

Sport- Palette



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

Ausgabe 422 / Juni 2011



Neues Nachwuchssportkonzept
Investition in die Zukunft

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

Inhalt, Impressum	Seite	3
Aktuelles, Editorial	4 – 5	
Vereinsnachrichten	6 – 8	



Aus den Abteilungen	Seite
Jugend	9
Schwimmen	11
Kanu	12–13
Wasserball	13
Tischtennis	14
Leichtathletik	15

Neues Nachwuchssportkonzept bei den SSF Bonn	16–18
Judo	18
Moderner Fünfkampf	19
Triathlon	20–21
Volleyball	22
Ski	23
Floorball (Unihockey)	24–25



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., Michael Stohldreyer

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

Offener Bewegungstreff	Seite	26–27
Kurse	28	
Abteilungen	29	

SSF-Info

30



Einladung zur Mitgliederversammlung der Schwimm- und Sportfreunde Bonn 1905 e.V.

am Donnerstag, dem 22. September 2011, um 19.30 Uhr im Bootshaus, Rheinaustr. 269, 53225 Bonn

Tagesordnung

- Top 1: Begrüßung und Eröffnung der Versammlung
- Top 2: Feststellung der Tagesordnung
- Top 3: Mitteilungen des Vorstandes
- Top 4: Ehrungen
- Top 5: Haushaltsrechnung 2010
- Top 6: Jahresbericht 2010 des Rechnungsprüfungsausschusses
- Top 7: Entlastung des Gesamtvorstandes
- Top 8: Wahl des Rechnungsprüfungsausschusses
- Top 9: Änderung der Geschäftsordnung
- Top 10: Einzelvorhaben des Clubs
- Top 11: Verabschiedung eines Leitbildes
- Top 12: Anträge
- Top 13: Verschiedenes

Anträge der Mitglieder zu einzelnen Punkten der Tagesordnung oder zur Tagesordnung selbst sind der Geschäftsstelle der SSF Bonn 1905 e.V., Kölnstr. 313 a, 53117 Bonn, bis spätestens zum 09.09.2011 (Poststempel oder persönliche Abgabe) zuzuleiten.
Michael Scharf (Vorsitzender)

SSF-Termine

04.-05.06.2011	Internationale Deutsche Meisterschaften im Fünfkampf in Bonn und Bornheim-Widdig, mehr Informationen bei der Abteilung Moderner Fünfkampf
18.-19.06.2011	U15 Floorball: Finalturnier um die Deutschen Meisterschaften in Halle a.d. Saale
22.-26.06.2011	Vereins- und Ausbildungsfahrt der STA Glaukos nach Den Osse (NL)
01.08.-13.08.2011	SSF-Sportfreizeit auf Rügen
29.08.-02.09.2011	Summercamp 2011 im Sportpark Nord, 9-17 Uhr
Sa, 03.09.2011	SSF-Festival, Münsterplatz
Do, 15.09.2011	Gesamtvorstandssitzung
Do, 22.09.2011	Mitgliederversammlung, 19.30 Uhr, Bootshaus Bonn-Beuel, Rheinaustraße 269, 53225 Bonn
Sa, 01.10.2011	Mitgliederversammlung der Wasserballabteilung, 19.30 Uhr, Bootshaus Bonn-Beuel, Rheinaustr. 269, 53225 Bonn
Do, 06.10.2011	Mitgliederversammlung der Schwimmabteilung, 20.00 Uhr, Bootshaus Bonn-Beuel, Rheinaustraße 269, 53225 Bonn
22.-23.10.2011	5. Bonner Kyudo-Wochenende
Sa, 19.11.2011	Traditionsabend, Bootshaus Bonn-Beuel, Rheinaustraße 269, 53225 Bonn

Redaktionsschluss für die nächste Sport-Palette ist Donnerstag, der 1. September 2011



Wir gratulieren unseren Mitgliedern zum runden Geburtstag ab 50

Juni

Peter Feier
Hartmut Gassner
Franz Over
Rüdiger Kamann
Manfred Weber
Boike Martin Bartels
Rüdiger Niemann
Barbara Bühner
Sofia Zettelmeyer
Ladi Odekv
Werner Bechstedt
Burkhard Bergmann
Clemens Kurtenbach
Hannelore Wilke
Winfried Eberhardt
Wilhelm Kaesberg
Karl-Heinz Maefers
Birgid Behl
Karl Poth
Cornelia Schneider
Hannelore Kehe
Annemarie Feld
Doris Fischer
Gustav Weger
Rita Lohr
Mechthild Schlösser-Macke
Jutta Siekierski
Ulrich Feldhoff
Doris Appel-Hamm
Jürgen Proske

Doris Brinkmann
Wilhelma Frohn
Günter Gollmann
Johannes Maringer
Karin Aparicio
Reinhard Süß

Juli

Eva-Maria Kuhn
Hans Günter Wessel
Wolfgang Hinze
Johanna Maslanka
Udo Bolender
Peter Zoller
Maia Heinrich
Wolfgang Ewald
Birgit Mai-KRahe
Ursula Pillat-Moog
Rudolf Schütze
Hanna Hüsken
Hiltrud Kalf
Sabine Galow
Elly Waber
Eva Bielefeld
Marion Hrubí
Marianne Kamps
Steffi-Rose Philipowski
Markus Rickel
Johannes Saß
Michael Scharf
Juliane Günther
Peter Decroupe

Clarissa Richter
Manfred Rieck
Helga Dieck
Manfred Groß
Kuno Klockow
Günther Scharf
Marianne Sorsoli
Helga Klement
Ilona Ringel
Reinhard Holubek
Gudrun Schneider
Gisela Rothhardt
Petra Zimmermann
Christa Büscher
Uwe Rosner

August

Heidi Link
Ingrid Tramm
Else Bechstedt
Sabine Hauperich
Alfons Kruse
Franz Leisner
Ulla Held
Brigitte Bergmann
Götz Nadel
Stephan Krahe
Wilfred Streiber
Klaus Jeske
Marian Scherschel
Horst Heidenreich
Ralf Luckner

Dietmar Zinner
Claudia Wilken
Georg Fox
Renate Heinen
Hans Schmidt
Waltraud Wessels
Wolfram Schött
Klara Bröhl
Heinrich Schopmanns
Astrid Baumgarten-Rumi
Lothar Heinrich
Hilde Lochmann
Jeanette Nenoff
Christel Hoyer
Yegan Talabi-Mahrokh
Gisela Gerstenberg
Günter Sommershof
Mehran Meder
Wolfgang Mühlhaus
Rolf Schulke
Ulrich Klein-Pauls
Franz Langner
Monika Nadler

September

Ira Bauer
Sigrid Tetteroo-Heinemann
Thomas Oepen
Karin Macherey
Peter Klein

Willi Knipp
Ana Feldhoff
Sabine Fonseca
Peter Funk
Ingeborg Notheis
Ralf Schmol
Ulrike Wolf
Christoph Kugel
Gerhard Theisen
Katharina Cabot
Günter Hosten
Heinz Rainer Schettler
Herbert Engels
Axel Holst
Helmut Nejedl
Christine Schimka
Renate Meidow
Saeed Jahanbakhsh
Ingrid Dreser
Sylvia Rossmailer
Helmut Schmitz
Dankwart Kreikebaum
Waltraut Schwandt-Schäfer
Elke Jülich
Hans-Jörg Kuck
Marlies Röhrig
Iris Wulke
Theo Reinke

Nachwuchs langfristig fördern



Liebe Schwimm- und Sportfreunde,

wenn Sie die Ausgabe dieser Sport-Palette lesen, dann stehen wir kurz davor, eine längere Bauphase im Sportpark Nord durch Ausweichzeiten im Bonner Frankenbad zu überbrücken. Wir haben die Hoffnung, dass diese „energetische Sanierung“ den Sportpark zukunftsfähig und nachhaltig nutzbar machen wird, und dies nicht nur bezogen auf die architektonische Energiebilanz, sondern ebenso auf eine zukunftsfähige Energiebilanz des Vereins. Denn wir hoffen auch, dass wir Sie dann ab dem 01.09.2011 im neuen Restaurant im Sportpark Nord begrüßen dürfen als eigenen Vereinstreff bzw. als Begegnungsstätte für Mitglieder und Freunde vor, während und nach dem Sport. Ein solcher Ort ist ein wichtiger Mosaikstein hin zu einem gemeinsamen Wir-Gefühl, das Vorstand, Abteilungen, Mitglieder und Freunde gleichermaßen zusammen entwickeln *müssen*. Müssen deshalb, weil „das Ganze [...] mehr [ist] als die Summe seiner Teile“ (Aristoteles), auch wenn unsere Mitglieder, Sportgruppen und Abteilungen vorrangig erst einmal das eigene Interesse sehen. Doch gerade als Vorstand des gesamten Vereins sind wir der Aufgabe verpflichtet, das Interesse, das Wohl und die Zukunft aller Schwimm- und Sportfreunde zu berücksichtigen.

Wo es nur geht, versuchen wir dies im Einklang mit möglichst allen Einzelinteressen zu realisieren. Aber teilweise ist das nicht immer möglich, weil wir auch das Richtige für den gesamten Verein tun und in seine Zukunftsfähigkeit investieren müssen wie beispielsweise in das SSF-Nachwuchssportprogramm. Hier sollen zukünftig alle SSF-Kinder in einem sportartübergreifenden Gesamtausbildungssystem ausgebildet und trainiert werden. Beginnen werden wir nach den Sommerferien in einem ersten Schritt mit den Kindern und Jugendlichen vom Grundschulalter bis zum 12. Lebensjahr in den wassersportorientierten Abteilungen Moderner Fünfkampf, Schwimmen, Triathlon und Wasserball (siehe Interview). Dieses Ziel ist für den Gesamtverein

ein richtiger und wichtiger Schritt, bedeutet jedoch für die betroffenen Abteilungen eine Umorientierung und damit zunächst einmal verständlicherweise auch Unsicherheit. Doch da wir als Mehrspartenverein die gemeinsame Basis der SSF Bonn und die sportliche Ausbildung all unserer Kinder in den Fokus rücken müssen, gibt es für dieses Vorhaben keine Alternativen.

Abschließend möchte ich an dieser Stelle noch ein Ereignis ansprechen, dass viele von uns betroffen gemacht hat. Ich meine den tragischen Verlust unseres Vereinskameraden Jürgen Hesemann, der mitten im Leben stehend, bei einem Radunfall ums Leben kam. Unser Beileid gilt dabei vor allem den Hinterbliebenen. Wir trauern über den Verlust eines Menschen, der sich ehrenamtlich in großem Maße für die SSF Bonn und für seine Sportart Triathlon engagiert hat und dabei sich und andere Menschen für den Sport begeistern konnte und begeistert hat. Die große Beteiligung an der Trauerfeier, aber auch die vielen Reaktionen im Verein zeigen mir, dass viele von uns in ihrer Trauer mit Respekt und Anerkennung von Jürgen Hesemann sprechen und Anteil nehmen am Schicksal seiner Familie. In diesem Sinne danke ich den vielen Menschen, die das Vereinsgebilde SSF Bonn durch ihr Engagement mit Leben füllen.

Michael Schanz



Nachruf auf Christel Streiber

Ein Leben für den Schwimmsport



Clubbeitritt 1932 im Alter von 14 Jahren durch ihre Leidenschaft für den Schwimmsport entscheidend mitgeprägt hat.

In den Wirtschaftswunderzeiten der 1950er und 1960er Jahre widmete sie sich der Aufgabe, die ihr neben der eigenen Kindererziehung am meisten Spaß machte. Sie übernahm bei den SSF Bonn, die damals noch Schwimmsportfreunde hießen, für mehr als 15 Jahre die sportliche Leitung als Trainerin und Sportwartin der Mädchenmannschaft, wo uns Namen wie Helga Niemann (Jg. 56), Helga Mack (Jg. 56), Ute Niederstein (Jg. 54), Wendy Moore (Jg. 54), Kathy Heintze (Jg. 54), Uschi Schemuth (Jg. 53) u.v.a. immer an die guten alten Zeiten erinnern werden.

Werner Schemuth, Inge und Hermann Nettersheim, Gerhard Hetz, Gisela und Heinz („Köbi“) Jakob, Hedi und Heinz Schlitzer, Heini Bernhards u.v.a., die die Geschicke der SSF über lange Jahre prägten.

Christel Streiber schenkte dem Club nicht nur ihre Kraft und ihren Einsatz als Schwimmerin und Trainerin, sondern sie sorgt bis heute gemeinsam mit ihrem 1993 verstorbenen Mann Helmut, ihren Kindern, Enkeln und Urenkeln dafür, dass rund 18 Menschen mit den Familiennamen Streiber, Warnusz und Früchte diese Club-Tradition bereits bis in die 4. Generation bei den SSF Bonn fortsetzen können.

Als Schwimmabteilung schauen wir auf das Leben einer Dame zurück, der sowohl die Abteilung als auch die SSF Bonn viel zu verdanken haben. Wir alle werden Christel Streiber in zahlreichen Lebenslagen vermissen, und es erfüllt mich nicht nur heute mit großem Stolz, dass sie auch meine Großmutter war.

Ferenc M. Warnusz,
(Abteilungsleiter der Schwimmabteilung)



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

Nicht völlig unerwartet, aber dann doch sehr plötzlich verstarb am 19. Februar unser langjähriges Ehrenmitglied Christel Streiber im hohen Alter von 92 Jahren. Sie schlief für immer ein, wie sie lebte: ohne längeres Leid, ohne zu klagen und ganz friedlich im Kreise ihrer Familie. Mit Christel Streiber geht ein großes Stück Vereinsgeschichte verloren, das sie seit ihrem

Das innige Verhältnis, das Christel zu ihren damaligen Schützlingen aufbaute, sollte über viele Jahrzehnte erhalten bleiben, was viele Freundschaften, die teilweise bis in die USA reichten, noch zuletzt unterstrichen. In den für Christel Streiber und den Club einmaligen Zeiten waren ihre Wegbegleiter Menschen wie Leni und Hermann Henze,

Annemarie Oppermann gestorben

Annemarie Oppermann trat 1972 als Nachfolgerin von Walter Werner das Amt der Schatzmeisterin der SSF Bonn an und war über 10 Jahre Mitglied des Vorstandes. Doch schon zuvor war sie viele Jahre ehrenamtlich im Verein tätig.

Gemeinsam mit Mia Werner, Hedi Schlitzer und Inge Nettersheim war sie zuständig für die Mitgliederverwaltung. Schier unermüdlich organisierte sie Vereinsfeste, insbesondere Nikolausfeiern, Sommerfeste und zusammen mit Walter Schemuth Kostümfeste. Oft sorgten sie

und ihr Mann Albert für Leckereien und kümmerten sich persönlich um das Wohlergehen der Sportler.

So hielt es „Tante Annemie“, wie sie liebevoll genannt wurde, zur Zeit der Deutschen Jahrgangsmeisterschaften 1974 zu Hause nicht mehr aus, reiste kurzerhand nach Berlin und stand plötzlich im Hotel der Schwimmer. Weil die Athleten keine Möglichkeit hatten, das Endspiel der Fußball-Weltmeisterschaft zu verfolgen, mietete sie, ohne zu zögern, ein Zimmer und lud alle ein als krönenden Ab-

schluss einer erfolgreichen Meisterschaft.

Als 1972 neben den Wassersportlern mit Volleyball die erste „Land-Abteilung“ in das Vereinsleben integriert wurde, war sie einer der größten Fans. So saß sie bei vielen Spielen auf der Tribüne. Nicht selten endeten solche Abende im Garten der Familie Oppermann.

Mit Annemarie Oppermann geht eine wichtige Persönlichkeit der SSF Bonn, die das Vereinsleben und die Laufbahn vieler Sportler der 1970er und 1980er geprägt und unterstützt hat. Ute Pilger



OB Nimptsch verleiht Ehrenpreis des Bonner Sports

Ausgezeichnet: Michael Scharf und Noureddine Dziri



Michael Scharf (2.v.r.) und Noureddine Dziri (1.v.r.) erhalten den Ehrenpreis Bonner Sport

Mit dem „Ehrenpreis Bonner Sport“ 2010 ehrte Oberbürgermeister Jürgen Nimptsch am 7. April im Kapitelsaal der Katholischen Hochschulgemeinde 8 Bonnerinnen und Bonner für ihr sportliches Engagement, darunter auch Michael Scharf und Noureddine Dziri von den SSF Bonn. „Das Ziel dieses Preises ist es, denjenigen zu danken, ohne die der Sport und vor allem der Vereinssport in Bonn nicht möglich wäre. Außerdem soll mit dem Ehrenpreis die große Bedeutung

des Sports für die Integration und den interkulturellen Dialog herausgehoben werden“, so Nimptsch bei der Verleihung. Bonner Sport ohne Michael Scharf und Noureddine Dziri scheint seit vielen Jahrzehnten undenkbar. Denn ihr großes Engagement und ihre Freude am Sport haben viele Sportlerinnen und Sportler der SSF Bonn entscheidend geprägt.

Schon seit 1973 ist Michael Scharf Mitglied der SSF Bonn. Zu seinen größten sportlichen

Erfolgen zählen 4 WM-Teilnahmen in der Disziplin Moderner Fünfkampf und der Gewinn der Deutschen Meisterschaft in der Einzelkonkurrenz 1987. Zunächst war Michael Scharf Trainer der Schwimmer und Fünfkämpfer bei den SSF Bonn, dann Geschäftsführer und schließlich geschäftsführender Vorsitzender. Seit 2004 ist er ehrenamtlicher Vorsitzender. Neben seinem Engagement bei den SSF Bonn ist Michael seit 1997 Präsident des nordrhein-westfälischen Fünfkampf-Verbandes und

seit 2004 Leiter des Olympiastützpunkts Köln-Bonn-Leverkusen. Schon 2006 wurde er für sein jahrelanges ehrenamtliches Engagement mit der NRW-Sportplakette ausgezeichnet.

Seit 36 Jahren steht der Name Noureddine Dziri für professionelle und leistungsorientierte Nachwuchsarbeit im Volleyball. Im vergangenen Jahr wurde er mit der D-Jugend der SSF Fortuna Bonn Westdeutscher Meister und nahm an der Deutschen Meisterschaft der U14 teil. Als Lehrer am Beethoven-Gymnasium kümmert sich Noureddine außerdem um die Volleyballmannschaften und organisiert seit vielen Jahren regionale und überregionale Wettkämpfe im Rahmen des Landessportfestes der Schulen in NRW.

Neben einem Glaspokal und einer Urkunde erhielten Michael Scharf und Noureddine Dziri auch eine Anstecknadel, die von Sportdezernent Martin Schumacher angesteckt wurde. Als Nachfolger der Bonner Sportplakette wird der „Ehrenpreis Bonner Sport“ seit 2009 jährlich an maximal 8 Personen verliehen. Bonner Bürger sowie Mitglieder politischer Gremien, Institutionen, Bonner Sportvereine und Betriebssportgemeinschaften können für ihr außergewöhnliches sportliches Engagement nominiert werden.

Michael Stohldreier

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



3. Sportpartner Citylauf Bonn am 10. Juli 2011



**Citylauf
BONN**
powered by **INTERSPORT
SPORTPARTNER**

Endlich steht der Termin für den mittlerweile schon 3. Sportpartner Citylauf Bonn fest. In diesem Jahr könnt ihr Euch schon vor den Sommerferien, nämlich am 10. Juli 2011, über 4, 8 oder 10 km auspowern und dann ganz entspannt den Sommer genießen. Herzlich willkommen sind natürlich auch wieder Schüler und Schulklassen, die über 2 km alles geben können. Also rein in die Laufschuhe und trainieren!

Die Schwimm- und Sportfreunde Bonn sowie die Sport-Service-Bonn GmbH laden Euch auch in diesem Jahr zu einem tollen Laufevent mitten in die Bonner Innenstadt ein. Erlebt mit uns einen sportlichen Familientag auf dem Bonner Marktplatz, auf dem abwechslungsreiche Angebote von uns und unseren Part-

nern auf Euch warten. Natürlich gibt es wie in den Vorjahren nützliche Starterpakete und hochwertige Preise unserer Sponsoren und Partner zu gewinnen. Es lohnt sich.

Infos und Anmeldung unter www.citylauf-bonn.de. Alle

SSF-Mitglieder erhalten jeweils 2 Euro Rabatt auf das Startgeld.

Wir freuen uns auf viele Läufer,

Euer Citylauf-Bonn-Team

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

CERT ISO 9001 *Effizient, transparent, fair!*

SPORTPARTNER



Osterferien auf Schloss Dankern

Freizeitspaß im Emsland

Vom 15. bis 22. April organisierten die Jugendausschüsse der SSF Bonn und des Hardtberger SC erstmalig gemeinsam eine Ferienfreizeit zum Freizeitpark Schloss Dankern. Mit 47 Kindern im Alter von 8-13 Jahren und 13 Betreuern aus beiden Vereinen wurde es ein voller Erfolg. Nicht nur die Teilnehmer und Betreuer verstanden sich hervorragend, sondern auch das Wetter spielte in diesem Jahr besonders gut mit. So konnten alle die Zeit am und im Dankern-See genießen. Mehr als zwei Drittel der Teilnehmer besuchten mit Begeisterung die Kartschule oder auch den Hochseilgarten. Von der Erfahrung der SSF Bonn, die die Freizeit in diesem Jahr zum 13. Mal durchführten, konnten die Hardtberger profitieren.

Beim Traumwetter standen die drei Wasserrutschen,

aber auch das Baden im See mit Sandburgen-Wettbewerb hoch im Kurs. Natürlich konnte man sich auch am Lagerfeuer bei Stockbrot oder im Spieleland mit Autoskooter amüsieren. Am Mittwochabend weihte die komplette Gruppe die Disco im Park ein. Hier wurde ausgelassen gefeiert und mit Bedauern festgestellt, dass es leider in zwei Tagen schon wieder nach Hause gehen sollte. Trotzdem gaben Teilnehmer und Betreuer am Donnerstag noch einmal alles im Spaßbad und kosteten den letzten Tag richtig aus.

Wer in diesem Jahr keinen Platz bekommen hat, sollte sich für 2012 schon einmal die erste Osterferienwoche vormerken. Denn nach diesem Erfolg wollen wir auch im kommenden Jahr Schloss Dankern unsicher machen.

Anke Vietmeyer



Summercamp 2011 im Sportpark Nord

Sport Spiel und Spaß mit den SSF



Ihr habt in der letzten Woche der Sommerferien noch nichts vor und seid zwischen 8 und 12 Jahren alt? Dann macht doch mit beim Summercamp 2011. Wir werden mit euch unter anderem verschiedene Ballsportarten und Klettern ausprobieren.

Außerdem werden wir dieses Jahr neben dem Sportangebot auch verschiedene andere Freizeitaktivitäten durchführen. Zum Abschluss wird es zum Beispiel noch einen Tagesausflug nach Bottrop zum Movie Park Germany geben.

Wer also Lust und Zeit hat etwas in den Sommerferien zu erleben, der ist bei uns genau richtig!

Datum: 29.08.-02.09.2011
jeweils von 9-17 Uhr

Ort: Sportpark Nord

Kosten: für Mitglieder: 70 Euro
für Nichtmitglieder: 140 Euro
Teilnehmer mit Bonn-Ausweis erhalten eine Ermäßigung

Weitere Informationen und Anmeldeformulare bei der Geschäftsstelle der SSF Bonn: Anke Vietmeyer 0228-5594118 oder anke.vietmeyer@ssf-bonn.de.
Anke Vietmeyer





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

1. Internationales Langbahnmeeting in Bonn

Gelungene Premiere mit Sonnenschein und guter Stimmung

Am 2. und 3. April waren 333 aktive Schwimmerinnen und Schwimmer aus 18 Vereinen insgesamt 1834-mal am Start beim 1. Internationalen Langbahnmeeting in Bonn. Trotz der Plan- und Terminänderungen des Deutschen Schwimmverbandes (DSV) war die Veranstaltung ein Erfolg für das Organisationsteam und die Athleten der SSF und wurde auch vom Publikum sehr gut angenommen. Damit bei den Finalläufen entgegen vieler Abmeldungen die richtige Stimmung aufkommen konnte, durften sich die Finalteilnehmer einen Song für den Einmarsch und das Rennen bei DJ Bastian Wagner wünschen.

Insbesondere die jüngsten Bonner der Jahrgänge 2000 bis 2002 absolvierten ein teilweise sehr umfangreiches Wettkampfprogramm, kämpften aber dennoch um jeden Meter. Das meistbeschäftigte Geschwisterpaar an diesem Wochenende waren Elisabeth (2001) und Johanna Lohner (1999) mit 19 bzw. 11 Starts. Dabei schaffte Elisabeth das Kunststück von 19 Bestleistungen bei 19 Starts und auch Johanna war mit 9 Bestleistungen äußerst erfolgreich.

Auf insgesamt 15 Bestzeiten kamen Carlos (2000) und Niklas Fischer (1995) bei 23 Starts, wobei Carlos alle seine Finalläufe gewinnen konnte.

Eine Prämie von 100 Euro gab es für die jeweils schnellste Zeit auf einer Schwimmstrecke bei den Damen und Herren. Am Ende der Veranstaltung wurde mit der 1000-Punkte-Tabelle des DSV die jeweils beste Leistung bei den Damen, Herren und in der Mannschaftswertung ermittelt. Als Gastgeber beteiligten sich die SSF-Schwimmer jedoch nicht an der Mannschaftswertung. Die beste Leistung bei den Damen erreichte Sabrina Marzahn (SV Rhenania Köln) mit 777 Punkten über 200 m Schmetterling. Mit 654 Punkten über 50 m Schmetterling konnte Alexander Rütz (1. FC Quadrat Ichendorf) die Wertung bei den Herren für sich entscheiden. Sieger der Mannschaftswertung war der 1. FC Quadrat Ichendorf mit 26.742 Punkten.

Am Samstag nutzten viele Zuschauer das erste Frühlingswochenende zum Aufenthalt im Freien, während das Schwimmbad beim Regenwetter am Sonntag deutlich besser gefüllt war.

Einen Rekord der ganz besonderen Art gab es zum Abschluss der Wettkämpfe am Sonntag. In weniger als 2 Stunden konnten die vielen helfenden Hände der Aktiven, Trainer und Eltern die Schwimmhalle aufräumen und alle Tische, Stühle sowie die komplette Technik und Zeitmessanlage an ihren Ursprungsort zurückbringen. Für den reibungslosen

Ablauf des 1. Internationalen Langbahnmeeting in Bonn gebührt der Dank dem Kampfgericht um die Schiedsrichter Ingrid Segschneider und Ingo Tank, den Sanitätern des DRK, dem Schwimmmeisterteam, den Trainern, den Eltern und den freiwilligen Helfern, die alle zusammen die Veranstaltung überhaupt erst ermöglicht haben. Ute Pilger



Einladung zur Mitgliederversammlung 2011 der Schwimmabteilung

am Donnerstag, den 06. Oktober 2011 um 20:00 Uhr im Bootshaus, Rheinaustrasse 269, 53225 Bonn

Tagesordnung

- TOP 1:** Begrüßung und Eröffnung
- TOP 2:** Feststellung der Tagesordnung
- TOP 3:** Bericht der Abteilungsleitung
- TOP 4:** Aussprache zu TOP 3
- TOP 5:** Entlastung der Abteilungsleitung
- TOP 6:** Anträge
- TOP 7:** Verschiedenes

Anträge sind bis zum 30. September 2011 schriftlich an die Abteilungsleitung Schwimmen, Kölnstraße 313 a, 53117 Bonn, zu richten.

Ferenc Warnusz (Abteilungsleiter)

NRW Meisterschaften „Lange Strecken“

Joseph Kleindl zweifacher NRW Meister über 800 m und 1500 m Freistil

Ein kleines, aber sehr schlagkräftiges Team startete bei den ersten NRW Meisterschaften der Saison 2010/2011 am 19. und 20. März in Hamm. Geschwommen wurden die Strecken 400 m Lagen sowie 800 m und 1500 m Freistil. Bei insgesamt 23 Starts erkämpfte das Team der SSF 5 Gold-, 3 Silber- und zwei Bronzemedailien sowie 9 Platzierungen unter den Top 8 in der Jahrgangs- oder offenen Wertung.

NRW Meister wurden:

- Joseph Kleindl über 800 m und 1500 m Freistil in der offenen Klasse
- Josha Salchow über 400 m Lagen und 1500 m Freistil im Jahrgang 1999
- Max Pilger über 400 m Lagen im Jahrgang 1996

Vizemeister wurden:

- Nina Yousefian (1996) und Verena Ebert (1994) über 800 m Freistil
- Timo Hoffmann (1995) über 400 m Lagen

Platz 3 belegten:

- Jan Kaatz (1997) über 400 m Lagen
- Annika Gotthold (1997) über 800 m Freistil

Ute Pilger



Protokoll der Mitgliederversammlung der Kanu-Abteilung der SSF Bonn vom 21. Januar 2011

Beginn: 19.00 Uhr
Ende: 20.40 Uhr
Ort: Bootshaus, Rheinaustraße 269
Anwesend: 18 stimmberechtigte Mitglieder

TOP 1: Begrüßung und Eröffnung

Begrüßung und Eröffnung durch Abteilungsleiter Dr. Arnim Kuhn. Begrüßung der Mitgliederversammlung durch Frank Herboth vom Geschäftsführenden Vorstand des Vereins.

TOP 2: Feststellung der Tagesordnung

Der Abteilungsleiter bestellt als Protokollführer der Versammlung Jürgen Storchmann.

TOP 3: Annahme der Tagesordnung

Die Tagesordnung wird von den anwesenden Mitgliedern angenommen. Es liegen keine Anträge vor.

TOP 4: Berichte der Abteilungsleitung

4.1 Abteilungsleiter

Die Zahlen der Mitglieder sind leicht rückläufig. Die Abteilung hat 101 Mitglieder, davon 29 weiblich. Von 101 Mitglieder sind ca. 10% Jugendliche, 1 davon weiblich. Eine rund 60 Personen große Gruppe ist zwischen 40 und 60 Jahren alt, davon sind 20 weiblich. Bei den jungen Erwachsenen sind die Frauen stärker vertreten. Weniger als 10% haben Kanu nicht als Hauptabteilung gewählt.

Die Abteilungsleitung hat im vergangenen Jahr einen neuen Bootsanhänger gekauft. Die Finanzierung erfolgte zu einem großen Teil durch Spenden der Mitglieder (ca. 2/5), mithilfe des Budgets für 2010 und eines Zuschusses der SSF e.V. Es wurden vier Boote ausgesondert, die im Bootshaus zum Verkauf auslagen. Der Erlös kam ebenfalls der Anschaffung des Hängers zugute.

Neben dem permanenten Fahrtenbetrieb hat die Kanu-Abteilung wieder am SSF-Festival mitgewirkt und das Innere des Bootshaus gepflegt. Zwei Sommerfeste und eine Weihnachtsfeier heiterten das ganzjährige Programm auf. Arnim Kuhn dankt den Fahrtenleitern und den ehrenamtlichen Helfern einschließlich der übrigen Mitglieder der Abteilungsleitung. Dank richtet der Abteilungsleiter auch an die Übungsleiter im Schwimmbad, die Gestalter der Schaukästen und an Brigitte Hoffmann für die Führung des elektronischen Tagebuchs sowie an Inga Rogge als zuverlässige Ansprechpartnerin im Bootshaus.

Dr. Arnim Kuhn stellt als Kanu-Agenda 2011 Gedanken zur Entwicklung der Kanu-Abteilung vor, die der Anwerbung neuer, aber auch der Reaktivierung vorhandener Mitglieder dienen sollen:

- Während des Sommers Ersatz des Hallenbadtrainings am Donnerstag durch ein Außentraining auf dem Rhein oder auf der Sieg; um Schwimmbadanfänger zu integrieren, sollten weitere erfahrene Kanuten dabei unterstützend mitwirken
- 2 Familien-Wochenendfahrten, je eine im Frühsommer und im Herbst
- Vorhandene Zweier-Kajaks wieder mit Steueranlage ausstatten, evtl. auch mit Schotten und Lukendeckeln, um sie auf Großgewässern einzusetzen, aber auch einfacher in Gruppenfahrten einbinden zu können
- Zusammenarbeit mit anderen Abteilungen im Verein
- Mehr Kontaktpflege zu Vereinen in der näheren Umgebung, aber auch einfach gemeinsame Wanderfahrten oder Schulungen mit anderen Vereinen
- Armin Kuhn regt weiter an, statt viel Arbeit auf einige Warte abzuladen, lieber kleinere Pakete an eine größere Zahl von Mitgliedern zu verteilen; dies gelte auch für die Aufgaben des Bootshauswartes

4.2. Schriftführer

Arnim Kuhn berichtet in Vertretung, dass die Website der Kanuten sich weiter steigender Zugriffszahlen erfreut.

4.3 Bootshauswart

Ernst Ludwig berichtet, dass Vereinsboote mit Spitzenbeuteln ausgestattet werden sollen. Der Bootshauswart bittet, entlehene Ausrüstungsgegenstände umgehend zurückzubringen.

4.4 Schatzmeister

Ulrich Tschörtner stellt das Budget für 2011 vor und erörtert die Kassenführung in 2010, die im Wesentlichen von dem durch Fahrtenbeiträge finanzierten Betrieb des Busses geprägt worden ist und sich mehr oder weniger kostenneutral gestaltet. 7.750 gefahrene Kilometer in 2010. Außerdem erläutert er die Finanzierung der Anschaffung des neuen Hängers näher.

TOP 5: Kanu-Sportwart und Fachwart für Ausbildung und Sicherheit

Walter Düren berichtet aus dem Sportjahr 2009/2010 und stellt das Sportergebnis vor (siehe Kasten). Im Bezirkswettbewerb des Kanu-Verbandes hat die Kanu-Abteilung wieder den ersten Platz belegt und den Wanderpokal erneut in Empfang genommen. Außerdem wurden geehrt: Falk Glass mit dem Jugend-Pokal, Brigitte Hoffmann mit dem Pokal für die meisten gefahrenen Kilometer der Damen, Hubert Schrick für die Herren, weiterhin ein Pokal für Gaby Severin mit Gold 15, für Christine Ptok mit Gold 5 und ein Pokal für Walter Düren.

Er betont, dass nur wenige Vereine teilgenommen haben und auch bei uns nur 15 Personen die Wertung erreichten. Insbesondere fehlen aus seiner Sicht Jugendliche und Erwachsene bis 40 Jahren. Außerdem sind Überlegungen im Gange, den Wettbewerb ganz abzuschaffen.

Auch im Jahr 2010 wurden neben den üblichen wöchentlichen Fahrten auf Rhein, Sieg, Agger, Sülz, Bröl, Wupper, Wied, Kyll, Lieser, Lahn und Ahr sowie der Teilnahme an verschiedenen Bezirksfahrten einige besondere Fahrten unternommen:

- Pfingsten in Belgien auf der Semois
- Rheinfahrt Bingen-Boppard
- Heidefahrt nach Celle auf diversen Kleiflüssen, Aller, Oker, Fuhse
- Wochenendfahrt nach Konz auf Mosel und Saar
- Sommerfahrt in Schweden und Norwegen
- Sommerfahrt am Alpenrand auf Ammer, Loisach und Isar
- Teilnahme an der JEM in Waidring auf Kössener Ache, Großbache, Saalach und Kohlenbach
- Kanu-Rodeo auf der Erft am Wiesenwehr
- Fahrten auf Elbe und Weser

TOP 6: Entlastung der Abteilungsleitung

Die anwesenden Mitglieder entlasten die Abteilungsleitung.

TOP 7: Wahlen

7.1 Wanderwart

Die Mitglieder wählen einstimmig Walter Düren als Wanderwart.

7.2 Bootshauswart

Die Mitglieder wählen einstimmig Uwe Wipperfürth als Bootshauswart.

TOP 8: Vorschau auf das Fahrtenprogramm

Der Sportwart gibt anhand des Fahrtenprogramms einen Ausblick auf die kommende Saison.

An Ostern geht es nach Luxemburg, an Pfingsten zur Semois in Belgien. Außerdem wird im Sommer eine Gruppe zum Kanu-Camp JEM ins Moosland an die Steirische Salza fahren und es soll eine Herbst-Fahrt stattfinden. Das Fahrtenprogramm hängt auch im Bootshaus aus und ist auf der Website der Kanuten zu finden.

TOP 9: Anträge

Keine besonderen Anträge.

TOP 10: Datenschutz

Alfons Kruse berichtet über seine Arbeit als Datenschutzbeauftragter des Vereins.

Jürgen Storchmann

Aqua-Jogging wie Kanuten es tun:
nach Feierabend mit dem Kajak auf dem Rhein
(Foto: Ludwig Kremer)



Ergebnis der Wanderfahrerwertung 2009/2010:

Schrick, Hubert	6.844 km	Storchmann, Jürgen	1.142 km
Hoffmann, Brigitte	6.750 km	Apel, Brigitte	980 km
Severin, Gaby	5.094 km	Kuhn, Arnim	902 km
Düren, Walter	3.196 km	Kremer, Ludwig	639 km
Ptok, Christine	3.067 km	Holubek, Reinhard	480 km
Lange, Herbert	2.504 km	Glass, Alexander	423 km
Niethen, Susanne	1.948 km	Scherler, Astrid	356 km
Hünneke, Gisela	1.777 km	Leinen, Angela	346 km
Tschörtner, Ulrich	1.754 km	Kasper, Ute	315 km
Ludermann, Elisabeth	1.702 km		
Ludwig, Ernst	1.327 km		Alexander Glass



**Einladung zur Mitglieder-
versammlung der Abteilung
Wasserball**

am Mittwoch, den 5. Oktober 2010 um
19.30 Uhr im Bootshaus Bonn-Beuel,
Rheinaustr. 269, 53225 Bonn

Tagesordnung

- Top 1:** Begrüßung und Eröffnung
- Top 2:** Feststellung
der Tagesordnung
- Top 3:** Bericht des Abteilungsleiters
- Top 4:** Bericht des Kassenwartes
- Top 5:** Bericht des Wasserballwartes
- Top 6:** Aussprache zu Top 3-5
- Top 7:** Verschiedenes

Andreas Menzel



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-Mitgliedausweis - Nicht in Verbindung mit anderen Aktionen



Saisonrückblick 2010/2011

B-Schüler sind spitze

Die Tischtennis-Damen konnten in der Bezirksklasse mit dem 3. Platz überzeugen, verpassten damit allerdings knapp den Aufstieg. In der Rückserie mussten sie sich lediglich Aufsteiger DJK Friesdorf (4:8) und im entscheidenden Spiel um den Relegationsplatz gegen TTG Niederkassel 3 (3:8) geschlagen geben. Nach zwei vergeblichen Aufstiegsanläufen möchte die 21-jährige Spitzenspielerin Karo Schulz (16:5 Spiele) in einer höheren Klasse spielen und wird sich einem anderen Verein anschließen.

Trotz des Ausstiegs von Benjamin Ho und Benjamin Wasiljew zur Halbserie konnte die 1. Herrenmannschaft Platz 4 in der Bezirksklasse halten. Eckpfeiler für diesen Erfolg waren insbesondere das obere Paarkreuz mit Jan Gilge (15:7) und Marc Stein (13:9) sowie in der Mitte Horst Stein (12:2). Das Team konnte sich gegen die Topteams behaupten, musste allerdings auch überflüssige Niederlagen hinnehmen.

Die 2. Herrenmannschaft war wie beinahe jedes Jahr lange in den Abstiegskampf in der Kreisliga verwickelt. Insbesondere 17 (!) Ersatzstellungen und das Aufrücken von Volker Luh zeugten von erheblichen Aufstellungsproblemen.

So konnten in der Rückserie nur vier Siege errungen werden, was für Platz 7 reichte. Entscheidend für den Klassenerhalt war der 9:3-Erfolg gegen TuS Odendorf am vorletzten Spieltag. Eine hervorragende Einzelbilanz hatte Tim Fix mit 14:5 (Position 1).

Schon früh musste die 3. Herrenmannschaft in der 1. Kreisklasse auf Volker Luh verzichten. Dennoch reichten 7 erlangte Punkte für Platz 5. Hervorragend: Robin Schwindt mit 15:3 Spielen. Erfreulich war auch die 10:4-Bilanz des Doppels Brinkmann/Strehlow und die tolle Integration in die Mannschaft von Felix Ho (7:9) und Michael Himel (7:2).

Dank der Genesung von Heinz-Willi Fritzen (nach seinem Komplettausfall in der Hinrunde) konnte die 4. Herrenmannschaft nach Überraschungssiegen gegen TTC Roesberg (9:6) und SSV Wal-

berberg 2 (9:7) den Klassenerhalt in der 2. Kreisklasse frühzeitig sichern. Besonders Axel Brinkmann (12:5), Karl-Heinz Mörs (10:5) und Oliver Gobert (10:3) trugen dazu bei.

Weniger geglückt war der Auftritt der 5. Herrenmannschaft als Aufsteiger in der 2. Kreisklasse. Nach 3 Punkten in der Hinserie ging das Team in der Rückrunde gänzlich leer aus. Lediglich beim 6:9 gegen den 1. FC Ringsdorf wurde es etwas knapper. Dirk Neff (3:4) und Johannes Küsel (6:7), leider nicht regelmäßig einsetzbar, konnten einigermaßen mithalten.

Die 6. Herrenmannschaft wurde zur Rückserie in der 3. Kreisklasse mit Nicolai Müller (18:5) verstärkt. So konnte das Feld mit einer Siegesserie von unten aufgerollt werden. Erst der souveräne Tabellenführer SSV Merten stoppte das Team mit 8:2. Nach einem 4:8 gegen

den Tabellenzweiten TTC Duisdorf 6 reichten fünf weitere Punkte für Platz 5. Fleißige Punktesammler: Frank Knüttel (15:7) und Björn Niebel (15:8).

7 Siege und 2 Unentschieden sorgten bei der 7. Herrenmannschaft für Platz 8 in der 3. Kreisklasse. Überraschend spielte an Brett 1 Evgeny Makov (18:6).

Leider hat es für den vorzeitigen Klassenerhalt der 1. Jugend in der Verbandsliga nicht gereicht. Nun muss das Team in die Relegation, um den Abstieg am 15. und 29. Mai hoffentlich erfolgreich zu verhindern.

Platz 6 und Klassenerhalt heißt es für die 2. Jugend in der Bezirksklasse. Eine geschlossene Mannschaftsleistung war dabei maßgeblich.

Eine geschlossene Mannschaftsleistung und herausragende Einzelleistung von Jonas Sels sorgte bei der 3. Jugend in der 1. Kreisklasse für Platz 6.

Überragend waren in dieser Serie die B-Schüler. Hatte die 1. Schülermannschaft die Hinserie gewonnen durch einen knappen Sieg gegen die 2. Schülermannschaft, so drehte letztere den Spieß um. Im direkten Vergleich siegte sie in der Rückrunde, weil Daniel Kostjunin beide Einzel sicher für sich entschied und auch dem Doppel seinen Stempel aufdrückte. Alle übrigen Begegnungen konnten beide Teams deutlich für sich entscheiden. Jörg Brinkmann

Tischtennis für jeden – Hobbykurs

Für alle, die Spaß beim Tischtennis haben wollen, egal ob Anfänger oder Wiedereinsteiger, bieten wir donnerstags von 18.30-20.00 Uhr einen betreuten Tischtenniskurs im Sportpark Nord an.

Kursgebühr für Nichtmitglieder:
30 EUR für 5 Trainingseinheiten, für Mitglieder kostenlos.

Anmeldungen an Jörg Brinkmann, Tel. 0228-6779110.






Imping & Schleiff
PHYSIOTHERAPIE

Oppelner Straße 130 · 53119 Bonn
0228 660681 · www.imping-schleiff.de

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



Mit 4 Siegen und 3 zweiten Plätzen war das Werferteam der SSF Bonn eines der erfolgreichsten Teams beim gut besetzten Werfertag am 2. April in Wuppertal.

Überragend in seinem ersten B-Jugendjahr war Rafael Vallery. Ihm gelang mit 15,81 m beim Kugelstoßen (5 kg) nicht nur eine deutliche Leistungssteigerung, die mit Platz 1 belohnt wurde. Er ließ auch den amtierenden LVN-Meister hinter sich und qualifizierte sich bereits im ersten Freiluftwettkampf für die Deutschen Meisterschaften. Im Diskuswurf siegte er mit der neuen Bestleistung von 45,10 m.

Anne Einspinner, die im Herbst von ART Düsseldorf nach Bonn gewechselt war, überzeugte mit 39,38 m im Diskuswurf und belegte im Kugelstoßen mit 11,01 m den 2. Platz bei den Frauen. Hendrik Vallery (A-Jugend) landete mit guten 38,92 m im Diskuswurf auf Platz 2 und im Kugelstoßen auf Platz 4 (12,41 m). Maximilian Korn (B-Jugend) bestritt seinen ersten Wettkampf seit den Deutschen Mehrkampfmeisterschaften 2010 und wurde mit 13,30 m im Kugelstoßen Fünfter. Seine Leistung ist besonders hervorzuheben, da er den Wettkampf im letzten Jahr aufgrund einer Rückenverletzung nach sechs Disziplinen vorzeitig beenden musste und seitdem nur eingeschränkt trainieren konnte. Eine verletzungsfreie Qualifikation für

SSF-Wurfteam startet vielversprechend in die Saison

Erfolgreicher Wurfertag beim Wuppertal SV



LVN-Meisterschaften 2010: Alois Gmeiner, Stefan Trautmann, Rafael Vallery, Maximilian Korn, Wurftrainer Matthias Werner (v.l.n.r., Foto: Gabriele Korn)

zung nach sechs Disziplinen vorzeitig beenden musste und seitdem nur eingeschränkt trainieren konnte. Eine verletzungsfreie Qualifikation für

die Deutschen Mehrkampfmeisterschaften ist sein Ziel. Maximilian Schölzel (M15) übertraf im Kugelstoßen endlich die 12-m-Schallmauer um 12 cm und belegte so Platz 5.

Immer besser läuft es für A-Schüler Stefan Trautmann. Er konnte sich im Kugelstoßen auf ausgezeichnete 14,51 m und den 1. Platz steigern und erreichte im Diskuswurf Platz

5 (32,76 m). Beide Disziplinen gehören zum Blockwettkampf Wurf, in dem er sich für die Deutschen Mehrkampfmeisterschaften in Cottbus qualifizieren möchte.

Wurftrainer Matthias Werner gratuliert seiner gesamten Truppe herzlich zu diesen tollen Leistungen.

Alois Gmeiner

Rafael Vallery ist Leichtathlet des Jahres 2010

Ehrung beim Kreistag Bonn/Rhein-Sieg in Troisdorf

Aufgrund seiner hervorragenden Leistungen in der vergangenen Saison im Mehrkampf und in den Wurfdisciplinen wurde Rafael Vallery in Troisdorf beim Kreistag der Leichtathleten am 12. März vom Jugendausschuss des Kreises als Leichtathlet des Jahres 2010 bei den Schülern A geehrt. Dies ist umso bemerkenswerter, wenn man bedenkt, dass Rafael während der gesamten Saison wegen wachstumsbedingter Beschwerden nur sehr eingeschränkt trainieren konnte.

In der Altersklasse M14 war Rafael Dritter bei den Deutschen Meisterschaften im Achtkampf am 14./15. August 2010 in Hannover. Inzwischen hat er sich entschieden, sich intensiver mit den Wurfdisciplinen Kugel und Diskus zu beschäftigen.

Als Leichtathlet des Jahres tritt Rafael in die Fußstapfen von SSF-Athleten wie Hendrik Vallery, Nadiya Koyuncu, Amelie Werkhausen und Jessica Müßeler.

Alois Gmeiner

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 179,- €
Augenbrauen 199,- €
dauerhaft und viele Jahre haltbar
- **Hautstraffungs-/Hautglättungsbehandlung** mit IPL, verbessert sofort sichtbar Mimikfältchen und erschlaffte Hautpartien
- **Entspannende Gesichtsbehandlung**
inkl. Massage, Ultraschallbehandlung und Make-up 49,- €

K. Escher – Kosmetikerin/Visagistin
Bonn-City · Kaiserstraße 19 · Telefon 02 28 / 22 48 44
www.kosmetik-escher.de




Neues Nachwuchssp



Sport-Palette: Was genau verbirgt sich hinter dem neuen Nachwuchssportkonzept?

MS: Der Grundgedanke des Nachwuchssportkonzeptes ist, dass wir uns weg von einer sehr sportartspezifischen und hin zu einer viele Sportarten umfassenden Ausbildung bewegen möchten. Dabei soll die Ausbildung vom gesamten Verein ausgehen und nicht wie bisher in einer einzelnen Abteilung ablaufen. Inhaltlich geht es uns darum, die motorischen Grundfähigkeiten von Kindern bis 12 Jahren wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer sowie Koordination zu fördern. Besondere Berücksichtigung finden hierbei die sogenannten „sensiblen Phasen“, also entwicklungsbedingte Zeiträume, in denen sich bestimmte motorische Grundfähigkeiten am besten trainieren lassen. So können wir ein gutes sportliches Fundament schaffen, das den individuellen Neigungen, Fähigkeiten und Fertigkeiten der Kinder gerecht wird.

In seinen Grundzügen war das SSF-Nachwuchskonzept bereits seit vielen Jahren vorhanden und wurde vom damaligen Vorstandsmitglied Eckhard Hanke erstellt. Neu ist, dass wir das Konzept nun aktiv angehen und umsetzen möchten.

Sport-Palette: Warum bewegen wir uns weg von einer sportartspezifischen Ausbildung von Kindern hin zu einer eher generellen Grundlagenausbildung?

MS: Wir möchten nicht, dass Kinder schon sehr früh nur auf eine Sportart festgelegt sind. Das hört sich vielleicht im ersten Moment ungewöhnlich an, aber genau hier liegt auch das große Potenzial des Ansatzes. Der Grund ist ganz einfach. Bei Kindern bis 12 Jahren lässt sich weder wissenschaftlich noch auf Basis unserer langjährigen Erfahrung genau sagen, ob sie für eine bestimmte Sportart besonders geeignet sind. Besonders geeignet heißt, dass sie einerseits vielleicht ein besonderes Talent, also körperliche und geistige Fähigkeiten und Fertigkeiten für diese Sportart aufweisen, andererseits aber auch langfristig genug Freude und Motivation empfinden, um diese Sportart auszuüben. Denn nur wenn diese beiden Komponenten gegeben sind, sind wir langfristig mit „unserer“ Sportart zufrieden. Wir erleben es allerdings häu-



fig, dass Kinder und Jugendliche irgendwann nicht mehr mit „ihrer“ Sportart zufrieden sind und nicht selten aus dem Verein austreten.

Sport-Palette: Was führt in der Regel dazu, dass Kinder und Ju-

gendliche fühlen, dass die Sportart nicht das Richtige für sie ist?

MS: Das kann vielfältige Gründe haben. Vielleicht können sie nicht die Leistung erbringen, die sie sich vorgenommen haben. Vielleicht merken sie, dass sie

Sportkonzept bei den SSF Bonn

Fragen an den Vorsitzenden Michael Scharf



nicht mehr mit anderen mithalten können oder sind sogar häufiger belastungsbedingt verletzt oder fühlen sich durch die Sportart überfordert. Es kann auch einfach sein, dass sie spüren, dass eine Sportart nicht die richtige für sie ist, ohne die

Gründe genau benennen zu können. Schließlich werden sie bei ihrer Entscheidung für eine Sportart immer durch Eltern, Verwandte, Bekannte, Freunde und natürlich auch Medien beeinflusst. Und häufig haben vielleicht auch andere die Entscheidung für sie getroffen. Kinder bis 12 Jahren sind vom Kindergarten, über die Grundschule auf weiterführende Schulen gewechselt und kommen irgendwann in die Pubertät. Dies sind natürlich gesellschaftliche und biologische Faktoren, die zeitlich, aber auch emotional ebenfalls zu einem Sinneswandel beitragen können.

Sport-Palette: Aber dann können die Kinder und Jugendlichen doch einfach die Sportart wechseln und sich umorientieren, oder nicht?

MS: So einfach ist es leider in den meisten Fällen nicht. Wenn sie mit ihrer bisherigen Sportart aufhören und in eine andere wechseln möchten, schaffen dies in der Regel nur diejenigen, die über sehr gute allgemeine motorische Fähigkeiten verfügen. Die Mehrzahl derjeni-

gen, die keine „Allroundtalente“ sind, werden den Wechsel in eine andere Sportart nur schwer vollziehen können, weil sie häufig nicht die Voraussetzungen dafür mitbringen. Sie scheitern an ihren Ansprüchen und sind schnell frustriert. Hinzu kommt, dass Kinder und Jugendliche in der Regel nicht individuell gefördert oder beraten wurden. Hier kann ihnen eine vielfältige Ausbildung zukünftig viel mehr Möglichkeiten innerhalb des Vereins bieten und dabei helfen, sie in diejenige Sportart zu leiten, für die sie individuell am besten geeignet und motiviert sind. Das ist wiederum wichtig, um sie auch als Mitglieder langfristig zu gewinnen. Und hiervon leben die SSF Bonn, von der Zufriedenheit und dem Engagement jedes einzelnen Mitglieds.

Sport-Palette: Das stellt dann aber auch sehr hohe Anforderungen an die Trainerinnen und Trainer.

MS: In der Theorie heißt es immer, die besten Trainerinnen und Trainer sollten in der Nachwuchsarbeit tätig sein. Wir wollen das in der Praxis aber auch

wirklich umsetzen. Dazu werden mit Sicherheit die Diplom-Sportlehrer Christoph Großkopf und Tobias Piatek sowie der Diplom-Trainer Kersten Palmer die Kinder betreuen. Denn die nötige Fach- und Sachkompetenz muss beim Nachwuchskonzept stimmen. Natürlich kann man nicht erwarten, dass von heute auf morgen alles reibungslos funktioniert und das Nachwuchskonzept fehlerfrei umgesetzt werden kann. Aber wir sind motiviert und möchten den Kindern eine bestmögliche Betreuung und auch Orientierungshilfe bieten.

Sport-Palette: Wen betrifft das Nachwuchskonzept?

MS: Grundsätzlich wird das Konzept die gesamte Kinder- und Jugendausbildung bis zum 12. Lebensjahr betreffen. Wir werden jedoch nach den Sommerferien in diesem Jahr zunächst mit den wassersportbezogenen Abteilungen Moderner Fünfkampf, Schwimmen, Triathlon und Wasserball und den Kindern im Alter von 6. bis 12. Lebensjahr beginnen. Dabei werden wir die Trainingsgruppe 3 im Schwimmen für die Kinder vom abgeschlossenen 10. bis 12. Lebensjahr weiterhin anbieten und

Fortsetzung Seite 18





Fortsetzung Seite 18

können so die 11- und 12-jährigen sportartspezifisch ausgebildeten mit denjenigen vergleichen, die auf Basis des neuen Nachwuchskonzeptes ausgebildet werden.

Im nächsten Jahr werden wir dann andere Abteilungen und deren Sportarten in das SSF-Nachwuchsprogramm integrieren. Um die räumlichen Ressourcen im Verein bestmöglich ausnutzen zu können, werden die wöchentlichen Trainingszeiten der 6- bis 10-Jährigen im Wesentlichen zwischen 15 und 16 Uhr liegen und die der 10- bis 12-Jährigen zwischen 16 und 17 Uhr. Die bisherigen Einzeltrainingsgruppen der Fünfkämpfer, Schwimmer, Triathleten und Wasserballer entfallen für dieses Alter (bis 12 Jahre) ab den Sommerferien.

Sport-Palette: Was ist denn mit Wettkämpfen, die die Kinder ja auch in dem Alter betreiben?

MS: Das Wettkampferlebnis und das altersgemäße Hinführen zu Wettkämpfen ist eine sehr anspruchsvolle Aufgabe im Nachwuchskonzept. Ziel ist es auch hier, die Kinder an verschiedene Wettkampftypen, also Wettkämpfe im Schwimmen, im Triathlon, im Fünfkampf und Wasserball sowie später auch in den anderen Sportarten heranzuführen. Dabei sollen die Wettkämpfe Spaß machen und nicht unter irgendeinem Leistungsdruck stehen. Da eine frühzeitige Festlegung auf eine Sportart im Grundschulalter entfällt, werden wir bis zum abgeschlossenen 10. Lebensjahr keine individuellen Wettkampflizenzen in den Sportfachverbänden erwerben. Unser Ziel ist es, bei den Kindern, die einmal leistungsorientiert Sport betreiben wollen, einen langfristigen Leistungsaufbau anzustoßen. Wir möchten keine „Pampers-Altersklassen-Weltmeister“ heranzüchten, sondern wir möchten Kinder, die bewusst „ja“ sagen zum Sport und zur Wettkampfteilnahme.

Sport-Palette: Ist das nicht eine Absage an den Leistungssport?

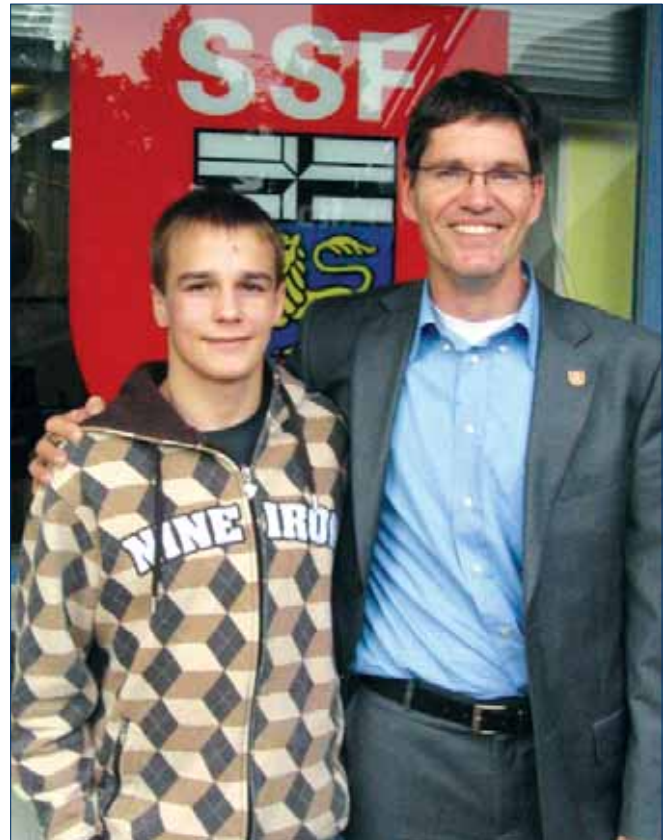
MS: Es ist eine Absage an die teilweise vorhandene Hysterie, Kinder in immer jüngeren Jahren immer mehr spezialisieren und trainieren zu wollen. Unser Ideal orientiert sich daran, unsere Kinder und Jugendlichen langfristig im Verein zu halten, langfristig an eine passende Sportart heranzuführen und, wenn gewollt, auch langfristig im Leistungssport aufzubauen. Mit langfristig meinen wir den Altersbereich von 16 Jahren und älter, in dem die Jugendlichen dann allmählich in einer Sportart in den Bereich ihrer optimalen Leistungsfähigkeit kommen sollen. Das bleibt weiterhin unser Ziel im Leistungssport. Gleichzeitig aber muss man sehen, dass wir im Kinderbereich mit über 300 Kindern planen. Nur 3 bis 4 Kinder eines Geburtsjahrgangs kommen mit 16 Jahren in den ersten Mannschaften im Schwimmen, Triathlon, Fünfkampf und Wasserball an, teilweise sogar weniger. Das zeigt das große Potential, aber auch die große Aufgabe, die wir haben, mehr Kinder pro Geburtsjahrgang an Sportarten heranzuführen, sodass sie dauerhaft Spaß am Sport bei den SSF Bonn entwickeln.

Sport-Palette: So wie sich das anhört, sind Sie von dem SSF-Nachwuchskonzept sehr überzeugt.

MS: Ja, das bin ich. Deshalb habe ich auch im Vorstand ganz bewusst persönlich die Verantwortung für die Umsetzung übernommen. Ich selbst beschäftige mich schon seit vielen Jahren mit diversen Themen des Breiten- und Leistungssports. Wer sich mit der Literatur zum Thema auskennt und die derzeitigen Veränderungen in der Praxis des Sports auch bei den Kindern sieht, der wird in unserem Modell eine mutige, aber logische Alternative sehen. Vor allem aber bin ich als Vorsitzender eines Mehrspartenvereins davon überzeugt, dass es keine besseren Alternativen für dieses Modell für die SSF Bonn gibt.

Sport-Palette: Herzlichen Dank für das Interview.

Maxime Junghänel wird aus Leistungssporttopf gefördert



Maxime Junghänel (links im Bild) verfügen die SSF Bonn über einen Nationalkaderathleten im Judo. Maxime gehörte bereits in den vergangenen Jahren zur nationalen Spitze seines Jahrgangs und bestätigte die guten Leistungen auch in diesem Jahr.

„Es ist ein tolles Zeichen dafür, dass wir in verschiedenen Sportabteilungen bei den SSF Bonn eine hervorragende sportliche Ausbildung betreiben. Daher fördern wir dies bei den SSF Bonn nach dem Prinzip, dass Leistung auch belohnt und unterstützt werden soll“, so Michael Scharf (rechts im Bild). Ein besonderer Dank gilt Yamina Bouchibane und Frank Günther, die als Trainer der Judoabteilung tolle Arbeit leisten. Michael Scharf

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



Deutsche Meisterschaften Jugend B Dreikampf

Brudereck und Hörauf auf Platz 5



Auf der Deutschen Meisterschaft Jugend B Dreikampf (Jg. 95-97) in Berlin mussten sich die Fünfkämpfer der SSF Bonn am 30. April behaupten. Besonders Falk Brudereck und Vera Hörauf überzeugten jeweils mit einem 5. Platz und konnten im Dreikampf gute Ergebnisse beim Schwimmen, Laufen und Schießen erzielen. Für Vera war es einer der ersten Wettkämpfe im Modernen Fünfkampf. Sie konnte sich dennoch gleich an der deutschen Spitze in ihrer Altersklasse behaupten. Jens Oellien

Internationale Deutsche Meisterschaften

„Kleine Fechthalle“ macht Fortschritte

Die Abteilung Moderner Fünfkampf blickt auf ein spannendes Jahr 2011. Die Umbaumaßnahmen in der „Kleinen Fechthalle“ gehen gut voran, sodass es vielleicht schon in den Sommerferien möglich sein wird, die Halle einweihen zu können. Sie wird die neue Heimat der Fünfkämpfer und einiger Gymnastikgruppen.

Als nächster großer Wettkampf stehen am 04./05.06. 2011 die Internationalen Deutschen Meisterschaften an. Zum gemeldeten Starterfeld gehört die gesamte deutsche Fünfkampfelite rund um Olympiasiegerin Lena Schöneborn.

Der Wettkampfplan sieht wie folgt aus:

08.00 Uhr: Einfechten im OFC Bonn (Am Neuen Lindenhof 2, 53117 Bonn)

12.00 Uhr: Einschwimmen im Frankenbad (Adolfstr. 45, 53111 Bonn)

15.30 Uhr: 1. Ritt im Reitstall Gestüt Aluta (Wiesenstr. 2, 53332 Bornheim-Widdig)

17.30 Uhr: Combined im Reitstall Gestüt Aluta

Dieser Zeitplan gilt für den Wettkampf der Frauen am Samstag wie auch der Männer am Sonntag. Die Abteilung Moderner Fünfkampf freut sich über zahlreiche Unterstützung.

Die Internationalen Deutschen Meisterschaften werden der erste Wettkampf in Bonn sein, auf dem das neue Lasersystem beim Pistolenschießen eingesetzt wird. Bildlich gesprochen ist an den Pistolengriffen ein Laserpointer montiert der über eine Sensorplatte erzielte Treffer anzeigt. Dies erlaubt einen einfacheren Umgang mit dem Waffengesetz, da derart umgerüstete Pistolen nicht mehr unter das Waffengesetz fallen. Mit der Umrüstung ist der erste Schritt in Richtung Zukunft getan. Jens Oellien

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

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



Die Triathlonabteilung trauert um Jürgen Hesemann



Jürgen Hesemann kam bei einem Radunfall am 31. März im Alter von nur 47 Jahren ums Leben. Seit 2006 war er Mitglied der SSF Bonn. Jürgen engagierte sich vor allem für unsere Jugendabteilung und begleitete unsere Jugendlichen bei Trainingsausfahrten und Wettkämpfen. Viele haben ihn auch als Pressewart für unseren Nachwuchs kennengelernt.

Als Mitglied der Masters-Mannschaft war seine Philosophie „dabei sein ist alles“ – und trotzdem hat er um jede Sekunde gekämpft und war dennoch immer für einen kleinen Scherz gut.

Er fehlt uns menschlich und sportlich. Wir trauern mit seiner Familie und allen seinen Freunden und derer gab und gibt es viele.
Janet Schriever

Bonner Swimathlon

Schmitz-Elvenich und Mühlwinkel gewinnen

Bei frühlingshaften Temperaturen konnte Organisator Roman Klinkert am 12. März mit seinem Team vom SSF Bonn Triathlon über 300 Sportlerinnen und Sportler zum 19. Swimathlon begrüßen. Die Veranstaltung war wie auch im letzten Jahr ausgebucht. Der Swimathlon ist ein Wettbewerb aus den Teildisziplinen Schwimmen und Laufen. Die beim Schwimmen erzielten Zeiten legen dabei die Startreihenfolge für das Laufen fest. Diese aus dem Fünfkampf bekannte Vorgehensweise nennt man Jagdmethode. So eröffnet der schnellste Schwimmer den Lauf und die weiteren Starter „jagen“ ihm mit dem entsprechenden Zeitrückstand aus dem Schwimmen hinterher.

Auf der Königsstrecke, der sogenannten Classic-Distanz über 1000 m Schwimmen und 5 km Laufen, ging Vera Hundsdörfer (SSF Bonn) mit der schnellsten Schwimmzeit (13:38.3 min) auf die Laufstrecke, gefolgt von Annika Gunkel (Kölner Triathlon Team 01) und Sabine Rudo (PSV Bonn Triathlon) mit jeweils 28 und 65 Sekunden Abstand. Doch alle drei Athletinnen konnten nichts gegen die laufstarke Anke Schmitz-Elvenich

(ASV Köln Triathlon) ausrichten, die mit der besten Laufzeit (19:39.2 min) von Platz 5 auf Platz 1 gelangte. Sie siegte in einer Gesamtzeit von

35:04.2 min deutlich vor Rudo (36:36.5 min) und Hundsdörfer (36:43.5 min).

Entschieden knapper gestaltete sich das Rennen bei den Männern. Hier ging Christian Thomas (PSV Bonn Triathlon) mit der besten Schwimmzeit des Tages (12:20.0 min) als erster auf die

Laufstrecke. Mit nur 2 Sekunden Abstand startete Marco Mühlwinkel (EJOT Team TV Buschhütten) gefolgt von Jan Fischer (TRI POWER Rhein-Sieg) mit 45 Sekunden Abstand. In der ersten von zwei Laufrunden versuchte Thomas Mühlwinkel zunächst durch Tempowechsel abzuschütteln. Dieser zog jedoch in der zweiten Laufrunde an einem Anstieg an Thomas vorbei und gewann schließlich mit 9 Sekunden Vorsprung in einer Gesamtzeit von 29:50.4 min. Dennis Lüke (Kölner Triathlon-Team 01) lief mit der besten Laufzeit des Tages (17:17.9 min) von Platz 5 nach dem Schwimmen auf den 3. Gesamtplatz vor (30:53.4 min).

Die Fun-Distanz (500 m Schwimmen und 2,5 km Laufen) gewannen Deborah Schöneborn sowie Philip Becker (beide SSF Bonn Fünfkampf) in 16:01.5 min bzw. 15:37.3 min. Bei der Jugend A (400 m - 5 km) siegten Ricarda Kappen (Tria Essen Kettwig) in 29:55.9 min und Lucas Abel (Kölner Triathlon Team) in 26:45.2 min. Die Sieger der Jugend B (400 m - 2,5 km) heißen Lea Wevelsiep von TRI POWER Rhein-Sieg (14:57.9 min) und Mirco Hohmann vom Kölner Triathlon-Team (13:31.8 min).

Ausführliche Ergebnisse sowie Bilder gibt es unter www.swimathlon.de.

Janet Schriever





Fun-Distanz (500 m - 2.5 km)

1. Deborah Schöneborn (SSF Bonn Fünfkampf) 16:01.5 min
2. Rabea Schöneborn (SSF Bonn Fünfkampf) 16:29.8 min
3. Svenja Hoffmann (SSF Bonn Fünfkampf) 17:48.5 min

1. Philip Becker (SSF Bonn Fünfkampf) 15:37.3 min
2. Julian Klein (SSF Bonn Triathlon) 16:53.0 min
3. Alexander Holste (SV Gladbeck 13 e.V.) 17:01.1 min

Jugend A (400 m - 5 km)

1. Ricarda Kappen (Triä Essen Kettwig) 29:55.9 min
2. Annika Potthof (Tri-Geckos Dortmund) 30:59.6 min
3. Vera Hörauf (SSF Bonn) 31:15.6 min

1. Lucas Abel (Kölner Triathlon-Team) 26:45.3 min
2. Tim Niebergall (Wäller-TRC Driedorf) 27:38.9 min
3. Claudio Kornak (TSV Bayer 04 Leverkusen) 28:26.1 min

Jugend B (400 m - 2.5 km)

1. Lea Wevelsiep (TRI POWER Rhein-Sieg) 14:57.9 min
2. Lina Vedder (TSV Bayer 04 Leverkusen) 16:02.2 min
3. Annik Windelschmidt (TSV Bayer 04 Leverkusen) 16:47.3 min

1. Mirco Hohmann (Kölner Triathlon-Team) 13:31.8 min
2. Lars Jepkens (Tri-Geckos Dortmund) 14:50.8 min
3. Joel Hüls (TSV Bayer 04 Leverkusen) 15:06.5 min

SchülerInnen A (400 m - 2.5 km)

1. Laura Mila Steinhauer (SSF Bonn Triathlon Jugend) 16:17.5 min
2. Isabell Gewehr (SRL Triathlon Koblenz) 16:47.0 min
3. Nina Spitzhorn (DBL-Team RSG Montabaur) 17:00.0 min

1. Luca Felix Hapke (PV-Triathlon Witten) 14:47.2 min
2. Jens Krüger (TSV Bayer 04 Leverkusen) 15:13.6 min
3. Markus Breuer (TSV Bayer 04 Leverkusen) 16:00.3 min

SchülerInnen B (200 m - 1000 m)

1. Linda Schlachter (TSV Bayer 04 Leverkusen) 06:55.5 min
2. Tokessa Zinn (Leichtathletik TuS Ahrweiler) 06:57.5 min
3. Carina Küster (SG Erft) 07:02.5 min

1. Mattia Weßling (SSF Bonn Triathlon Jugend) 06:30.5 min
2. Leon Kaiser (TSV Bayer 04 Leverkusen) 06:54.5 min
3. Richard Göx (TSV Bayer 04 Leverkusen) 07:08.5 min

SchülerInnen C (100 m - 400 m):

1. Mina Hayati Shahab (ASV Köln) 03:23.0 min
2. Joana Lewak (ATV Hückeswagen) 03:38.0 min
3. Pauline Reinhard (trikids TuS AW) 03:46.8 min

1. Gianluca Weßling (TuS Wesseling) 03:23.7 min
2. Nicolas Richard Kaiser (TSV Bayer 04 Leverkusen) 03:24.5 min
3. Philipp Kilz 03:26.3 min

SchülerInnen D (50 m - 200 m):

1. Charlotte Kilz 01:58.9 min
2. Mia Maria Vedder (TSV Bayer 04 Leverkusen) 02:23.9 min
3. Lij Jacobs (TSV Bayer 04 Leverkusen) 02:29.9 min



Sport Vossen

www.sport-vossen.de online abtauchen

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 • Mommersstraße 72 (Ecke Gleiwitz Str.) • 50935 Köln Tel.: 0170-3042000 • j.vossen@sport-vossen.de



Niemals geht man so ganz

Trainer René Papenfuß hört auf



nur Trainer, sondern gleichzeitig auch Freund, Bruder und Seelsorger in einer Person, der immer ein offenes Ohr für alle hatte und sich auch außerhalb des Trainings Zeit für die Spielerinnen nahm. Neben Erfolgen im Jugendbereich stieg er mit seiner Mannschaft von der Bezirksliga in die Regionalliga auf. 2006 war er Trainer des Jahres und ist seit 2010 im Vorstand der Volleyballabteilung tätig. Daneben spielte er auch selbst bei den SSF in der 3. Herrenmannschaft.

Das Spiel gegen den VC SFG Olpe am 9. April war ein ganz besonderes. Es war nicht nur das letzte der Saison, sondern auch das letzte Spiel mit René Papenfuß als Trainer der 1. Damenmannschaft. Zwar konnte die Mannschaft das Spiel mit 3:1 für sich entscheiden, doch wurde der Sieg an diesem Tag zur Nebensache.

Bereits einige Wochen zuvor hatte René seinen Rücktritt angekündigt. Neben privaten Gründen, die ihn zum Rücktritt bewegt haben, ist er der Meinung, dass der Mannschaft ein Trainerwechsel guttue. Als seine Trainerphilosophie gab er 2006 an: „Der größte Wunsch des Vaters war es, General zu werden, er wurde Hauptmann. Der größte Wunsch des Sohnes war es auch, ein Hauptmann zu werden, was wird er wohl?“

René Papenfuß versuchte immer das Beste aus allen herauszuholen. Dabei stand für ihn aber nicht die Leistung, sondern stets der Mensch an erster Stelle. In der Mannschaft war er nicht

Der Weggang von René ist ein großer Verlust für die Mannschaft. Denn viele sind seit Beginn seiner Trainertätigkeit 2006 dabei und können sich Volleyball ohne „ihren“ Trainer nicht so recht vorstellen. Seine Liebe zum Verein und zum Volleyball war einzigartig. Seine Stärke war es, nicht nur einzelne Leistungsträger, sondern die Mannschaft als Ganzes zu sehen. So schaffte er es immer wieder, die Mannschaft zu motivieren und stand auch in ihren Schwächephasen immer voll und ganz hinter ihr.

Es wird schwer werden, einen Ersatz für René zu finden, da auch Co-Trainer Jürgen Janesch aufhört und die Zukunft der Damenmannschaft somit unklar ist. Dennoch bleibt René dem Verein zumindest weiterhin als Spieler und Funktionär erhalten. Danke für die tollen Jahre, René. Es war für uns alle eine Zeit, die wir niemals vergessen werden. Und vergiss nicht: „Niemals geht man so ganz!“ Katharina Kolbe

PARTNER
Hier gibt's Vorteile für Mitglieder

ACTIVE
RUNNING-CENTER BONN
Running • Walking • Triathlon

Der Laufexperte für Bonn

10% Nachlass für alle Mitglieder des SSF Bonn!*

*Nach Vorlage des Vereinsausweises. Auf alle Artikel, außer MBT sowie alle Sonderpreise.

Mizuno Brooks Asics Saucony
Zoot New Balance Lunge 2XU
CEP Laufstoff Gore RunningWear
Icebreaker Aquashpere Hono
Salinsh TexWrightSocks K-Socks
Squeezy 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 zur ordentlichen Jahreshauptversammlung der Skiabteilung am 23.02.2011

Beginn: 19.05 Uhr
Ende: 19.30 Uhr
Ort: Sportpark Nord
Anwesend: 14 Teilnehmer gemäß Teilnehmerliste

TOP 1: Begrüßung und Eröffnung der Jahreshauptversammlung

Begrüßung der Teilnehmer der Jahreshauptversammlung durch die Abteilungsleitung. Besonderer Gruß gilt Frank Herboth, der innerhalb des geschäftsführenden Vorstands der SSF u.a. für die Koordination der Fachabteilungen zuständig ist. Keine Ergänzung/Änderung der Tagesordnung.

TOP 2: Bericht der Abteilungsleitung

- Dank an die Trainer Benjamin Fabry und Harald Mikulski sowie an Thomas Ropertz für die Durchführung des Inlineskating-Angebots
- Derzeit befindet sich die Skiabteilung in einem Generationsumbruch; es konnten nicht alle Austritte in 2010 kompensiert werden: die Mitgliederzahl ist um ca. 10 Personen auf rund 150 Mitglieder abgesunken
- Danksagung an Peter Bruderreck, der wegen Krankheit fehlt, für die Organisation diverser Wochenendveranstaltungen sowie Kurzreisen, u.a. insgesamt 3 Skitagesausflüge ins Sauerland, 2 Wanderungen an der Sieg bzw. im Ahrtal, eine Radtour, einen Ausflug in die Skihalle Landgraaf sowie Skireisen nach Südtirol (Februar 2010) und erneut nach Sölden (Dezember 2010)
- Dank an den gesamten Vorstand für die gute Zusammenarbeit

Kurzer chronologischer Überblick über das vergangene Jahr:

- Die von Jürgen und Petra Block perfekt organisierte Skireise vom 16.01.2010 bis 23.01.2010 führte über 30 Teilnehmer zum zweiten Mal nach 2008 ins Hotel Kirchlhof nach Vorderlanenbach am Eingang des Tuxer Tals; es war wie immer eine harmonische und rundum gelungene Reise
- Das Sommerangebot Inlineskaten für Erwachsene und Kinder wurde 2010 in abweichender Form gezielt an einzelnen Wochenenden angeboten, fand jedoch leider nur wenig Resonanz; es wird in 2011 noch einmal ein entsprechendes Angebot geben, die Termine sollen jedoch längerfristiger geplant und verstärkt bekannt gemacht werden
- Das inzwischen bereits bewährte Ersatzprogramm für die Sommerferien in Form des Lauftreffs im Kottenforst fand auch in 2010 guten Zuspruch; es konnten regelmäßig zwei Laufgruppen für unterschiedliche Leistungsstärken angeboten werden
- Das traditionelle Grillfest fand am 27.08.2010 auf dem Grillplatz in Witterschlick statt
- Das zusätzliche Gymnastikangebot montagabends von 19:00 Uhr bis 20:15 Uhr in der Sporthalle des Heinrich-Hertz-Kollegs wurde 2010 gut angenommen und ist inzwischen regelmäßig gut besucht
- Das Münsterplatzfest am 04.09.2010 lockte am Stand der Skiabteilung weniger Besucher an als in den Vorjahren
- Der Stammtisch der Skiabteilung mittwochabends nach dem Sport ab ca. 21 Uhr im Rosalu in der Vorgebirgsstraße hat sich gut etabliert
- Das Weihnachtessen fand am 26.11.2010 im „Haus Müllestuppe“ statt; sowohl der neue Ort als auch die etwas abgewandelte Form ohne Buffet fanden gute Resonanz

TOP 3: Bericht des Kassenwarts

Der Bestand am 01.01.2010 betrug 371,73 EUR. Die Ausgaben für Trainer-Honorare, Beiträge WSV, Bankgebühren sowie sonstige Aufwendungen (z.B. die Gebühr für die Nutzung des Grillplatzes)

betragen 2010 insgesamt 3.656,75 EUR. Nach Verrechnung der erhaltenen Zuschüsse vom SSF beläuft sich der Bestand am 31.12.2010 auf 214,98 EUR.

TOP 4: Entlastung des Vorstands

Der Entlastung des Vorstands wird einstimmig zugestimmt.

TOP 5: Wahl des Vorstands

Neben den bisherigen Mitgliedern des Vorstands, Jürgen-Ludwig Block (Vorsitzender), Peter Bruderreck (stellvertretender Vorsitzender) und Edgar Marx (Kassenwart), wurden Silvia Blied (Schriftführerin) und unser Trainer Benjamin Fabry (Sportwart) neu in den Vorstand gewählt.

TOP 6: Verschiedenes

- Die Mitgliedschaft der Skiabteilung im WSV wurde aufgrund der damit verbundenen Aufwendungen (Beiträge) hinterfragt; die entsprechende Notwendigkeit wurde jedoch bestätigt
- Für 2011 stehen keine gravierenden Programmänderungen an; während der Sommermonate soll nur zusätzlich ein gezieltes Inlineskating-Angebot für Kinder und Jugendliche an einem Samstag im Monat ins Leben gerufen werden
- Aufgrund entsprechender Nachfrage soll für die Osterferien 2012 noch einmal eine Familien-Skireise geplant und angeboten werden
- Auf Anfrage der Trainer wird geprüft, ob für die Montagsgymnastik am Heinrich-Hertz-Kolleg ein eigener Schrank zur Verfügung gestellt werden kann
- SSF-Vorstandsmitglied Frank Herboth ermuntert die Abteilungsleitung, bei Bedarf für bestimmte Zwecke Zuschüsse vom Förderverein zu beantragen; diese stehen den einzelnen Fachabteilungen bei entsprechendem Bedarf gleichermaßen zur Verfügung
- Es wurden Hinweise auf den mangelhaften Zustand der sanitären Einrichtungen im Sportpark Nord gegeben; diese sind dem geschäftsführenden Vorstand durchaus bekannt, im Laufe des Jahres 2011 wird aber zunächst die dringend erforderliche Badsanierung durchgeführt; der Sportbetrieb in den Hallen ist davon aller Voraussicht nach nicht betroffen

Jürgen-Ludwig Block (Abteilungsleiter)

Silvia Blied (Protokollführerin)

Termine

Erste Versuche auf Skates (Anfänger)
 Samstag, 18. Juni 2011, 14:00-15:30 Uhr
 Inlineskating-Angebot der Skiabteilung für Kinder bis 12 Jahren

Fahren im Funpark (Fortgeschrittene)
 Samstag, 18. Juni 2011, 16:00-17:30 Uhr:

Fortgeschrittene Anfänger
 Samstag, 02. Juli 2011, 14:00-15:30 Uhr
 Inlineskating-Angebot der Skiabteilung für Kinder bis 12 Jahren,
 erste leichte Abfahrten, weitere Brems- und Kurventechniken

Inlinehockey (Fortgeschrittene)
 Samstag, 02. Juli 2011, 16:00-17:30 Uhr:

(verbindliche Anmeldung bis jeweils eine Woche vor dem Termin über die SSF-Geschäftsstelle)



Verpatztes Saisonfinale

SSF Dragons Bonn planen nach Abstieg bereits für 2. Bundesliga



Zusammenstehen heißt es für die SSF Dragons Bonn nach dem Abstieg in die 2. Bundesliga. Das Team muss in den kommenden Jahren einen größeren Umbruch bewältigen. Den jungen Talenten wie Lutz Ackermann und Janos Bröker kommt dabei eine Schlüsselrolle zu (Foto: Florian Büchting).

Das Gastspiel der SSF Dragons Bonn in der 1. Floorball-Bundesliga ist nach nur einer Saison beendet. Sie unterlagen im Relegationsduell um den Verbleib bzw. Aufstieg in die 1. Bundesliga dem TV Lilienthal, Vizemeister der 2. Bundesliga Nord, in zwei Spielen mit 4:9 (Heimspiel) und 5:9 (auswärts). Wie schon im Vorjahr setzte sich der Außenseiter aus der 2. Li-

ga damit durch und steigt auf – diesmal allerdings mit umgekehrten Vorzeichen. Denn vor einem Jahr hatte Bonn für die Überraschung gesorgt und die Bremer unerwartet aus der Bundesliga gekegelt. Nun sind die Dragons selbst das „Opfer“ und müssen absteigen.

Die Niederlagen in der Relegationsserie kamen insofern unerwartet, als die Dra-

gons zuvor noch eine recht gute Abstiegsrunde gespielt hatten und 3 der 4 letzten Begegnungen gewinnen konnten (zweimal gegen Leipzig, einmal gegen Chemnitz). Allerdings ging den „Drachen“ offenbar just zum Saisonfinale die Kraft aus. Die lange Bundesligasaison mit den vielen weiten Fahrten (kein anderer Verein im Umkreis von 400 km) hatte zu sehr an der Substanz gezehrt. Die

jungen Lilienthaler waren in beiden Spielen einfach spritziger und konditionsstärker und konterten die müde und überspielt wirkenden Bonner mit ihren schnellen Vorstößen ein ums andere Mal aus.

Bei den Dragons herrschte nach dem verpatzten Saisonfinale verständlicherweise Enttäuschung und Niedergeschlagenheit. Allerdings ist der Abstieg keine Katastrophe, sondern der weiteren sportlichen Entwicklung unter Umständen sogar dienlich. Der Kräfte- und Ressourcenverschleiß in der 1. Bundesliga waren enorm, auch aus organisatorischer Sicht. Sportlich sind die Dragons mit ihrem Leistungsvermögen in der 2. Bundesliga ohnehin besser aufgehoben. Zudem steht der Mannschaft ein Generationswechsel bevor. Einige Spieler werden zum Saisonende den Verein verlas-



10%

SSF Mitgliedsrabatt
auf nicht reduzierte Ware

INTERSPORT®

SPORTPARTNER

Beratungspower mit Bestpreis Garantie

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



sen, manche der verdienten älteren Spieler kommen allmählich in die Jahre. Die starken Nachwuchsspieler aus der U17 sind zwar auf einem guten Weg, die Rolle der Leistungsträger zu übernehmen, können das Team jedoch noch nicht allein tragen.

Da kommt die 2. Liga vielleicht gerade recht und bietet durchaus auch spannende Perspektiven für die kommende Saison. Schon jetzt darf man sich auf die Lokalderbies gegen den ASV Köln freuen, bei denen es sicher heiß hergehen wird. Auch die Neuauflage der Duelle mit dem Westfälischen Floorball-Club oder dem TV Eiche Horn Bremen verheißen Spannung. Die 2. Liga ist inzwischen sehr stark, wie die jüngsten Spiele gegen Lilienthal zum Leidwesen der Dragons gezeigt haben. Hannes Selhofer

Erfolge in den Jugendligen

Kaum gefordert wurde die U17 der SSF Dragons in der Regionalliga West (Kleinfeld). Das Team, in dem unter anderem die Bundesliga-Shootingstars Lutz Ackermann, Janos Bröker und Lukas Mönning spielen, holte sich souverän den Titel vor TV 1893 Schriesheim und den Dümptener Füchsen. Damit qualifizierte sich die U17 erneut für das Finalturnier um die Deutschen Meisterschaften (diesmal in Hamburg-Wellingsbüttel), bei dem die besten 8 Teams aus den regionalen Ligen den gesamtdeutschen Meister ermitteln. Nach einem 4. und 3. Platz in den Vorjahren strebt das ehrgeizige Team diesmal den Titelgewinn an.

Auch die U15 der SSF-Floorballer qualifizierte sich für

das Finalturnier um die Deutschen Meisterschaften, das in Halle a.d. Saale ausgetragen wird (18./19. Juni 2011). Die Bonner dominierten die Regionalliga West mit 9 Siegen bei nur 1 Niederlage und wurden damit souverän vor Dümpten und dem ASV Köln NRW-Meister. Beim Finalturnier dürfen sie sich nun mit den besten Teams aus den anderen Regionen messen.

Die U13 der SSF-Floorballer wurde Vizemeister in der Regionalliga West hinter den Dümptener Füchsen. Die Entscheidung um den Titel in der 7er-Liga war denkbar knapp – am Ende entschied lediglich die bessere Tordifferenz zugunsten der punktgleichen Dümptener. Hannes Selhofer

Damen absolvierten Trainingslager

Floorball sogar über Ostern: Die Bonner Spielerinnen Sarah-Maria Schröder, Lena Haupt, Gundula Schwend, Tanja Teichgräber, Kaja Waloßek, Anne-Marie Nierkamp und Anke Vietmeyer nutzten am Osterwochenende die Gelegenheit, in Köln unter der Leitung von Bundestrainer Simon Brechbühler ein zweitägiges Technik- und Taktiktraining zu absolvieren. Auf dem Programm standen unter anderem zwei Testspiele gegen die U19 Nationalmannschaft der Damen. Die „Selects“ hielten sich dabei beachtlich und unterlagen dem Nationalteam letztlich nur mit 1:2 und 1:8.

Hannes Selhofer

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

PARTNER
2011 Bonn & Buschdorf

Änderungen durch Sanierung Kleine Fechthalle

Die Renovierungsarbeiten in der kleinen Fechthalle verlaufen reibungslos. Die damit verbundenen Änderungen in den Kursen des Offenen Bewegungstreffs finden Sie hier unten nochmal aufgelistet. Für die Vormittagsgruppen des Offenen Bewegungstreffs steht der Rote Salon im Sportpark Nord (Treppe hoch) als Ausweichraum zur Verfügung. Bitte, wie gehabt in den Parterre-Umkleiden umziehen, da die Räume erst zu Kursbeginn aufgeschlossen werden!

Abends konnten folgende Teillösungen gefunden werden:

- Aerobic (Dance), donnerstags 17.30 - 19.00 Uhr, mit Bea Koller-Alan findet bis zu den Sommerferien im Roten Salon statt.
- Ganzkörperfitness, donnerstags 20.00 - 21.30 Uhr, mit Ben Fabry-weicht aus dem Ludwig-Erhard-Kolleg in den Roten Salon.
- Gesund und Fit, mittwochs 19.00 - 20.15 Uhr, mit Ingrid Berger-Knipp findet als Outdoorangebot, bei trockenem Wetter und Temperaturen um ca. 20 Grad im Stadion des Sportpark Nord statt. Die Teilnehmer bringen bitte ihre eigene Isomatte mit!
- Pilates, mittwochs 20.30 - 21.45 Uhr, mit Aysel Dohmann findet bis zu den Sommerferien in der kleinen Turnhalle der Berthold-Brecht-Gesamtschule in Bonn-Tannenbusch statt.

Änderungen durch Badsanierung

Die Teilrenovierung des Schwimmbades beginnt ab Montag, den 30. Mai 2011. Den SSF-Mitgliedern und den Teilnehmern des Offenen Bewegungstreffs steht in dieser Zeit (Juni bis einschl. Juli) das Frankenbad zur Verfügung.

Alle Aquajogginggruppen des Offenen Bewegungstreffs finden zu den bisherigen Terminen somit im Frankenbad statt. Lediglich die Freitagsgruppe mit Mabubeh Mesbah beginnt 15 Minuten später.

Die Dynamische Wassergymnastik, donnerstags, 19.15 bis 20.15 Uhr wird auch dort stattfinden, allerdings während der Zeit, unter der Leitung von Heike Göbel.

NordicWalking, mittwochs, mit Heike Göbel, beginnt während der Badsanierung bereits um 10.40 Uhr

Nach den Sommerferien werden alle Gruppen zu den gewohnten Zeiten, planmäßig wieder im Sportpark Nord stattfinden. Aktuelle Infos erhalten Sie im Schaufenster im Sportpark Nord, auf unserer Homepage www.ssf-bonn.de oder in der Geschäftsstelle.

Neue Angebote im Offenen Bewegungstreff

Seniorengymnastik

donnerstags, 10.45 bis 12.00 Uhr, Leitung: Reinhild Ruhnau
im Bootshaus Beuel

Bewegung und Gymnastik ist ein Muss in allen Altersgruppen, für ältere Menschen aber ist schon eine mäßige sportliche Betätigung die optimale Möglichkeit, körperlich leistungsfähig zu bleiben. Sport ist das beste Mittel, um einer schwindenden Leistungsfähigkeit älterer Menschen entgegenzuwirken. Für einen Anfang ist es nie zu spät.

Walking/Nordic Walking

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

Das Beueler Rheinufer bietet eine wunderbare Walkingstrecke mit Urlaubsflair. Walking und Nordic Walking – die sanfte Trendsportart als ideale, gelenkschonendes Ausdauertraining zum Erhalten der Fitness und zum Vorbeugen von Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Bitte eigene Walkingstöcke mitbringen, feste (Lauf-) Schuhe und bequeme Kleidung.

Wirbelsäulengymnastik für Senioren

dienstags 9.15 - 10.30 Uhr, Leitung: Maaila H. B. Shrestha
im Bootshaus Beuel

Wir bieten eine Wirbelsäulengymnastikgruppe speziell für Senioren an. Für ältere Menschen ist es wichtig, körperlich leistungsfähig zu bleiben und die Beweglichkeit zu erhalten. Eine gelenkfreundliche und sanfte Kräftigung der ganzen Muskulatur, die zum Beispiel mit Hilfe von Stützpositionen und Balanceübungen auch zur Sturzprofilaxe dient und auch im hohen Alter noch trainiert werden kann, wirkt einer schwindenden Leistungsfähigkeit entgegen. Irgendwann sollte Jeder seinem Körper gegenüber fair sein, wenn er nicht mehr so kann wie er will, auch bedingt durch Arthrose oder Operationen an Knien, Hüften, Schultern etc.. Oft ist es gut sein Trainingslevel eine Stufe herunterzuschrauben. So sind Sie bei der Wirbelsäulengymnastik für Senioren gut aufgehoben.

Maifest im Seniorenheim

Am 1. Mai wurde im Seniorenheim an der Josefshöhe gefeiert und die SSF Bonn waren dabei. Denn im Rahmen des Offenen Bewegungstreffs bietet SSF-Mitglied Mahubeh Mesbah seit Gründung des Seniorenheims 2004 jeden Dienstag Sport der besonderen Art. Ausgleichsgymnastik im Sitzen für ältere Senioren. Das Ziel: fit und beweglich bleiben im Alter. Die Gymnastikstunde wird von den betagten und zum Teil im Rollstuhl sitzenden Senioren sehr gut angenommen, da hier das Gleiche gilt wie bei jungen Sportlern: in geselliger Gemeinschaft trainiert es sich leichter.

Mahubeh Mesbah



Maifest: Ausgleichsgymnastik im Sitzen für ältere Senioren

Ferienprogramm in den Sommerferien

Wir möchten 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 Teilnehmern des Offenen Bewegungstreff kostenlos besucht werden. Vor den Ferien finden Sie nähere Infos hierzu auf unseren Internetseiten, in der Geschäftsstelle, in beiden Fitnessräumen, im Schaufenster und auf Aushängen im Sportpark Nord und im Bootshaus Beuel.



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 machen 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 16. Mai 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
Fr	8.30 - 9.45 Uhr	Sportpark Nord

Wirbelsäulengymnastik für Senioren

Di	9.15 - 10.30 Uhr	Bootshaus Beuel
----	------------------	-----------------

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 für Fitte

Do	9.15 - 10.30 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	bis Ende Juli in der Berthold-Brecht-Gesamtschule

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
Do	10.45 - 12.00 Uhr	Bootshaus Beuel

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	bis Ende Juli im Sportpark Nord
----	-------------------	---------------------------------

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	17.45 - 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	Bootshaus Beuel
Mi	10.40 - 11.40 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	10.15 - 11.00 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 - 17.45 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	Sportpark Nord
----	-------------------	----------------



Kurse Stand 16. Mai 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: 30 EUR für Mitglieder, 60 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. Adams, 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, Till-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, abtltr@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: Trainingsgruppen für Jugendliche, Senioren, Hobby- und Mannschaftsspieler
Trainingsstätten: Jahnschule, Sportpark Nord, Heinrich-Hertz-Schule
Auskünfte: Jörg Brinkmann, 0228/677910, tischtennis@ssf-bonn.de

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: Wettkampfmansschaften 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 16. Mai 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

Könlnstraße 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

Maika 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

Könlnstraße 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:

Könlnstraße 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)

Badekappspflicht! 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

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

Sporthallen und Trainingsplätze

Sportpark Nord: Könlnstraße 250, 53117 Bonn

SSF-Bootshaus: Rheinaustraße 269, 53225 Bonn

Theodor Litt Schule: Eduard Otto Straße 9, 53129 Bonn

Ludwig-Erhard-Kolleg: Könlnstraße 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 Josefinum 1, 53117 Bonn

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

Heinrich-Hertz-Berufskolleg: Herseler Straße, 53117 Bonn

Fitnessräume

Sportpark Nord: Könlnstraße 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!*



**Ab sofort gibt es
1x monatlich
einen Verkaufstand
mit der Vereinskollektion
der SSF
im Sportpark Nord.**

Bitte beachten Sie die Aushänge!

**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



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
- **Mareiike 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**, Obernerstraße 10, 53119 Bonn
- **Schmidt-Rudersdorf Fliesen**,
Christian-Lassen-Str. 6, Gewebegebiet 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 Breiten-sport 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