht darstellt. Die Abteilungsmitglieder beschließen aber einstimmig, die von Markus Tölzer vorgestellte und vom Gesamtvorstand (bis auf kleinere Veränderungen) bereits geprüfte Ordnung zu verabschieden. Eine explizite Erläuterung jedes einzelnen Inhaltspunktes der gesamten Ordnung wird auch auf Nachfrage nicht erwünscht.

TOP 6: Weitere Wahlen

Wahl zum Sportwart: Vorgeschlagen wird Simon Kandziora. Simon erklärt, dass er die Wahl annehmen würde und wird einstimmig bei einer Enthaltung gewählt.

Wahl zum Jugendwart: Vorgeschlagen wird Henrik Würdemann. Auch er ist bereit, die Wahl anzunehmen und wird einstimmig bei einer Enthaltung gewählt.

Delegiertenwahl: Hannes Selhofer (in Abwesenheit) und Mario Mittermüller werden einstimmig gewählt. Als Nachrücker wird Peter Grau einstimmig bei einer Enthaltung gewählt.

TOP 7: Verschiedenes

Keine Themen vorhanden.

Michael Scharf (Vorsitzender)
Markus Mayer (Protokollführer)

Änderungen im Offenen Bewegungstreff ab Montag, 7. März 2011

Die kleine Fechthalle im Sportpark Nord wird grundsaniert und ist vom 07. März bis zu den Sommerferien (Ende Juli) für den Sportbetrieb gesperrt. Die betroffenen Gruppen können meist in andere Räumlichkeiten ausweichen, somit ergeben sich folgende Änderungen für den Umbau:

Für die Vormittagsgruppen des Offenen Bewegungstreffs steht der Rote Salon im Sportpark Nord (Treppe hoch) als Ausweichraum zur Verfügung.

Abends konnten folgende Teillösungen gefunden werden:

- **Gesund und Fit**, mittwochs 19.00 - 20.15 Uhr, kleine Fechthalle, mit Ingrid Berger-Knipp findet ab 6. April (nach den Osterferien) als Outdoorangebot, bei trockenem Wetter und Temperaturen um 20 Grad im Stadion des Sportpark Nord statt. Die Teilnehmer bringen bitte ihre eigene Isomatte mit!
- **Pilates**, mittwochs 20.30 - 21.45 Uhr, kleine Fechthalle mit Aysel Dohmann weicht nach den Osterferien, ab Mittwoch, dem 4. Mai bis Ende Juli in die kleine Turnhalle der Berthold-Brecht-Gesamtschule in Bonn-Tannenbusch aus.

In der Zeit von März bis zu den Osterferien haben die Teilnehmer der Mittwochgruppen ersatzweise die Möglichkeit an folgenden Sportangeboten mitzumachen:

Offener Bewegungstreff:

Pilates, mittwochs, 17.00 - 18.15 Uhr im Ludwig-Erhard-Kolleg

Yoga, mittwochs, 20.00 - 21.45 Uhr in der Gottfried-Kinkel RS

Angebot der Skiabteilung (Dreifachhalle im Sportpark Nord):

Skigymnastik, mittwochs, 18.15 - 19.30 Uhr,

Dynamisches Fitnesstraining, mittwochs, 19.30 - 20.30 Uhr

Aerobic (Dance), donnerstags 17.30 - 19.00 Uhr, kleine Fechthalle mit Beatrix Koller-Alan fällt vom 3. März (Weiberfastnacht) bis zum 31. März ersatzlos aus. Ab dem 7. April trainiert diese Gruppe bis zu den Sommerferien im Roten Salon.

Wir bitten die Teilnehmer dieser Gruppen um Verständnis

Aufgrund der Hallensanierungen im Sportpark Nord und der Teilrenovierung des Schwimmbades, voraussichtlich ab Mai kann es zu kurzfristigen Störungen oder Kursänderungen kommen. Wir bemühen uns, den Sportbetrieb so weit wie möglich ungestört weiter anbieten zu können. Aktuelle Infos erhalten Sie im Schaufenster im Sportpark Nord, auf unserer Homepage www.ssf-bonn.de oder in der Geschäftsstelle.

Wir möchten die Möglichkeit nutzen Sie bereits jetzt darauf hinzuweisen, dass wir in den Sommerferien ein Ferienprogramm im Rahmen des Offenen Bewegungstreff planen. Dieses kann von allen SSF-Mitgliedern und den 10er Karten-Teilnehmern des Offenen Bewegungstreff kostenlos besucht werden. Nähere Infos finden Sie in unserer nächsten Palette (Ausgabe Juni) sowie auf unseren Internetseiten oder in der Geschäftsstelle.

Zwei neue Sportangebote im Offenen Bewegungstreff

Walking/Nordic Walking

dienstags, 10.30 bis 11.45 Uhr
Treffpunkt: Bootshaus Beuel, Rheinaustr. 269
Leitung: Martina Zimmer

Start: Dienstag, 5. April 2011

Das Beueler Rheinufer bietet eine wunderbare Walkingstrecke mit Urlaubsflair. Walking und Nordic Walking – die sanfte Trendsportart als ideales, gelenkschonendes Ausdauertraining zum Erhalten der Fitness und zum Vorbeugen von Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Ein guter Einstieg in ein gesünderes Leben.

Bitte eigene Walkingstöcke mitbringen, feste (Lauf-)Schuhe und bequeme Kleidung.



Kinderklettern

montags von 16.30 bis 18.00 Uhr
Treffpunkt: vor der Eingangstüre des Sportpark Nord.

Start: ab sofort!

Die beste Möglichkeit herauszufinden, dass Klettern Spaß macht, bietet sich ab sofort Jugendlichen und Kindern ab 8 Jahren, im Rahmen des Offenen Bewegungstreffs. Nähere Infos dazu finden Sie in dieser Palette auf Seite 6 oder erhalten Sie in unserer Geschäftsstelle unter Telefon 0228/676868.



Karneval: Von Donnerstag (Weiberfastnacht), 3. März bis Dienstag (Fastnacht) 8. März 2011 finden im Offenen Bewegungstreff keine Sportangebote statt.

Ostern: Von Montag, 18. April bis Freitag, 29. April 2011 sind Osterferien. In dieser Zeit finden im Offenen Bewegungstreff keine Sportangebote statt.

Jahres- und Multijahreskarten für den Offenen Bewegungstreff müssen jedes Jahr neu beantragt werden. Die Anträge für 2011 erhalten Sie bei ihren jeweiligen Übungsleitern, in der Geschäftsstelle, in den Fitnessräumen im Sportpark Nord und im Bootshaus Beuel sowie im Schwimmbad. Dort können Sie die Anträge auch abgeben.

Krankengymnastik, auch am Gerät
Manuelle Therapie · Bobath · PNF
Massage · Prävention · Reha-Sport
und vieles mehr für Ihre Gesundheit...

Imping & Schleiff
PHYSIOTHERAPIE
Oppelner Straße 130 · 53119 Bonn
0228 660681 · www.imping-schleiff.de



Offener Bewegungstreff



Einfach eine Teilnehmerkarte kaufen und hingehen. Keine Anmeldung erforderlich!

Egal, ob Sie nur mal schnuppern oder regelmäßig Sport treiben wollen, ob Sie sich für ein Angebot entscheiden oder öfter etwas anderes möchten: Bei den Angeboten des „Offenen Bewegungstreffs“ ist alles möglich. In den Schulferien sowie an Feiertagen finden keine Angebote statt.

Wir wollen mit unseren Angeboten aktuell bleiben und unsere Teilnehmer mit einem gesunden Sportangebot zufriedenstellen. In den Sommermonaten finden bei schönem Wetter manche Gymnastik- und Fitnessangebote auch im Stadion statt. Strukturelle Veränderungen und Neuerungen in den angebotenen „offenen“ Sportgruppen (z.B. Verfügbarkeit der Übungsleiter, Anzahl der Teilnehmer oder Räumlichkeiten) sind möglich, manchmal leider auch kurzfristig. Daher sollten sich Interessenten bitte vorher am Aushang im Eingangsbereich des Sportparks Nord, in der SSF-Geschäftsstelle oder im Internet über den aktuellen Stand informieren.

Die Jahres- u. Multi-Jahreskarten sind immer nur bis 31. Dezember gültig. Sie müssen jedes Jahr neu beantragt werden. Anmeldeformulare für 2011 erhalten Sie bei den Übungsleitern, in der Geschäftsstelle und in den Fitnessräumen.

Preise des Offenen Bewegungstreffs:

Kartenverkauf in der Geschäftsstelle und in den Fitnessräumen der SSF Bonn während der Öffnungszeiten.

Einzelkarte:

5 EUR für Mitglieder und Nichtmitglieder bis 59 Jahre
4 EUR für Mitglieder und Nichtmitglieder ab 60 Jahre u. Kinder

Zehnerkarte:

10 EUR für Mitglieder
45 EUR für Nichtmitglieder bis 59 Jahre
30 EUR für Nichtmitglieder ab 60 Jahre u. Kinder

Jahreskarten: (nur für Mitglieder)

1 Jahreskarte für 1 Angebot

18 EUR bis 59 Jahre
15 EUR ab 60 Jahre u. Kinder

2 Jahreskarten für 2 Angebote

36 EUR bis 59 Jahre
30 EUR ab 60 Jahre u. Kinder

1 Multi-Jahreskarte für alle Angebote

50 EUR bis 59 Jahre
40 EUR ab 60 Jahre u. Kinder

Das Angebot im Einzelnen: Stand 11. Februar 2011

Wirbelsäulengymnastik

Mo 9.45 - 10.45 Uhr (Änderung vorbehalten!)	Sportpark Nord
Mo 11.00 - 12.15 Uhr (Änderung vorbehalten!)	Sportpark Nord
Mo 10.30 - 11.45 Uhr	Bootshaus Beuel
Mo 18.15 - 19.30 Uhr	Seniorenheim Josefshöhe
Di 9.15 - 10.30 Uhr	Bootshaus Beuel
Fr 8.30 - 9.45 Uhr	Sportpark Nord

Wirbelsäulengymnastik mit Entspannung

Do 18.00 - 19.15 Uhr	Theodor-Litt-Schule
----------------------	---------------------

Rückenfit

Mi 11.30 - 12.45 Uhr	Bootshaus Beuel
Do 9.00 - 10.15 Uhr	Sportpark Nord

Yoga

Di 10.30 - 11.45 Uhr	Bootshaus Beuel
Mi 8.00 - 9.15 Uhr	Sportpark Nord
Mi 20.00 - 21.45 Uhr	Gottfried-Kinkel RS

Ashtanga-Yin-Yoga-Yoga

Do 10.00 - 11.30 Uhr	Bootshaus Beuel
----------------------	-----------------

Pilates

Mo 9.15 - 10.30 Uhr	Bootshaus Beuel
Mi 17.00 - 18.15 Uhr	Ludwig-Erhard-Kolleg
Mi 20.30 - 21.45 Uhr	Sportpark Nord

Kräftigung Tiefenmuskulatur

Fr 10.00 - 11.30 Uhr	Sportpark Nord
Fr 19.00 - 20.15 Uhr	Sportpark Nord

Senioren-gymnastik

Mi 9.30 - 10.45 Uhr	Sportpark Nord
---------------------	----------------

Ausgleichsgymnastik im Sitzen für ältere Senioren

Di 10.00 - 11.15 Uhr	Seniorenh. Josefshöhe
----------------------	-----------------------

Gesund und fit

Mi 19.00 - 20.15 Uhr	Sportpark Nord
----------------------	----------------

Ganzkörperfitness

Do 20.00 - 21.30 Uhr	Ludwig-Erhard-Kolleg
----------------------	----------------------

Bauch-Beine-Po

Mi 10.00 - 11.15 Uhr	Bootshaus Beuel
Do 10.15 - 11.30 Uhr	Sportpark Nord

Body Styling

Mo 19.45 - 21.15 Uhr	Sportpark Nord
----------------------	----------------

Senioren Aerobic

Di 11.30 - 12.45 Uhr	Sportpark Nord
----------------------	----------------

Easy Aerobic

Fr 18.00 - 19.00 Uhr	Sportpark Nord
----------------------	----------------

Fatburner Aerobic

Mo 18.15 - 19.30 Uhr	Sportpark Nord
----------------------	----------------

Aerobic (Dance)

Do 17.30 - 19.00 Uhr	Sportpark Nord
----------------------	----------------

Walking und/oder Nordic Walking

Di 10.30 - 11.45 Uhr (neu ab 5. April 2011)	Bootshaus Beuel
Mi 11.00 - 12.00 Uhr	Sportpark Nord

Wassergymnastik

Do 19.15 - 20.00 Uhr	Sportpark Nord
----------------------	----------------

Aquajogging

Mi 11.15 - 12.00 Uhr	Sportpark Nord
Mi 12.15 - 13.00 Uhr	Sportpark Nord
Do 9.00 - 9.45 Uhr	Sportpark Nord
Do 10.00 - 10.45 Uhr	Sportpark Nord
Do 10.45 - 11.30 Uhr	Sportpark Nord
Fr 10.00 - 10.45 Uhr	Sportpark Nord

Volleyball für Anfänger

Fr 18.30 - 20.00 Uhr	Sportpark Nord
----------------------	----------------

Kinderturnen

für Kinder (1,5 - 3 J.) und Eltern	
Di 9.00 - 10.00 Uhr	Fechtinternat
Di 10.00 - 11.00 Uhr	Fechtinternat
Do 17.00 - 18.00 Uhr Geschw. u. Eltern	Sportpark Nord
für Kinder (4 - 6 J.), Geschwister u. Eltern	
Do 16.00 - 17.00 Uhr	Sportpark Nord
für Kinder (3 - 6 J.) mit oder ohne Eltern	
Fr 16.30 - 18.00 Uhr	Sportpark Nord

Fitte Kids von drei bis sechs

für Kindergartenkinder (3 - 6 J.) ohne Eltern	
Do 15.00 - 16.00 Uhr	Sportpark Nord

Kinderklettern

Mo 16.30 - 18.00 Uhr (neu, ab sofort!)	Sportpark Nord
--	----------------



Kurse Stand 13. Februar 2011

**Infos zu allen Kursen bitte in der Geschäftsstelle erfragen.
Telefon 0228 / 67 68 68 und info@ssf-bonn.de**

Kurse werden für Mitglieder und Nichtmitglieder angeboten. Sie umfassen eine befristete Anzahl an Trainingsstunden und haben einen festen Anfangs- und Endtermin. Für Kurse ist eine separate Anmeldung erforderlich. Bitte erkundigen Sie sich in der Geschäftsstelle oder bei den angegebenen Ansprechpartnern.

Badmintonkurse für Erwachsene

Sportpark Nord, Kursdauer: 10 Übungsstunden, Kosten: 10 EUR für SSF-Mitglieder, 45 EUR für Nichtmitglieder

Anfänger	montags	20.00 – 20.45 Uhr
Anfänger	mittwochs	20.00 – 20.45 Uhr
Fortgeschrittene	mittwochs	20.45 – 21.30 Uhr
Fortgeschrittene	montags	20.45 – 21.30 Uhr

Badmintonkurse für Kinder u. Jugendliche

Sportpark Nord, Kursdauer: 10 Übungsstunden, Kinder und Jugendliche, die den Anfängerkurs absolviert haben, können in den laufenden Spielbetrieb einsteigen, Kosten: 5 EUR für Mitglieder, 25 EUR für Nichtmitglieder

Anfänger	donnerstags	15.00 – 16.00 Uhr
----------	-------------	-------------------

Kung Fu

Bootshaus Beuel, Kursgebühr richtet sich nach der Länge des Kurses, nähere Infos: Sabine Haller-Schretzmann, kung-fu@ssf-bonn.de

6-9 Jährige	montags	16.30 – 17.15 Uhr
9-12 Jährige	montags	17.15 – 18.00 Uhr
Jugendl. u. Erwachs.	montags	18.10 – 19.15 Uhr
Fortgeschrittene	montags	19.15 – 22.00 Uhr

Laufkurs

Bootshaus Beuel, Kursdauer: 12 Übungsstunden, 2 x wöchentlich, Kosten: 20 EUR für Mitglieder, 50 EUR für Nichtmitglieder, eigene Pulsuhr mitbringen (Pulsuhr in der Geschäftsstelle gegen Leihgebühr erhältlich).

Anfänger	dienstags u. donnerstags	18.00 – 19.00 Uhr
----------	--------------------------	-------------------

Yoga

Pauke, Endenicher Straße 43, Kursdauer: 10 x 1,5 Übungsstunden, Kosten: 70 EUR für Mitglieder, 100 EUR für Nichtmitglieder. Nähere Infos: P. Adami, Tel. 0228/252633, 0173/5332990.

Anfänger 1	dienstags	17.30 – 19.00 Uhr
Anfänger 2	dienstags	19.00 – 20.30 Uhr

Floorball (Unihockey)

Kursdauer: 10 Übungsstunden, Kosten: Für Mitglieder kostenlos, für Nichtmitglieder 30 EUR. Nähere Infos: Jan Patocka 0179/9496854, jan@ssf-bonn.de

Anfänger 4 – 10 Jahre	mittwochs	15.30 – 17.00 Uhr	SPN
Anfänger bis Jg. 1995	mittwochs	15.30 – 17.00 Uhr	SPN (nur Mädchen)
Anfänger ab Jg. 1994	mittwochs	19.00 – 20.30 Uhr	SPN (nur Mädchen)
Anfänger Erwachsene	mittwochs	20.30 – 22.00 Uhr	SPN

Bauchtanz

Bootshaus Beuel, jeweils 90 Minuten, Nichtmitglieder 60 EUR, Mitglieder 30 EUR, Anmeldung in der Geschäftsstelle

mittwochs	17.30 Uhr – 19.00 Uhr
-----------	-----------------------

Laufangebote

kostenfrei für alle Mitglieder, keine Anmeldung erforderlich, Ansprechpartner: Christoph Grosskopf, christoph.grosskopf@ssf-bonn.de, Internet: www.laufen-bei-den-ssf.de

Sportabzeichen

Stadion im Sportpark Nord, ab Mai bis Oktober, Abnahme Deutsches und Bayerisches Sportabzeichen, kostenfrei, ohne Anmeldung. Nähere Infos: Frank Herboth, Tel. 0228/675701

dienstags	18.00 – 19.30 Uhr
-----------	-------------------

Capoeira

Bootshaus Beuel, für Mitglieder kostenlos, für Nichtmitglieder 30 oder 45 EUR

Kinder unter 12 Jahre	freitags	16.30 – 17.30 Uhr
Anfänger	dienstags	17.15 – 18.15 Uhr
Fortgeschrittene	mittwochs	19.00 – 21.00 Uhr
Alle	donnerstags	16.45 – 18.45 Uhr

Kurse der Skiabteilung für Erwachsene

Sportpark Nord, Einstieg jederzeit möglich. Für Mitglieder der Skiabteilung kostenlos, für Nichtmitglieder und Mitglieder anderer Abteilungen: Zehnerkarte 45 EUR, Ansprechpartner: Jürgen-Ludwig Block, ludwig.block@web.de

Skigymnastik	mittwochs	18.15 – 19.30 Uhr
Dynamisches Fitnesstraining	mittwochs	19.30 – 20.30 Uhr
anschließend Ballspiele		20.30 – 21.15 Uhr

Wassergewöhnungs- und Schwimmkurse für Kinder

Umfangreiches Angebot, nähere Informationen in der Geschäftsstelle
Intensivschwimmkurs in den Herbstferien.

Erwachsenenkurse der Schwimmabteilung

Schwimmkurse: Sportpark Nord, 14 Übungsstunden, Kosten: 47,50 EUR für Mitglieder, 95 EUR für Nichtmitglieder

Anfänger	dienstags	19.00 – 19.45 Uhr (Schwimmanfänger)
	freitags	19.00 – 19.45 Uhr (Kraul- u. Rückenschwimm.)
Technik	freitags	19.45 – 20.30 Uhr (Kraul- u. Rückenschwimm.)
Wiederholer	freitags	20.30 – 21.15 Uhr (Kraul- u. Rückenschwimm.)
	sonntags	12.45 – 13.45 Uhr (Technik und Ausdauer)
	sonntags	13.45 – 14.45 Uhr (Technik und Ausdauer)

Delfinschwimmkurs	sonntags 12.00 – 12.45 Uhr
-------------------	----------------------------

Aquapower: Kursdauer: 10 Übungsstunden, Kosten: 40 EUR für Mitglieder, 80 EUR für Nichtmitglieder

Aquapower

(schwimmtief)	donnerstags	19.00 – 19.45 Uhr	SPN
	donnerstags	19.45 – 20.30 Uhr	SPN
(stehtief)	dienstags	19.45 – 20.30 Uhr	SPN
	dienstags	20.30 – 21.15 Uhr	SPN

Aquafitness - Präventionskurs für Erwachsene

Aquafitness (schwimmtief): Sportpark Nord, Kursdauer: 10 Übungsstunden, 10 EUR für Mitglieder, 45 EUR für Nichtmitglieder

freitags	10.45 – 11.30 Uhr
----------	-------------------

In Zusammenarbeit mit den Krankenkassen und den SSF Bonn. Bei regelmäßiger Teilnahme ist eine Kostenerstattung bei verschiedenen Krankenkassen möglich.

Abteilungen

(für Vereinsmitglieder, Probetraining möglich)



Aikibudo

Angebot: Altjapanische Kampfkunst (ab 18 J.), Vorläufer des modernen Aikido
Trainingsstätte: Theodor-Litt-Schule
Auskünfte: David Bender 0228/68448544

Badminton

Angebot: Verschiedene Trainingsgruppen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene. Kurse für Anfänger und Fortgeschrittene
Trainingsstätte: Sportpark Nord
Auskünfte: Raja Mehlem 0173/7338265, raja.mehlem@ssf-bonn.de
Kurse: SSF Bonn, Geschäftsstelle, 0228/676868

Bo-Jutsu, Jiu-Jitsu

Angebot: Stock- und Waffenkampf, Kobudo (ab 18 J.), Selbstverteidigung, im sportlichen Wettkampf und als Kampfkunst
Trainingsstätte: Theodor-Litt-Schule
Auskünfte: Ute Giers, 02241/9320670

Capoeira

Angebot: Trainingsgruppen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene;
Trainingsstätte: SSF - Bootshaus Beuel
Auskünfte: Daniel Katayama, 0160/290 28 32

Floorball (Unihockey)

Angebot: Trainingsgruppen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene
Trainingsstätte: Sportpark Nord, Tili-Eulenspiegel-Schule
Auskünfte: Jan Patocka, 0179/9496854; jan@ssf-bonn.de

Fußball

Angebot: Mädchenmannschaft
Trainingsstätte: Mondorfer Bach
Auskünfte: Nicole Hartmann, 0177/8081243; nicole.hartmann88@web.de

Judo

Angebot: Judotraining für Kinder (ab 5 J.), Jugendliche und Erwachsene, Judogymnastik
Trainingsstätten: Sportpark Nord, Theodor-Litt-Schule
Auskünfte: Jörg Buder (Erwachsene), 02222/63060
Yamina Bouchibane (Kinder), 02224/969545

Ju-Jutsu

Angebot: Selbstverteidigung, Kampfttraining und Fitness für Jugendliche ab 16 J. und Erwachsene
Trainingsstätte: Theodor-Litt-Schule
Auskünfte: Jens Franken, 0228/2437204, jensfranken@gmx.de

Kanu

Angebot: Ausbildung, regelmäßige Fahrten, Teilnahme an Wettbewerben und sonstigen Veranstaltungen
Trainingsstätten: Sportpark Nord, SSF-Bootshaus
Auskünfte: Armin Kuhn, 0179/4513128, abttr@kanu-ssf-bonn.de, Walter Düren, 0228/363890
Abteilungsbeitrag: Jugendl.: 22,10 EUR pro Jahr, Erwachs.: 27,20 EUR pro Jahr

Karate, Ken-Do

Angebot: **Karate:** für Kinder ab 8 J., Jugendliche und Erwachsene, Anfängerkurse und Trainingsgruppen
Ken-Do: für Jugendliche ab 14 J. und Erwachsene
Trainingsstätte: Sportpark Nord
Auskünfte: Stefan Brandscheit, 0176/6294655, karate-erwachsene@ssf-bonn.de
Udo Woelky (Kendo), 02247/759416, Udo.Woelky@online.de

Krafttraining /Fitnessstraining

Angebot: Individuelles u. wirbelsäulenschonendes Ganzkörpertraining an Geräten, gezieltes Gymnastikprogramm sowie Tests zur Einschätzung des Trainingszustandes
Trainingsstätte: Sportpark Nord
Auskünfte: Beate Schukalla, Jutta Schlosshauer, 0228/6193755
Trainingsstätte: SSF-Bootshaus Bonn Beuel
Auskünfte: Inga Rogge, 0228/4229272
Abteilungsbeitrag: 85 EUR pro Jahr, Nutzung beider Fitnessräume 99 EUR

Kyudo

Angebot: Japanisches Bogenschießen, ab 16 Jahre, Anfängerkurs, Training für Fortgeschrittene
Trainingsstätte: Sportpark Nord
Auskünfte: Sven Zimmermann, 02224/1237190

Leichtathletik

Angebot: Trainingsgruppen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene
Trainingsstätten: Sportpark Nord, Collegium Josephinum Bonn
Auskünfte: Alois Gmeiner, 02208/5243

Moderner Fünfkampf, Mehrkampf und Breitensport

Breiten- und Gesundheitssport
Angebot: Offener Bewegungstreff: verschied. Gruppen u. Kursangebote für Mitglieder u. Nichtmitglieder, siehe gesonderte Flyer
Auskünfte: SSF Bonn, Geschäftsstelle, 0228/676868

Moderner Fünfkampf, Mehrkampf

Angebot: Vielseitigkeitssport: Schwimmen, Laufen, Fechten, Schießen und Reiten, Hobbyschießgruppe für Erwachsene
Trainingsstätte: Sportpark Nord
Auskünfte: Joachim Krupp, 0228/640218
Anton Schmitz, 0228/664985

Schwimmen

Angebot: Schwimmkurse / Leistungssport- und Breitensportgruppen (Zusatzbeiträge in einigen Trainingsgruppen)
Trainingsstätten: Sportpark Nord, Frankenbad u.a.
Auskünfte: Ute Pilger, 0170/9541940
Masterssport: Margret Hanke, 0228/622899
Schwimmkurse: SSF-Geschäftsstelle, 0228/676868

Ski

Angebot: Ganzjährige Skigymnastik, Skilauf aktiv, Skiwandern, Skiferien für Jedermann, Schlittschuhlaufen, Wanderungen
Trainingsstätte: Sportpark Nord
Auskünfte: Jürgen-Ludwig Block, ludwig.block@web.de
Peter Bruderreck, 0228/3361730, skipeter@netcologne.de
Abteilungsbeitrag: 7 EUR pro Jahr

Tai Chi

Angebot: Tai Chi für Erwachsene
Trainingsstätte: SSF-Bootshaus
Auskünfte: Sabine Haller-Schretzmann, tai-chi@ssf-bonn.de

Tanzen „Tanz-Turnier-Club ORION“

Angebot: Breitensport-Tanzen, Turniertanz Standard
Trainingsstätten: Gottfried-Kinkel-Realschule, SSF-Bootshaus
Auskünfte: Carola Reuschenbach-Kreutz, 0171/6817751, Raphaela Edeler, 0178/4158208;
Abteilungsbeitrag: 30,70 EUR pro Quartal

Tauchen „STA Glaukos“

Angebot: ABC-Ausbildung, Ausbildung zum Erwerb aller nationaler Tauchsportabzeichen, Übungstauchgänge im Freigewässer nach Absprache, Jugendtraining
Trainingsstätte: Sportpark Nord
Auskünfte: Frank Engelen, 0228/4798887; info@glaukos-bonn.de;
Jugendtraining: jugend@glaukos-bonn.de
Abteilungsbeitrag: 25,60 EUR pro Jahr

Tischtennis

Angebot: Jugendgruppe, Hobbygruppe, Seniorengruppe
Trainingsstätten: Jahnschule, Sportpark Nord
Auskünfte: Jörg Brinkmann, 0228/677910

Triathlon

Angebot: Vielseitigkeitssport: Schwimmen, Laufen, Radfahren
Trainingsstätte: Sportpark Nord
Auskünfte: Uwe Gersch, 0228/8540980, gersch@ssf-bonn.com
Abteilungsbeitrag: 30,- EUR pro Jahr ab 18 J., 10 EUR pro Jahr 16-17 J.

Volleyball

Angebot: Wettkampfmannschaften für Kinder und Erwachsene, Hobby-Volleyball-Gruppen, Kurse für Anfänger
Trainingsstätten: Gottfried-Kinkel-Realschule, Beethoven Gymnasium, Schulzentrum Tannenbusch, Sportpark Nord
Auskünfte: Fritz Hacke (Erwachsene), 02244/3386
Sebastian Miebach (Kinder u. Jugendliche), 0178/3441388

Wasserball

Angebot: Mannschaften für alle Altersstufen
Trainingsstätte: Sportpark Nord
Auskünfte: Sascha Pierry, 0177/4936237, sascha.pierry@ssf-bonn.de



Stand 13. Februar 2011

Mitgliedsbeitrag pro Jahr

Ab 2011: 138 EUR pro Erwachsenen, 111 EUR pro Kind, Familienermäßigung, Studentenrabatt.

Aufnahmegebühr: 26 EUR pro Erwachsenen, 11 EUR pro Kind.

Zusätzliche Gebühren: In den Abteilungen können noch Kosten für Wettkampfpässe, ärztl. Untersuchungen, Lizenzen, Prüfungen usw. anfallen.

Bankverbindung

Sparkasse Köln Bonn
Konto-Nr. 72 03, BLZ 370 501 98

Geschäftsstelle

Kölustraße 313 a, 53117 Bonn
Telefon: 0228/676868
Fax: 0228/673333
Internet: www.ssf-bonn.de
e-mail: info@ssf-bonn.de

Öffnungszeiten: Montag 13.00 Uhr – 17.00 Uhr
Dienstag 9.00 Uhr – 18.00 Uhr
Mittwoch 13.00 Uhr – 17.00 Uhr
Donnerstag 14.00 Uhr – 20.00 Uhr
Freitag 9.00 Uhr – 16.00 Uhr

Vorstand

Michael Scharf

Vorsitzender, Spitzen- und Leistungssport

Maïke Schramm

Rechts- und Sozialangelegenheiten, Öffentlichkeitsarbeit

Dietmar Kalsen

Verwaltung und Betrieb der Sportstätten

Manfred Pirschel

Finanz-, Vermögens- und Steuerangelegenheiten – Finanzreferent

Prof. Dr. Lutz Thieme

Vereinsverwaltung und Vereinsentwicklung

Frank Herboth

Breitensport und Koordination der Fachabteilungen

Sascha Pierry

Unterstützung des Finanzreferenten

Prof. Dr. Jürgen Reul

Kontaktpflege zu Wirtschaft und Politik

Sport-Service Bonn GmbH

Kölustraße 313 a, 53117 Bonn
Geschäftsführerin: Carolin Piontek

Telefon: 0228/5594112
Fax: 0228/5594129
e-mail: info@sport-service-bonn.de

Restaurant „Canal Grande“

im vereinseigenen Bootshaus
Rheinaustraße 269, 53225 Bonn (Beuel)
Telefon: 0228/467298

Schwimmhallen

Vereinseigene Schwimmhalle im Sportpark Nord:

Kölustraße 250, 53117 Bonn, Telefon: 0228/672890

Sportbecken: 50 m lang, 20 m breit, Wassertiefe 1,80 m/3,80 m, Taucherglocke 7,0 m, Wassertemperatur 27 Grad

Lehrbecken: 12,5 m lang, 5,80 m breit, Wassertiefe 0,40 m/1,20 m, Wassertemperatur 29 Grad

(Dieses Becken ist Montag bis Freitag durch Kurse belegt)

Badekappenpflicht! Keine Badeshorts!

Kostenlose Badbenutzung für Vereinsmitglieder zu folgenden Zeiten:

Tag	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
von	14.00	06.00	06.30	06.00	06.30	07.00	08.00
bis	–	–	–	–	–	–	–
Uhrzeit	21.30	21.30	22.30	21.30	21.30	16.45	14.45

Für das freie Training der Mitglieder stehen normalerweise 3 Bahnen zur Verfügung

An folgenden Tagen ist das Bad geschlossen:

Neujahrstag, Rosenmontag, 1. u. 2. Weihnachtstag.

Für die übrigen Feiertage bitte Aushang im Bad beachten.

In diesen Schwimmhallen finden nur Schwimmkurse statt:

Gustav-Heinemann-Haus: Waldenburger Ring 44, 53119 Bonn

Frankenbad: Am Frankenbad 2, 53111 Bonn

Rheinische Kliniken Bonn: Kaiser-Karl-Ring 20, 53111 Bonn

Josef-von-Eichendorff-Schule: Am Propsthof 102, 53121 Bonn

Sporthallen und Trainingsplätze

Sportpark Nord: Kölustraße 250, 53117 Bonn

SSF-Bootshaus: Rheinaustraße 269, 53225 Bonn

Theodor Litt Schule: Eduard Otto Straße 9, 53129 Bonn

Ludwig-Erhard-Kolleg: Kölustraße 235, 53117 Bonn

Gottfried-Kinkel Realschule: August-Bier-Straße 2, 53129 Bonn

Jahnschule: Herseler Straße 3, 53117 Bonn

Schulzentrum Tannenbusch: Hirschberger Straße, 53119 Bonn

Beethoven-Gymnasium: Adenauerallee 51-53, 53113 Bonn

Seniorenheim Josefshöhe: Am Josefium 1, 53117 Bonn

Till-Eulenspiegel-Schule: Renoisstraße 1a, 53129 Bonn

Heinrich-Hertz-Berufskolleg: Herseler Straße, 53117 Bonn

Fitnessräume

Sportpark Nord: Kölustraße 250, 53117 Bonn

Telefon: 0228/6193755

Auskünfte: Beate Schukalla, Jutta Schlosshauer

Öffnungszeiten: Mo, Mi, Fr 8.00 Uhr – 21.30 Uhr
Di, Do 9.00 Uhr – 21.30 Uhr
Sa 9.00 Uhr – 17.00 Uhr
So 10.00 Uhr – 16.00 Uhr

SSF-Bootshaus Beuel: Rheinaustraße 269, 53225 Bonn

Telefon: 0228/4229272

Auskünfte: Inga Rogge

Öffnungszeiten: Mo bis Fr 9.00 Uhr – 21.30 Uhr
Sa und So 9.00 Uhr – 17.00 Uhr

Die Vereinskollektion der SSF Bonn *für Alle!*



SSF Duschtuch 14,00 EUR
SSF Handtuch 10,00 EUR

Trainingsanzug
Erwachsene 75,00 EUR
Kinder 65,00 EUR



SSF Laufshirt
19,95 EUR

**Einkauf und Bestellungen in der SSF Geschäftsstelle,
 Sport-Service-Bonn GmbH, Kölnstr. 313a, 53117 Bonn.**

Ansprechpartner: Carolin Piontek

Telefon 0228/5594112, Email: piontek@sport-service-bonn.de

Sport Bonn GmbH
 service



Nutzen Sie Ihre Vorteile als Vereinsmitglied bei den SSF Bonn!

Unter Vorlage Ihres Mitgliedsausweises können Sie bei folgenden Partnern der SSF Bonn vergünstigt einkaufen oder Zusatzleistungen in Anspruch nehmen.

Bitte beachten Sie die speziellen Angebote in der Vereinszeitung.

- **Active Running-Center**, Kölnstraße 25, 53111 Bonn
- **alles fußball – der shop**, Pützchens Chaussee 202, 53229 Bonn
- **Apura Services GmbH**, Schenkendorfstraße 6, 53173 Bonn
- **Aschenbrenner Immobilien**, Annaberger Str. 128, 53175 Bonn
- **Deutsche Vermögensberatung Wolfgang Bock**, Fraunhoferstraße 8, 53121 Bonn
- **bonaViva Verwaltung GmbH**, Dollendorfer Straße 106-110, 53639 Königswinter
- **BONNshop**, Bonngasse 25, 53111 Bonn
- **City Fahrschule Bonn**, Bertha-von-Suttner-Platz 8, 53111 Bonn
- **K. Escher**, Kosmetikerin/Visagistin, Kaiserstraße 19, 53111 Bonn
- **feld Sanitäre Installation u. Heizungsbau GmbH & Co. KG**, Brungsstraße 34-36, 53117 Bonn
- **Gerwan GmbH**, Immenburgstraße 20, 53121 Bonn
- **Anwaltskanzlei Gille**, Hans-Böckler-Straße 3, 53225 Bonn
- **Radladen Hoenig**, Hermannstraße 30, 53225 Bonn
- **Sanitätshaus Hohn**, Gangolfstraße 6, 53111 Bonn
- **Imping & Schleiff Physiotherapie**, Oppelner Str. 130, 53119 Bonn
- **IREBO-Sport e.K.**, Dornierstr. 15, 53125 Bonn
- **Knipper-Kimmel & Univers Reisen**, Justus von Liebigstraße 20, 53121 Bonn
- **Kröber Hören + Sehen**, Sternstraße 73, 53111 Bonn
- **LOW FAT konkret**, Petra Frings, Siegburger Str. 32, 53225 Bonn
- **Mareike Laabs**, ShenDo Shiatsu-Praktikerin/Physiotherapeutin, Husarenstraße 9, 53117 Bonn
- **Claudia Manz, Sport-Shiatsu-Massage**, Mechenstraße 57, 53129 Bonn
- **PAX Bruderhilfe**, Gabriele-Münter Weg 3, 53859 Niederkassel
- **Peugeot Rheinland GmbH**, Vorgebirgsstraße 94, 53119 Bonn
- **Rochus-Apotheke**, Rochusstraße 249, 53123 Bonn
- **Kosmos-Apotheke**, Rochusstraße 180, 53123 Bonn
- **Einhorn-Apotheke**, Poststr. 34, 53111 Bonn-Zentrum
- **Saunapark Siebengebirge**, Dollendorfer Str. 106-110, 53639 Königswinter
- **Dr. med. Regina Schäfer**, Frauenheilkunde und Geburtshilfe, Deutschherrenstraße 189, 53179 Bonn
- **Service Karte von Gut Nass**
- **Ski & Fun GmbH**, Wiedstraße 7, 53859 Niederkassel
- **Schlafsysteme Sleeping Art**, Obniederstraße 10, 53119 Bonn
- **Schmidt-Rudersdorf Fliesen**, Christian-Lassen-Str. 6, Gewerbegebiet Bonn-Buschdorf
- **Sportpartner Bonn**, Wenzelgasse/Friedrichstraße, 53111 Bonn
- **Sportpraxis Bonn**, Colmantstraße 21, 53115 Bonn
- **Sport-Service-Werkhausen**, im Schwimmbad Sportpark Nord
- **Parfümerie Vollmar GmbH**, Sternstraße 64, 53111 Bonn
- **Sport Vossen**, Mommsenstraße 72, 50935 Köln
- **Tanzschule Wertenbruch**, Heerstraße 181, 53111 Bonn
- **Praxis für Osteopathie & Physiotherapie, Christian Wolski und Carsten Meyer**, Irmintrudisstr. 19, 53111 Bonn
- **Wonneberger Sauna-Centrum & Physiotherapie**, Adolfstraße 42-44, 53111 Bonn

Weitere Infos finden Sie auch unter www.ssf-bonn.de/partner.htm

MENSCHEN.
PEOPLE.
ÊTRES HUMAINS.
BONN.

 **SWB**
Energie und Wasser
Starke Partner. Bonn/Rhein-Sieg.

„Umwurfend gut!“

Maxime, Deutscher Vizemeister U17, mit Tabea,
Judoabteilung SSF Bonn



Wir fördern Kinder und Jugend!

Energie, die verbindet: Während andere mit harten Bandagen kämpfen, unterstützen wir den Breitensport in Bonn und der Region. Mehr Informationen dazu finden Sie unter www.wir-fuer-hier.com und www.immer-am-ball.info im Internet.

www.stadtwerke-bonn.de