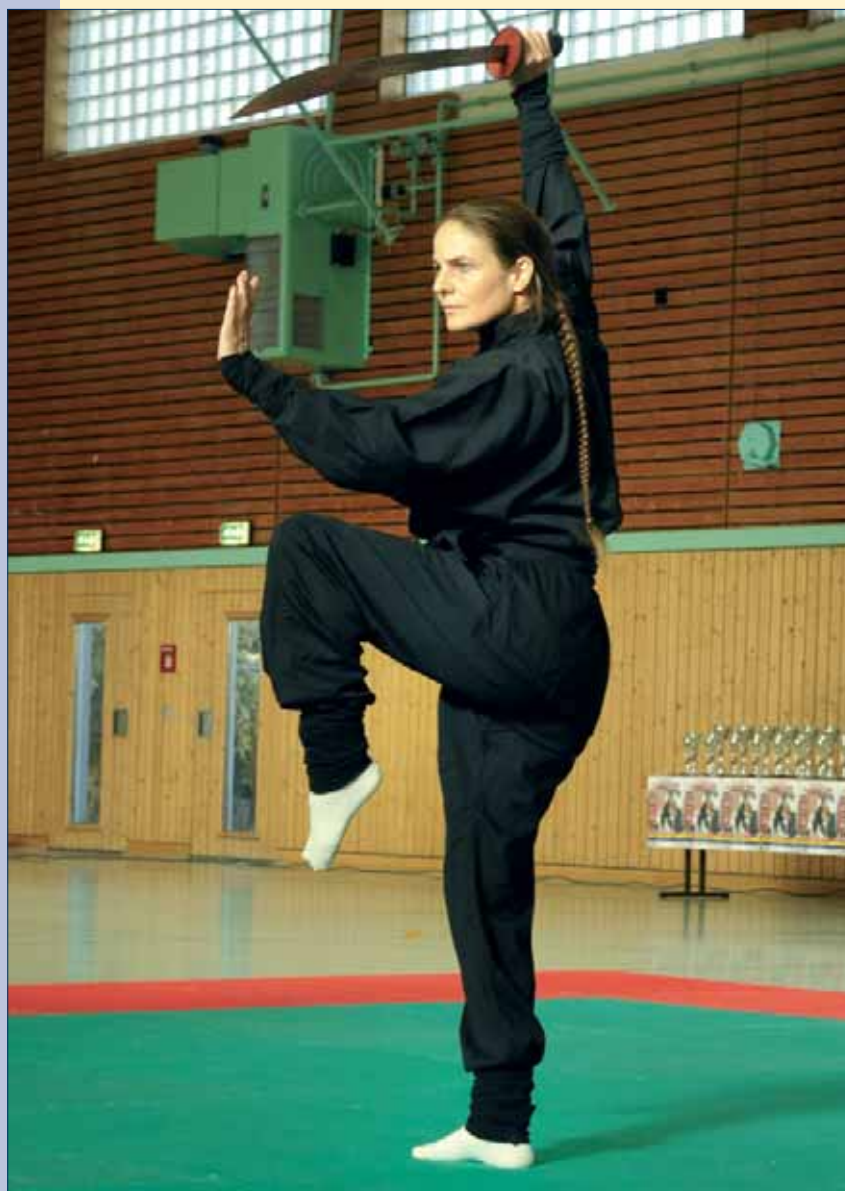


# Sport- Palette



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

Ausgabe 424 / Dezember 2011



## Kung-Fu-Erfolg

Gold, Silber und Bronze auf WKA-WM

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](http://carthaus.de)



[www.sparkasse-koelnbonn.de](http://www.sparkasse-koelnbonn.de)

Unser Engagement für Sport.  
Gut für Köln und Bonn.

**Sparkasse  
KölnBonn**

« Sport tut gut. Ich setze mich dafür ein, dass alle Kinder beim Sport mitmachen können. Sport machen darf keine Frage des Geldes sein. »  
Sabrina Mockenhaupt, Siegerin  
Köln Marathon

Sabrina Mockenhaupt unterstützt den Verein Teamplay e.V., der Kinder und Jugendliche aus sozial schwachen Familien fördert, damit sie Sport machen können. Auch wir von der Sparkasse KölnBonn sind überzeugt, dass Sport gut tut. Sport steht für Teamgeist, Leistungsbereitschaft und Fairness. Er stärkt den Zusammenhalt und schafft Vorbilder. Ob Marathon, Veedelsverein oder Nachwuchsförderung – wir unterstützen im Großen und Kleinen jährlich mehr als 1.000 Projekte in den Bereichen Sport und Bildung, Kultur und Soziales.  
**Sparkasse. Gut für Köln und Bonn.**

# Inhalt

Inhalt, Impressum	Seite	3
Aktuelles, Editorial	4 – 5	
Vereinsnachrichten	6 – 9	



<b>Aus den Abteilungen</b>	Seite
Jugend	11
Schwimmen	12–14
Kanu	15
Tauchen	17
Tischtennis	18–19
Kung-Fu	20
Karate	20
Judo	21
Triathlon	22–23
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



## Wir gratulieren unseren Mitgliedern zum runden Geburtstag ab 50



### Dezember

Ulrike Arens  
Theodor Maas  
Jan Spliet  
Aletta Wipperfürth  
Helga Feltens  
Angela Raberg  
Heino Roßmann  
Peter Warkowski  
Irene Guddat  
Jürgen Vianden  
Klaus Goldammer  
Werner Weule  
Stephan Ackermann  
Volker Probst  
Juergen Barthel  
Dietmar Pickarski  
Harald Schulz  
Gregor Huthmacher  
Beate Gartmann  
Fritz Schmid  
Cornelia Weyen-Bender  
Myung-Ja Kim  
Christian Kornmesser  
Alexander Zumbeck  
Mareile Piepenbrock  
Katherina Schmitz  
Brigitte Bücher  
Otmar Kaiser  
Klaus Kadei  
Gudrun Mallwitz  
Meinolf Simon-Pielhau  
Heide Wemhoener  
Jennifer Lew Schneider  
Ines Marlow  
Bert Jarwerth  
Rolf Refardt  
Hansgeorg Sengewein  
Karl Heinz Daniels  
Simone Senftleben  
Barbara Steinheuer  
Mechthild Kautz  
Beate Tradt  
Ingrid Jungmann  
Klaus Grüneisen  
Hermann Hünnekens  
Thomas Knieps  
Christine Hylla  
Helmut Wehner  
Renate Wolter

### Januar

Gotthard Heinzelmann  
Jens Kapmeyer  
Bernhard Holzhausen  
Evgeny Makov  
Thomas Epping  
Anette Wüllner  
Otto Birr  
Susanne Gerhards  
Dietmar Kalsen  
Vadin Chudinskiy

Bernhard Thelen  
Winfried Faß  
Anna Elisabeth Kusche-Bottemanne  
Pia Bajor  
Willi Hutzler  
Cornelia Madré  
Wilhelm Happe  
Joe Etter  
Monika Speidel  
Helmut Bernards  
Christina Colditz  
Ute-Barbara Küster  
Jutta Jentsch  
Khaula Saleh  
Regina Kleemann  
Desiree Schmidt  
Michael Vogg  
Otto Borsbach  
Liesel Wieland  
Elli Luhmer  
Elisabeth Muench  
Annemarie Wehner  
Hugo Bleckmann  
Rosemarie Jung  
Margret Behrend  
Henning Drebenstedt  
Christian Hospes  
Ingrid Lander  
Josef Berkenheide

### Februar

Petra Schmieder  
Reinhard Coenen  
Dieter Bradtke  
Manfred Henn  
Hannelore Reiter  
Ralf Seine  
Stefan Rausch  
Henner von der Banck  
Magdalene Frensch  
Jürgen Rödel  
Gerald Seifert  
Uwe Geberzahn  
Elisabeth Schell  
Jörg Krüger  
Angela Gratzfeld  
Beate Thelen  
Karl-Hermann Grünewald  
Paul Kluge  
Karin Krebs  
Aldona Sindel  
Otti Franz  
Oliver Märtin  
Annegret Philipsenburg  
Sigrun Eckelmann  
Rosi Köllen-Müller  
Walter Oppermann  
Andreas Bialluch  
Gerd Reetz  
Ralf Rissing  
Hans-Peter Schiffer  
Engelbert Waechter  
Karl-Heinz Lörper  
Dora Lünser  
Käthe Hendlmeier  
Ulrich Römer  
Dieter Bissing

## Frohe und gesegnete Weihnachten und einen guten Rutsch ins neue Jahr

wünschen die Schwimm- und Sportfreunde Bonn 1905 e.V.

allen Vereinsmitgliedern, Förderern, Freunden und Bekannten.



## SSF-Termine

Fr., 02.12.11:	Mädchenfußball: TuS Roisdorf – SSF Bonn
Mi., 07.12.11:	Kinder-Nikolausfeier der SSF Bonn
Do., 08.12.11:	Gesamtvorstandssitzung
Fr., 09.12.11:	Mädchenfußball: SSF Bonn – SV BW Oedekoven
09.-11.12.11:	Internationales SSF-Meeting der Schwimmabteilung
So., 11.12.11:	Floorball 2. BL: SSF Dragons Bonn – ASV Köln
Do., 15.12.11:	Außerordentliche Mitgliederversammlung der SSF Bonn
Fr., 16.12.11:	Mädchenfußball: RG Wesseling – SSF Bonn
Sa., 17.12.11:	Floorball 2. BL: SSF Dragons Bonn – SG Erlensee/Mainz
Mo., 19.12.11:	Abteilungsversammlung der Karateabteilung
Sa., 14.01.12:	Tischtennis 1. Damen: SSF Bonn – TTC Berrenrath
Sa., 21.01.12:	Tischtennis 1. Herren: SSF Bonn – SC Fortuna Bonn III
Do. 26.01.12:	Delegiertenversammlung, 19.30 Uhr im Bootshaus
Fr., 27.01.12:	Mitgliederversammlung der Kanuabteilung
Sa., 28.01.12:	Floorball 2. BL: SSF Dragons Bonn – TSV Neuwittenbek
Sa., 28.01.12:	Tischtennis 1. Damen: SSF Bonn – SC Fortuna Bonn IV
So., 29.01.12:	Floorball 2. BL: SSF Dragons Bonn – SG Mittelkirchen/Stade
Fr., 03.02.12:	Mädchenfußball: SSF Bonn – TB Witterschlick
Sa., 04.02.12:	Tischtennis 1. Herren: SSF Bonn – Bonner SC
Fr., 10.02.12:	Mädchenfußball: SSV Plittersdorf – SSF Bonn
Sa., 11.02.12:	Floorball 2. BL: TV Eiche Horn Bremen – SSF Dragons Bonn
Sa., 18.02.12:	Floorball 2. BL: SSF Dragons Bonn – SSC Hochdahl
Fr., 24.02.12:	Mädchenfußball: SSF Bonn Spfr. – RW Beuel
Sa., 25.02.12:	Tischtennis 1. Damen: SSF Bonn – TTG Langenich III
Fr., 02.03.12:	Mädchenfußball: FC Flerzheim – SSF Bonn
Sa., 03.03.12:	Tischtennis 1. Herren: SSF Bonn – TTG Niederkassel III
Fr., 09.03.12:	Mädchenfußball: SSF Bonn – Spfr. Ippendorf
Sa., 10.03.12:	Tischtennis 1. Damen: SSF Bonn – TTF GW Elsdorf II
Fr., 16.03.12:	Mädchenfußball: FV Salia Sechtem – SSF Bonn
Fr., 23.03.12:	Mädchenfußball: SSF Bonn – SC Widdig
Sa., 24.03.12:	Tischtennis 1. Herren: SSF Bonn – TTF Lengsdorf
Fr., 30.03.12:	Mädchenfußball: FC Pech – SSF Bonn
30.03.-06.04.12:	Jugend-Ferienlager Schloss Dankern

Redaktionsschluss für die nächste Sport-Palette ist der 1. Februar 2012

# Jahresrückblick 2011



Liebe Schwimm- und Sportfreunde Bonn,

wenn Sie diese Ausgabe der Sport-Palette in der Hand halten, dann befinden wir uns schon in der Weihnachtszeit und das Jahr 2011 geht langsam zu Ende. Zeit für eine kurze Bilanz. Die SSF Bonn 1905 e. V. haben im Oktober die Sportplakette des Bundespräsidenten erhalten, eine besondere Ehre, die rückwirkend zum 100-jährigen Bestehen des Clubs verliehen wurde. Ein herzliches Dankeschön an unser Vorstandsmitglied Frank Herboth, der alle notwendigen organisatorischen Dinge zur Verleihung in die Wege geleitet hatte. Eine langjährige Tradition, über die die SSF Bonn zweifelsohne verfügen, ist sicher schön und wichtig, aber noch wichtiger ist für uns der Blick in die Zukunft. Erstmals seit 18 Jahren wird der Verein seine Mitgliederzahlen nicht steigern, sofern sich kurz vor Weihnachten nicht noch ein neuer Anmelderekord ergeben wird. Mit rund 8500 Mitgliedern sind die Mitgliederzahlen nur unwesentlich geschrumpft. Die Gründe hierfür sind sicher vielfältig. So haben die Änderungen in der Schullandschaft (Stichworte G8 und Offener Ganzttag) definitiv negative Auswirkungen auf die gesamte Sportvereinslandschaft. Hier sind neue, innovative Ideen in einer ganz engen Verknüpfung von Schule und Verein gefragt.

Im Sommer diesen Jahres haben wir im Kinder- und Jugendsport mit der neuen SSF-Kindersportschule (KISS) bereits wichtige Weichen für die Zukunft gestellt. Die KISS wird das Bindeglied zwischen Verein und Schule sein und eine vielseitige, alltags-sportliche Ausbildung sicherstellen. Darüber hinaus ist jeder unserer Trainer auch für die Zusammenarbeit mit einer Bonner Grundschule zuständig, um vor Ort die Brücke zwischen Schule und Verein sicherzustellen. Aktuell werden weitere Bereiche des Vereins wie der Offene Bewegungstreff, die Fitnessräume und die Kooperation mit der Karlschule in der Offenen Ganztagsgrundschule überprüft. Entscheidend ist dabei die Kosten-Nutzen-Relation für die SSF Bonn in den verschiedenen Tätigkeitsfeldern.

Unsere Sportler waren in den verschiedenen Abteilungen bis hin zu Welt- und Europameisterschaften aktiv und erfolgreich. Ich verweise hier auf die leistungssportlichen Erfolge in den Abteilungen Floorball, Judo, Moderner Fünfkampf, Leichtathletik, Schwimmen, Tischtennis, Triathlon, Volleyball und Wasserball. Stellvertretend für diese Erfolge nenne ich den Europameistertitel und den Gewinn des Gesamtweltcups sowie die Qualifikation zu den Olympischen Spielen unserer Modernen Fünfkämpferin Lena Schöneborn. Wir wünschen Lena für die Olympiasaison schon jetzt alles Gute. Mit ihrem Olympiasieg in Peking 2008 hat sie schon Historisches für die SSF Bonn erreicht. Wir wünschen Lena eine schöne Zugabe in London.

Ein herzliches Dankeschön an unsere Abteilungen für eine schier unglaubliche Vielfalt an Aktivitäten, Initiativen und selbst organisierte Veranstaltungen. Die SSF Bonn als Gesamtverein sind das Ergebnis dieser vielgestaltigen Einzelinitiativen und der ehrenamtlichen Mitarbeit seiner Mitglieder. Beinahe 500 Vereinsmitglieder engagieren sich ehrenamtlich. Das ist gelebte, gemeinnützige Arbeit und gesellschaftliches Engagement. Hier kann ich nur sagen: weiter so! Wir werden im Vorstand darum kämpfen, dass dieses gesellschaftliche Engagement auch zukünftig gefördert wird und Anerkennung findet.

In der Bauunterhaltung ist 2011 einiges im Sportpark Nord passiert: Die Flutlichtmasten stehen jetzt im Stadion. Im Hallen- und Schwimmbadbereich wurde die energetische Sanierung durchgeführt und die kleine Fechthalle als Bundesstützpunkt Moderner Fünfkampf und Trainingsort einer großen Anzahl von Vereinsgruppen modernisiert. Die Fensterfront im Schwimmbad wurde erneuert und der Bereich vor und hinter dem Schwimmbad verschönert. Hier gilt unser Dank der Bundesstadt Bonn und den entsprechenden Fachämtern wie auch Jan van Dorp, dem Architekten, der für den Sportpark Nord verantwortlich ist. Dankbar sind wir auch dafür, dass unsere Vereinsmitglieder im Juni und Juli während der Bauphase auf das Frankenbad ausweichen konnten. Leider konnten wir auch 2011 die nachhaltigen Interessen des Vereins in Bezug auf die Modernisierung des Schwimmbads im Sportpark Nord nicht verwirklichen. Diese Hoffnung wurde genährt durch eine schriftliche Erklärung zur nachhaltigen Zusammenarbeit von Stadt und SSF Bonn im Sportpark Nord, die Oberbürgermeister Jürgen Nimptsch zu Beginn des Jahres gegenüber den SSF Bonn sowie Politik, Rat und Verwaltung in Bonn abgegeben hat. Während es bei der Gastronomie derzeit Bewegung in den Gesprächen zwischen Stadt und Verein gibt, gab es bei der Frage zur Modernisierung des Schwimmbads wie schon in den Vorjahren auch 2011 bislang keinen entscheidenden Fortschritt und keine Klärung. Hierbei wurden eine gemeinsame, schriftliche Absprache nicht eingehalten und auch das Angebot der SSF Bonn (Beschluss der Mitgliederversammlung vom Januar 2011) von Seiten der Stadt bis dato nicht angenommen, die Modernisierung des Schwimmbades mit eigenen Mitteln durchzuführen. So hoffen wir darauf, dass wir diese „Baustelle“ 2012 gemeinsam mit der Stadt Bonn bearbeiten können. Politik, Rat und Verwaltung in Bonn sind und werden über die Wünsche und Absichten des Vereins bis ins Detail durch die Geschäftsführerin Maïke Schramm mit aktuellen Informationen versorgt. Auf vielfachen Wunsch unserer Mitglieder wünschen wir uns auch die zeitnahe Beseitigung der Bauzäune, die den Blick auf den modernisierten Sportpark Nord trüben und vielen Besuchern des Sportpark Nord ein „optischer Dorn“ im Auge sind.

Hoffen wir gemeinsam auf ein erfolgreiches Jahr 2012. Ich wünsche Ihnen eine schöne Weihnachtszeit, ein friedvolles und besinnliches Weihnachtsfest und einen guten Rutsch!

Michael Schanz



# Bundespräsident verleiht den SSF Bonn die Sportplakette

Foto: Andrea Bowinkelmann, © LSB NR

Am 15.10.2011 wurde den Schwimm- und Sportfreunden 1905 e. V. in einer festlichen Feierstunde im Schloss Nordkirchen die Sportplakette des Bundespräsidenten verliehen. Mit dieser Plakette zeichnet der Bundespräsident Vereine mit einer einhundertjährigen Tradition im Sport aus.

Die Ehrung nahmen die Ministerin für Familie, Kinder, Jugend, Kultur und Sport des Landes Nordrhein-Westfalen, Ute Schäfer, und der

Präsident des Landessportbundes NRW, Walter Schneeloch, vor. In ihrer Laudatio würdigte die Ministerin das Engagement und die Verdienste des Vereins in seiner langen Vereinsgeschichte.

Die beiden Vorstandsmitglieder Prof. Dr. Lutz Thieme und Frank Herboth nahmen diese hohe Auszeichnung für den Verein entgegen. Neben den SSF Bonn wurden weitere 11 Vereine aus Nordrhein-Westfalen ausgezeichnet.

Frank Herboth



## SSF-Gesundheitstag 2011



Gemeinsam mit den Hauptinitiatoren Sanitätshaus Hohn, Gemeinschaftskrankenhaus Bonn und der Unterstützung der Barmer GEK veranstalteten die SSF Bonn am 16. Oktober 2011 von 10-16 Uhr den Gesundheitstag 2011 im Sportpark Nord.

Fachärzte des Gemeinschaftskrankenhauses und die Physiotherapeuten der Praxis für Physiotherapie Imping und Schleiff hielten interessante Vorträge etwa zu Schulter- und Hüftgelenken oder der Akutbehandlung bei Sportverletzungen. Kostenfreie Fußdruck- und Venenmessungen wie auch eine Haltungsanalyse gab es beim Sanitätshaus Hohn. Darüber hinaus bestand die Möglichkeit, bei Optik Kröber die eigene Sehfähigkeit

beurteilen zu lassen oder sich beim SSF-Sponsor „Saunapark Siebengebirge“ über das Thema „Gesundheitsförderung durch Saunieren“ zu informieren.

Nach einer vitaminreichen Stärkung an der „Ernährungstheke“ sowie am Trinkform-Stand waren einige Besucher direkt vor Ort aktiv und nahmen an unterschiedlichen Gesundheitssportangeboten des Offenen Bewegungstreffs der SSF teil. Hier wurden u. a. Yoga oder die Kräftigung Tiefenmuskulatur durchgeführt. Zudem fand die PowerHoop-Station von Intersport Sportpartner hohen Zuspruch unter den Sporttreibenden. Besonderer Dank gilt allen Partnern, Sponsoren und Helfern.

Mario Knöppel

### Einladung zu einer außerordentlichen Mitgliederversammlung der Schwimm- und Sportfreunde Bonn 1905 e. V.

am Donnerstag, dem 15. Dezember 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** Wahl des Schiedsgerichtes
- Top 5** Wahl des Präsidiums
- Top 6** 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 09.12.2011 (Poststempel oder persönliche Abgabe) zuzuleiten.

Bonn, im November 2011 Michael Scharf (Vorsitzender)

## Neue Zumba-Kurse im Januar

ZUMBA ist eine Mischung aus Tanz und Aerobic und ist für jeden geeignet, der Stress und überflüssige Pfunde ohne großen Aufwand einfach „wegtanzen“ möchte. Bei heißer Musik aus Salsa, Merengue, Calypso, Reggaeton, aber auch Flamenco oder afrikanischem Tanz wird der Körper gestrafft und die Kondition verbessert. Die Abfolge der Schritte und Drehungen ist leicht erlernbar, man muss nicht tanzen können und braucht auch keinen Tanzpartner.

Nähere Infos auf Seite 28.



# Infos zu Mitgliederfragen

Beiträge – Ermäßigungen – Kündigungen – Neue Ausweise

Liebe Mitglieder,

das Anschreiben für die Jahresbeiträge 2012 haben Sie per Post erhalten. Sollten Sie dieses Anschreiben noch nicht erhalten haben, melden Sie sich bitte in der Geschäftsstelle unter Telefon 0228 - 676868. Bitte beachten Sie, dass Ihr Mitgliedsausweis in Form der Chipkarte seit 2009 jahresübergreifend für die gesamte Dauer Ihrer Mitgliedschaft gültig ist.

Nachfolgend einige Antworten auf häufig gestellte Fragen:

Eine Kündigung der Mitgliedschaft zum 31.12.2011 ist jetzt nicht mehr möglich. Der nächstmögliche Kündigungszeitpunkt ist der 31.12.2012. Bitte beachten Sie, dass eine Kündigung immer in schriftlicher Form und möglichst per Einschreiben bis zum 30.09.2012 an die Geschäftsstelle adressiert erfolgen sollte. Dies gilt auch für alle kostenpflichtigen Abteilungen (Krafraum, Triathlon, Tauchen, Kanu und Ski – in der Abteilung Tanzen ist eine quartalsweise Kündigung möglich).

Die Rechnung bzw. das Anschreiben bei Lastschrift geht bei einer Familienmitgliedschaft immer nur an den Zahler (dies kann auch ein Kind sein, wenn es vor dem Erwachsenen Vereinsmitglied war). Es ist nicht möglich, alle Familienmitglieder namentlich aufzuführen. Der Status der Familienmitgliedschaft (z. B.: 2 Erw. oder 2 Erw./2 Jgdl. oder Jugendliche bis 18) ist aber in jedem Schreiben aufgeführt. Falls schon eine Kündigung eines Familienmitgliedes für Ende 2012 vorliegt, kann es sein, dass dieser Status nicht mit dem übereinstimmt, für den in 2012 noch zu zahlen ist.

Wir bitten alle, die uns eine Einzugsermächtigung erteilt haben, ihre Bankverbindung zu überprüfen. Die Daten, die bei uns hinterlegt sind, finden Sie in im oben erwähnten Anschreiben. Sollte es nach dem Einzug des Jahresbeitrages Rückbuchungen geben, werden wir von der jeweiligen Bank mit mindestens 3 Euro pro Rückbuchung belastet. Liegt der Fehler nachweislich beim Mitglied, muss das Mitglied diese Rückbuchungsgebühren tragen.

Bitte überprüfen Sie Ihre Daten sorgfältig und teilen Sie uns rechtzeitig Änderungen mit. Sie ersparen uns allen, auch Ihnen, Zeit und Kosten. Bitte helfen Sie mit, solche unnötigen Kosten zu vermeiden.

Alle Einzelmitglieder des Jahrgangs 1993 oder älter, auch wenn sie noch Schüler sind oder sich in einer Ausbildung befinden, haben den Zahlerstatus „Erwachsene“. Jeder, der bis zum 31.01.2012 den aktuellen Ausweis (Schüler, Student, Azubi etc.) vorlegt, hat Anspruch auf die Differenz vom Erwachsenen- zum Jugendbeitrag. Sie können uns entweder die Kopie des Studierenden-/Schülerausweises zuschicken oder persönlich in der Geschäftsstelle vorbeibringen. Je nach Zahlweise wird der Betrag verrechnet bzw. ausgezahlt. Innerhalb einer Familienmitgliedschaft besteht auch die Möglichkeit für Schüler, Studenten, Azubis etc., unter Vorlage der entsprechenden Nachweise die Differenz ausgezahlt zu bekommen.

Teilnehmer unseres „Offenen Bewegungstreffs“ zählen ab Jahrgang 1952 und älter als „Senior“ und haben Anspruch auf den reduzierten Tarif sowohl bei den Zehner- als auch den Jahreskarten.

Sollten Sie weitere Fragen haben, können Sie uns natürlich gerne in der Geschäftsstelle anrufen (Telefon: 0228 - 676868).

Mitgliedszahl	Jahresbeitrag Euro
1 Jgdl.	111,00
2 Jgdl.	177,00
3 Jgdl.	234,00
4 Jgdl.	267,00
1 Erw.	138,00
2 Erw.	249,00
3 Erw.	333,00
4 Erw.	387,00
5 Erw.	414,00
1 E / 1 J	201,00
1 E / 2 J	252,00
1 E / 3 J	282,00
1 E / 4 J	321,00
2 E / 1 J	273,00
2 E / 2 J	300,00
2 E / 3 J	336,00
2 E / 4 J	360,00
3 E / 1 J	315,00
3 E / 2 J	351,00
3 E / 3 J	375,00
3 E / 4 J	429,00
4 E / 1 J	366,00
4 E / 2 J	387,00
4 E / 3 J	444,00
4 E / 4 J	498,00
5 E / 1 J	502,00

Beiträge zusatzpflichtige Abteilungen	Jahresbeitrag Euro
Triathlon (Erw.)	45,00
Triathlon (16-18 J.)	15,00
Triathlon (13-15 J.)	10,00
Tauchen	25,60
Kanu (Erw.)	27,20
Kanu (Jgdl.)	22,10
Ski	7,00
Fitnessraum einzeln	85,00
Fitnessräume gesamt	99,00
Tanzen (pro Quartal)	30,70



## Protokoll der Mitgliederversammlung der SSF Bonn 1905 e.V. vom 22.09.11

**Beginn:** 19:40 Uhr

**Ende:** 21:45 Uhr

**Ort:** Bootshaus, Rheinaustr. 269, 53225 Bonn

**Anwesend:** 57 stimmberechtigte Mitglieder gemäß Anwesenheitsliste

### Top 1: Begrüßung und Eröffnung der Versammlung

Der Vorsitzende Michael Scharf begrüßt die anwesenden Mitglieder. Er entschuldigt die Abwesenheit des Vorstandsmitglieds Lutz Thieme, der dienstlich verhindert ist. Astrid Schramm wird von Michael Scharf zur Protokollführerin bestimmt.

### Top 2: Feststellung der Tagesordnung

Mit der Veröffentlichung in der Sportpalette Nr. 422 vom Juli 2011 wurde die Versammlung ordnungsgemäß eingeladen und ist somit beschlussfähig. Der Vorstand der SSF Bonn stellt auf Basis von § 14 Punkt 2 der Satzung in Verbindung mit 3.6. der Geschäftsordnung den Dringlichkeitsantrag den Punkt 8 der Tagesordnung wie folgt zu ändern bzw. zu erweitern:

- Top 8 Wahlen
- Top 8 a Wahl der Rechnungsprüfer (wie bisher)
- Top 8 b Wahl des Schiedsgerichtes (ergänzt)
- Top 8 c Wahl des Präsidiums (ergänzt)

Begründung: Laut Satzung sind durch die Mitgliederversammlung das Schiedsgericht und das Präsidium alle vier Jahre zu wählen. Bei der Einladung zur Mitgliederversammlung sind die Wahlen dieser Gremien vergessen worden. Da diese Gremien ausschließlich von der Mitgliederversammlung gewählt werden, die nur alle zwei Jahre tagt und um die Einladung einer Mitgliederversammlung, die sich nur mit diesen beiden Tagesordnungspunkten befasst, zu vermeiden, stellt der Vorstand fest, dass Dringlichkeit gegeben ist. Dieses Vorgehen sei zusammen mit den Abteilungsleitungen am 15.09.2011 auf der Gesamtvorstandssitzung abgestimmt worden.

Rainer Gille gibt zu bedenken, dass es einen Dringlichkeitsantrag laut Satzung und Gesetz nicht gebe und dass außerdem seiner Meinung nach für diese Wahlen keine Dringlichkeit gegeben sei. Michael Scharf entgegnet, dass der Antrag nach der Auffassung des Vorstands durch die Satzung und Geschäftsordnung der SSF Bonn legitimiert wird und die Mitglieder die Möglichkeit haben, die Dringlichkeit in der beantragten Abstimmung zu bestätigen, ob eine Dringlichkeit vorliege oder nicht. Herr Gille bliebe dann immer noch die Möglichkeit, Einspruch gegen diese Beschlüsse der Mitgliederversammlung einzulegen. Der Vorstand würde einen Einspruch dann juristisch klären lassen. Im schlimmsten Fall würden die Beschlüsse für nichtig erklärt und der Vorstand müsste für die beiden Tagesordnungspunkte „Wahl des Schiedsgerichtes“ und „Wahl des Präsidiums“ zu einer neuen Versammlung einladen. Anschließend stellt der Vorsitzende die neue Tagesordnung der Mitgliederversammlung zur Abstimmung. Die Versammlung stimmt dem Dringlichkeitsantrag bei 5 Gegenstimmungen zu und genehmigt die in Tagesordnungspunkt 8 geänderte bzw. ergänzte Tagesordnung. Michael Scharf gedenkt der verstorbenen Clubmitglieder und nennt stellvertretend die Ehrenmitglieder Christel Streiber und Annemarie Oppermann.

### Top 3: Mitteilungen des Vorstands

Michael Scharf und Maïke Schramm berichten über aktuelle Entwicklungen des Vereins seit der letzten Delegiertenversammlung im Januar 2011, insbesondere über die Projekte „Sanierung Schwimmbad“ und „Gastronomie im Sportpark Nord“. Die Ausführungen werden ergänzt durch den Bericht der Jugendwartin Astrid Schramm.

### Top 4: Ehrungen

Wolfgang Hinze, Rainer Holubek und Sascha Pierry werden vom Vorsitzenden für ihr ehrenamtliches Engagement für den Verein geehrt.

### Top 5: Haushaltsrechnung 2010

Der Finanzreferent Manfred Pirschel erläutert die Haushaltsrechnung 2010. Aus der Versammlung kommt der Hinweis, dass die Personalkosten höher sind als die Einnahmen aus Mitgliedsbeiträgen. Michael Scharf erläutert, dass die Personalkosten zusätzlich durch zweckgebundene Zuschüsse (für OGS-Personal und vom Arbeitsamt) und Kurseinnahmen abgedeckt werden. Es wird gefragt, was sich hinter den Personalkosten für die OGS Karlschule und Fitness-Studio Beuel verbirgt. Maïke Schramm erläutert diese Kosten. Die vorgelegte Haushaltsrechnung wird einstimmig genehmigt.

### Top 6: Jahresbericht 2010 des Rechnungsprüfungsausschusses

Dr. Marina Sikora verliest den Bericht der Rechnungsprüfer und beantragt die Entlastung des Vorstandes hinsichtlich der Kassenführung.

### Top 7: Entlastung des Gesamtvorstands

Der Gesamtvorstand wird von den anwesenden Mitgliedern einstimmig bei Enthaltung des Vorstandes entlastet. Michael Scharf dankt den Rechnungsprüfern Dr. Marina Sikora, Wolfgang Pierry, Christoph Mertens und Joachim Speidel für die geleistete Arbeit und würdigt die umfangreiche ehrenamtliche Tätigkeit.

### Top 8:

#### a) Wahl des Rechnungsprüfungsausschusses

Als neue Rechnungsprüfer werden vom Vorstand vorgeschlagen und einstimmig gewählt:

- Christoph Mertens (Wiederwahl)
- Joachim Speidel (Wiederwahl)
- Karsten Friebe (neu)
- Edgar Ellinghaus (neu)

#### b) Wahl des Schiedsgerichtes

Für das Schiedsgericht werden vom Vorstand vorgeschlagen:

- Ursula Hoffstadt (Wiederwahl)
- Manfred Rumi (Wiederwahl)
- Henning Fischer (Wiederwahl)
- Thomas Schaaf (Wiederwahl)
- Hans-Josef Gratzfeld (Wiederwahl)
- Inge Wend als Ersatzmitglied (neu)

Die Vorgesetzten werden mit 4 Gegenstimmen gewählt.

#### c) Wahl des Präsidiums

Der Vorstand schlägt der Versammlung vor, das Mandat des Präsidiums um 2 Jahre zu verlängern. Gleichzeitig bittet er die Mitglieder, in den nächsten Monaten zu überlegen, wer für das Präsidium in Frage kommt. Außerdem wird der Vorstand Gespräche mit dem jetzigen Präsidium führen. Rainer Gille gibt aber zu bedenken, dass dies nicht der Satzung entspricht. Daher werden die Präsidiumsmitglieder

- Peter Hardt,
- Rico Fenoglio,
- Dirk Müller und
- Jürgen Winterwerp

Mit 4 Gegenstimmen für 4 Jahre wiedergewählt.

### Top 9: Änderung der Geschäftsordnung

Die Geschäftsordnung wird in den Punkten 3.2 „Einladung“ und 3.11 „Niederschrift“ gemäß Vorstandsvorlage geändert. Der Änderung wird einstimmig zugestimmt.

### Top 10: Entscheidungen über Einzelvorhaben des Clubs

Die Mitgliederversammlung ermächtigt den Vorstand, mit der Stadt Bonn einen Mietvertrag über den Roten Salon, die Wirtwohnung, den jetzigen Fitnessraum und ggf. auch die Gastronomie abzuschließen, sofern die Konditionen im Rahmen der finanziellen Mittel des Vereins verantwortbar sind.

### Top 11: Verabschiedung eines Leitbildes

Das in den letzten Monaten unter Einbeziehung der Mitglieder entwickelte Leitbild wird auf Vorschlag von Ralf Pilger im Punkt Ausbildung geändert und dann von der Mitgliederversammlung einstimmig verabschiedet.

### Top 12: Anträge

Es liegen keine Anträge vor.

### Top 13: Verschiedenes

Silke Velten stellt die Frage, warum Mitglieder, die beitragsfrei sind, als Delegierte fungieren können. Der Vorsitzende entgegnet, dass er davon ausgeht, dass dies nicht den Tatsachen entspricht. Er fordert Silke Velten auf, offenzulegen, von wem sie die Informationen darüber habe, wer außer den Ehrenmitgliedern bei den SSF Bonn beitragsfrei sei. Silke Velten lehnt dieses ab. Michael Scharf bittet daraufhin den Datenschutzbeauftragten des Vereins, Alfons Kruse, die Sachlage zu prüfen und dem Vorstand zu berichten.

Michael Scharf (Vorsitzender)  
Astrid Schramm (Protokollführerin)



# „De Zoch kütt“

Nachdem die SSF Bonn in diesem Jahr nicht am Rosenmontagszug beteiligt waren, heißt es 2012 wieder „De Zoch kütt“. Wir planen eine Fußgruppe für den Rosenmontagszug in Bonn

am 20. Februar 2012. Da simmer dabei, dat es prima!

Die Organisation der Fußgruppe wird in diesem Jahr von Stefan Rausch (Triathlon-Abteilung) übernommen. Verantwortlich im Vorstand ist wie alle Jahre Dietmar Kalsen.

Alle Mitglieder, deren Partner und Kinder sind eingeladen. Der Verein unterstützt uns mit einem Zuschuss

beim Kauf des Wurfmaterials, das zentral beschafft wird. Das Wurfmaterial ist nur für die Vereinsmitglieder und wird wie in den Vorjahren im Zug gegen Bons ausgegeben.

Da wir als Gruppe zu erkennen sein wollen, erhalten alle Jecken die SSF-Jacken. Die Termine werden noch bekanntgegeben. Für die Jacken ist ein Pfand von 50 Euro zu hinterlegen. Das Motto für die Karnevalssession 2012 in Bonn lautet „SimsalaBonn“.

Wer an der Gruppe teilnehmen möchte, muss sich verbindlich bis zum 31. Januar 2012 bei Stefan Rausch schriftlich per E-Mail anmelden: karneval@stefan-rausch.de oder per Post an

## Spendenaufwurf:

Liebe Unternehmer, Geschäftsleute, Mäzene und alle, die den rheinischen Frohsinn fördern wollen:

Wir benötigen Wurfmaterial! Dies können „werfbare“ Sachspenden sein, die auch gerne Euer Logo tragen können (da simmer nit fies vor). Aber auch Geldspenden nehmen wir gerne an. Wer etwas Spenden möchte, schreibe bitte an karneval@stefanrausch.de.

die SSF-Geschäftsstelle. Der Verein wird für die gemeldeten Zugteilnehmer eine Versicherung abschließen.

### Die Teilnahme kostet für:

Erwachsene (Mitglieder)	10,00 Euro
Kinder (Mitglieder)	5,00 Euro
Erwachsene (Nichtmitglieder)	15,00 Euro
Kinder (Nicht Mitglieder)	10,00 Euro

Der Kostenbeitrag wird bei der Jackenausgabe eingesammelt.

### Dreimol Bonn Alaaf!

Dietmar Kalsen, Stefan Rausch

Das Bonner Prinzenpaar für die Session 2011/2012 unter dem Motto „SimsalaBonn“ ist Prinz Rainer I. und Bonna Victoria I. Prinz Rainer I. ist Mitglied der SSF Bonn und heißt mit Namen Rainer Abels. Der 49-Jährige wurde in Bonn geboren und wohnt im Stadtteil Tannenbusch. Rainer Abels ist Unternehmer und führt ein mittelständisches Unternehmen mit „Früchten aus aller Welt“, das seinen Sitz in Dransdorf hat. Für die Sport-Palette interviewte ihn sein alter Grundschulkamerad Stefan Rausch.

**Sport-Palette:** Lieber Rainer, erst einmal ganz herzlichen Glückwunsch zu diesem wunderschönen Amt.

**Rainer I.:** Danke. Ja, für mich ist ein Kindheitstraum in Erfüllung gegangen und ich kann es kaum erwarten, dass wir in die Session starten.

**Sport-Palette:** Die SSF Bonn nehmen in dieser Session wieder mit einer Fußgruppe am Rosenmontagszug teil. Wie verträgst sich der Sport mit dem Karneval?

**Rainer I.:** Bestens, man braucht eine Menge Kondition, Ausdauer und eine ausgefeilte Wurftechnik. Ich kann allen Abteilungen nur raten, früh genug mit dem Wurftraining anzufangen.

**Sport-Palette:** Die SSF haben im Bonner Rosenmontagszug eine lange Tradition.

**Rainer I.:** Schon als Kind hatten wir große Augen, wenn der Wagen der SSF kam. Oft war er der schönste im ganzen Zug und Tage später haben wir auf dem Schulhof darüber geredet. Oft schmissen die SSFler mehr als der Prinzenwagen.

**Sport-Palette:** Wie bist Du mit den SSF verbunden?

**Rainer I.:** Meine Frau, meine Töchter und ich sind schon einige Jahre Mitglieder. Als Inhaber eines mittelständischen Fruchthandels habe ich anstrengende Arbeitstage. Da halte ich mich durch das Schwimmen fit und versuche, mehrmals in der Woche ins Schwimmbad zu kommen.

**Sport-Palette:** Ein Unternehmen leiten und dann die vielen Termine in der Session, bleibt da noch Zeit für den Sport?

**Rainer I.:** Gerade in dieser Zeit möchte ich fit sein und versuche weiter, regelmäßig zu schwimmen.



**Sport-Palette:** Lieber Rainer, da ich als Triathlet öfters im Schwimmbad bin, werde ich einmal nach einer Badekappe mit Pfauenfeder Ausschau halten.

**Prinz Rainer I.:** Die fehlt mir noch in meinem Equipment, aber du kannst mich auch an der Strumpfhose erkennen.

**Sport-Palette:** Was möchtest Du den Zugteilnehmerinnen und Teilnehmern der SSF für den Rosenmontagszug mitgeben?

**Rainer I.:** Das wird der schönste Tag in meinem Leben und ich freue mich über einen bunten, langen und fröhlichen Rosenmontagszug. Besonders für die Pänz wird es ein unvergessliches Erlebnis. Ich freue mich jetzt schon darauf, wenn zu Beginn des Zuges die SSFler an mir vorbeimarschieren und ich werde sie besonders begrüßen. Genießt den Tag und werft viel Kamelle! Danke für eure Unterstützung im Zug. Dreimol Bonn Alaaf!

Der designierte Prinz Rainer I. und Bonna Victoria I.



# *Saubere Leistung mit der RVK*

**Jana** ist Torhüterin des Mädchenfußballteams der Schwimm- und Sportfreunde Bonn 1905 e.V. Sie macht genau das, woran sie Freude hat. Spaß und Sport an der frischen Luft – das gefällt ihr und den anderen Mädchen der Mannschaft. Frische Luft gefällt auch der RVK. Die RVK ist zertifiziert für ihr Umweltmanagementsystem nach DIN EN ISO 14001. In den Unternehmensgrundsätzen ist das Ziel „Null Emission“ für den Fuhrpark bis zum Jahr 2030 verankert. Damit Jana und ihre Elf auch zukünftig tief durchatmen können. **RVK – Wir bewegen die Region.**

[www.rvk.de](http://www.rvk.de) | RVK-Service-Nummer: 0180 4 131313

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

**RVK**  
Regionalverkehr Köln GmbH

# Ferienfreizeit Schloss Dankern



**30.03. bis 06.04.2012**

Die Schwimm- und Sportfreunde Bonn veranstalten ein Ferienlager vom 30.03. bis 06.04.12 im Ferienzentrum Schloss Dankern für Kinder von ca. 8 bis 12 Jahren.

Das Ferienzentrum liegt in Norddeutschland in der Nähe von Papenburg und bietet viele Spielmöglichkeiten, ein Spaßbad, Ponyreiten und vieles mehr.

Die Hin- und Rückfahrt erfolgt mit einem Reisebus.

Da die Teilnehmerzahl begrenzt ist, gilt die Reihenfolge der Anmeldung.

Die Eltern der teilnehmenden Kinder erhalten eine Anmeldebestätigung.

Innerhalb von 14 Tagen nach Erhalt der Anmeldebestätigung wird eine Anzahlung in Höhe von 120 Euro fällig. Die Restzahlung muss bis zum 01.02.12 beglichen werden.

Eine Ermäßigung für Teilnehmer mit „Bonn-Ausweis“ ist möglich (erhöhter Zuschuss der Stadt Bonn).

## **Anteilige Kosten pro Teilnehmer:**

210 Euro für SSF-Mitglieder  
240 Euro für Nichtmitglieder

Leitung: Anke Vietmeyer  
Betreuer: 12-köpfiges Betreuungsteam unter der Leitung von Anke Vietmeyer und Andre Bartnick



Anmeldungen von Mitgliedern können ab sofort bei der Geschäftsstelle der SSF Bonn, Kölnstr. 313 a, 53117 Bonn, abgegeben werden.

Anmeldungen von Nichtmitgliedern werden ab dem 01.12.11 berücksichtigt, sofern noch Plätze frei sind.

Anke Vietmeyer



# Die Zukunft der Schwimmabteilung



leiters (Christoph Reichwald), des Fachwartes für Finanzen (Otto Gmeiner), der Fachwartin für Leistungssport (Ute Pilger) und der Fachwartin für Schriftführung und Internet (Christiane Schacht).

Auf diesem Weg rufen wir daher alle Eltern, Masters und Interessierte, die Mitglied unserer Abteilung sind, auf, sich für ein Ehrenamt in der

Abteilungsleitung zu bewerben. Es gibt eine Menge in der Schwimmabteilung zu tun: Organisation des Schwimmbetriebs der Trainingsgruppen und des Kurssystems, Wettkampfplanung, Abwicklung und Buchung aller finanziellen Transaktionen sowie Erstellung der Finanzplanung der Abteilung, Organisation und Durchführung der Veranstaltungen (z. B. Jugend- und Langbahnmeeting), Repräsentation der Abteilung in Verbänden, Pflege der Webseite, Betreuung der Aktiven und Eltern, Planung von Trainingslagern, Kontaktpflege zur Presse u. v. m. Für alle, die sich für einen bestimmten Bereich en-

gagieren wollen, wird die Schwimmabteilung Anfang kommenden Jahres genau einen Informationsabend organisieren, zu dem eine gesonderte Einladung erfolgt.

Nach gut 12 Jahren ehrenamtlichen Engagements in der Abteilungsleitung werde ich persönlich mit einem lachenden aber auch einem weinenden Auge aus dem Amt scheiden. Nicht ohne Sorge betrachte ich die derzeitigen Entwicklungen, insbesondere bei unserem Nachwuchs und wünsche mir für den Club, dass sich die jüngsten Weichenstellungen des Vorstands zum Wohle des Vereins, vor allem aber zum Wohle unserer Abteilung erweisen werden. Für das uns entgegengebrachte Vertrauen in die Arbeit der letzten Jahre möchte ich mich an dieser Stelle im Namen meiner Kollegen und Kolleginnen der Abteilungsleitung bei allen Aktiven, Eltern und dem Vorstand ganz herzlich bedanken.

Ferenc M. Warnusz  
Abteilungsleiter  
Schwimmen

**A**uf der letzten Mitgliederversammlung am 6. Oktober 2011 hat die Abteilungsleitung Schwimmen bekanntgegeben, dass sie ihre Arbeit in der derzeitigen Zusammensetzung nur noch bis März 2012 fortsetzen wird. Die nächste Mitgliederversammlung wird aus diesem Grund vom Herbst 2012 auf den 15. März vorverlegt. Fünf von insgesamt 9 Mitgliedern der Abteilungsleitung werden dann ihre zum Teil langjährige Vereinsarbeit beenden. Betroffen hiervon sind die Positionen des Abteilungsleiters (Ferenc M. Warnusz), des stellvertretenden Abteilungs-

## Kaderaktive der Schwimmabteilung

### Bundeskader

Kleindl, Joseph (B-Kader Freiwasser)  
Pilger, Max (D/C-Kader)

### Förderkader NRW

Pilger, Max

### NRW Kader

Brandt, Moritz  
Ebert, Verena  
Gotthold, Annika  
Kaatz, Jan  
Lohner, Johanna  
Pilger, Tom  
Yousefian, Nina

### Kaderaktive SBM

Boese, Svenja  
Brandt, Moritz  
Ebert, Verena  
Emrich, Elisabeth  
Fischer, Carlos  
Gotthold, Annika  
Heinen, Rebecca  
Kaatz, Jan  
Lohner, Elisabeth  
Lohner, Johanna  
Müntz, Samuel  
Pilger, Max  
Pilger, Tom  
Salchow, Josha  
Schuhenn, Franziska  
Sels, Henrik  
Stegmeier, Hannah  
Uhlig, Kai  
Warnusz, Krischan  
Yousefian, Nina  
Zinn, Tokessa

**Schwimmbrille mit Sehstärke**

**NEU**

**Für Erwachsene**  
OCEAN RX - SENIOR EDITION

**Für Kinder**  
OCEAN RX - JUNIOR EDITION

**10% Gutschein Code ★ ssf1905**

**aktuell im Shop...**

eyespeed | sportoptik online [www.sportoptik-online.de](http://www.sportoptik-online.de)

\* Der Gutschein-Code kann für alle Artikel im Shop verwendet und nur 1x pro Bestellung eingegeben (einmalig) werden!  
Der Gutschein ist frei übertragbar. (Für Neukunden ist eine Registrierung im Shop erforderlich)

# Die Schwimmabteilung – klein aber schlagkräftig



Nach einem holprigen Ende der Saison 2010/2011 war der Start in die neue Saison sehr harmonisch und sportlich erfolgreich. Auch wenn wir mit ca. 500 Mitgliedern inzwischen zu den kleineren Schwimmvereinen gehören, werden wir die großen Auf-

gaben der nächsten Wochen mit viel Einsatz und Freude bewältigen. 65 junge Aktive und rund 80 junggebliebene Masters-Schwimmer werden in dieser Saison für hoffentlich viele sportliche Höhepunkte sorgen. Gemeinsam mit den immer hilfsbereiten Eltern möchte die Abteilungsleitung zwei große organisatorische Herausforderungen bestmöglich bestehen.

Am 04./05.12.2011 sind die Schwimmer der SSF Bonn verantwortlich für die Ausrichtung des Bundesfinales des Deutschen Mannschaftswettbewerbs Schwimmer der Jugend (DMSJ). Nur 5 Tage später sind die SSF Bonn Gastgeber für das 34. Interna-

tionale Jugendmeeting im Bonner Frankenbad. Bei beiden Veranstaltungen werden die besten Deutschen und einige der besten Europäischen Nachwuchsschwimmer um Titel und Medaillen kämpfen. Für die Organisation steht wie immer das Motto „Ein Wettkampf von Schwimmern für Schwimmer“ im Vordergrund. Mit optimalen sportlichen Voraussetzungen, einer hochkarätigen technischen Ausstattung und einer freundlichen Atmosphäre am Beckenrand möchte die Schwimmabteilung ihre Hochachtung und Wertschätzung gegenüber den jungen Sportlern zum Ausdruck bringen. Weitere Informationen finden sich auf der Website der Schwimmer [www.ssf-bonn-schwimmen.com](http://www.ssf-bonn-schwimmen.com). Selbstverständlich freuen wir uns auch über die Unterstützung aller SSF-Mitglieder.

Sportlich wollen die Aktiven in der nächsten Saison zeigen, das auch kleine Schwimmvereine durchaus Erfolge gegen die großen

Startgemeinschaften erzielen können. Für die nächste Schwimmsaison sind zwei Aktive in den Bundeskader berufen wurden. In der NRW-Kaderliste sind 7 SSF-Schwimmer verzeichnet. 21 Aktive verstärken das Team des SBM Kaders (Schwimm-Bezirk Mittelrhein e. V.).

Gemeinsam mit ihren Vereinskameraden ist den Kaderaktiven ein sehr guter Start in die Saison gelungen. Schon beim ersten Wettkampf, den SBM Sprintmeisterschaften, konnten 152 Bestleistungen erzielt werden. Mit 25 Gold-, 19 Silber- und 14 Bronzemedailien belegten die Schwimmer Platz zwei in der Medaillenwertung.

Für das NRW-Finale der DMSJ haben sich 5 Mannschaften qualifiziert. Dabei überzeugten besonders die Jungen der Altersklasse Jugend D und C.

Eine Auswahlmannschaft von 17 Aktiven ging beim Internationalen EU Swimming Invitational 2011 am 22./23.10.2011 in Miskolc/ Ungarn an den Start. 52 Mal erreichten SSF-Schwimmer die Finalläufe und machten dabei mit teilweise überragenden Zeiten auf sich aufmerksam. Verena Ebert (1994) über 100 m und 200 m Rücken, Josha Salchow (1999) über 100 m Rücken und Max Pilger (1996) über 200 m Brust konnten die jeweiligen Meeting-Rekorde deutlich verbessern und somit in die Rekordlisten eintragen. Moritz Brandt, Jan Kaatz, Tim Schacht und Krischan Warnusz verbesserten die alte Rekordmarke über 4 x 50 m Freistil.

Die Deutschen Kurzbahnmeisterschaften in der Wuppertaler Schwimmoper werden ein Saisonhöhepunkt der älteren Aktiven sein. Alle freuen sich auf das Internationale Jugendmeeting, dass auch sportlich zu einem Erfolg der SSF-Schwimmer werden soll. Ute Pilger



## Henrik Würdemann neuer Trainer der Trainingsgruppe 2

Seit August 2011 ist Henrik Würdemann für die Aktiven der Trainingsgruppe 2 verantwortlich. Auch wenn er mit 24 Jahren noch sehr jung ist, konnte er sowohl als Aktiver wie auch als Übungsleiter schon viel Erfahrung im Schwimmsport sammeln.

In der Zeit von 2000 bis 2006 war er Mitglied der DMSJ- und DMS-Mannschaft der SSF Bonn. Nach Beendigung seiner sportlichen Laufbahn wurde er Mitglied im Team der Übungsleiter im Bereich des Kinderschwimmens. Nachdem er 2007 zunächst seinen Trainer-C-Schein im Schwimmen erlangt hatte, legte er im Sommer 2011 die Prüfung für die B-Lizenz ab. In Zukunft wird er junge Schwimmer ab 12



Jahren helfen, ihre sportlichen Ziele zu erreichen und sie auf das leistungsorientierte Schwimmen vorzubereiten.  
Ute Pilger

## Besuch von der Bundestrainerin

Auf ihrem Weg zu einer Fachtagung des Deutschen Schwimmverbandes besuchte Bundestrainerin Beate Ludewig die Trainingsstätte im Sportpark Nord. Neben ausführlichen Gesprächen mit den Trainern und Aktiven begutachtete sie auch die Möglichkeiten für das Krafttraining und stattete der Geschäftsstelle einen kurzen Besuch ab. Dabei zeigte sie sich ein wenig überrascht darüber, dass der Leistungssportförderung nicht ein größerer Stellenwert bei der optimalen Nutzung der vorhandenen Möglichkeiten eingeräumt wird.

Das Konzept der Kooperation mit dem Tannenbusch Gymnasium und die damit verbundene Förderung der jungen Leistungssportler bezeichnete sie als optimal und vorbildlich für die anderen Landesleistungsstützpunkte in NRW.

Sehr zufrieden war sie sowohl mit der Trainingsplanung wie auch mit der praktischen Arbeit von Stefan Koch und Henrik Würdemann. Für die Zukunft wünschte sie ihnen weiterhin viel Fingerspitzengefühl bei der Förderung und Führung junger Talente.  
Ute Pilger



**PARTNER**  
Für alle Sportler & Vereine

[www.sport-vossen.de](http://www.sport-vossen.de)

online abtauchen

arena solarz speedo sailfish VIEW SWANS swim

**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 • Schwimmszubehör aller Art • Badesandalen  
Taschen und Rucksäcke • Neoprenanzüge • Triathlonbekleidung und -zubehör  
Aqua jogging-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](http://www.sport-vossen.de).

Sport Vossen • Mommienstraße 71 (Ecke Gleiwitz Str.) • 50955 Köln Tel.: 0170-5042000 • [j.vossen@sport-vossen.de](mailto:j.vossen@sport-vossen.de)



# Herbstgenuss im, um und auf dem Taubergießen

Im Fahrtenprogramm für 2011 stand die Vereinsfahrt „Oberrhein“, die aber eher einer Sternfahrt glich, nach Ettenheim, von Bonn, vom Urlaub, aus der Kur, von der Arbeit. Der Bus und eine nimmermüde Fahrerin ermöglichten sechs Kanuten entspanntes Paddeln zwischen den Ein- und Ausstattstellen. Resi sei hier noch einmal Dank gesagt.

Wir haben die Tour mit einer Stadtführung in Ettenheim begonnen und ein malerisches Stadtbild mit vielen historischen Informationen kennengelernt. Danach war natürlich ein gutes Abendessen im Brauhaus der Stadt fällig.

Ein Problem für die Planung unserer Paddeltour stellte der landesweite Wassermangel auf Kleinflüssen dar. Glotter, Enz und ähnliche Bäche waren alle weit unter Minimum. So fingen wir am nächsten Tag an mit dem Mühlbach, der sich nach der Überquerung des Leopoldkanals Taubergießen nennt. Ein Naturschutzgebiet gleichen Namens, das aus Altwasser des Rheins und einem Fließgewässer durch diese Urwaldlandschaft besteht, darf in kleinen Gruppen und auf ausgewiesener Strecke muskeltreibend durchfahren werden. So waren wir fast allein mit dem einen

oder anderen gestakten Kahn mit kleinen Gesellschaften fröhlicher und gastfreundlicher Menschen, die uns das eine oder andere Stückchen oder Schlückchen „rüberreichten“. Das Wetter war aber auch zum Feiern: sonnig, windstill, warm, der Herbst kaum zu ahnen.

Ein paar Umtragestellen an Wehren, die der Regulierung des Wasserstandes dienen, hielten uns in Bewegung. Das ist wohl der Tribut an die „ganzjährige Befahrbarkeit“ dieser Naturlandschaft mit Silberreiher, Eisvögeln und Nutrias.

Eine ganz andere Flusslandschaft bot der Rhein von Rheinweiler bis Breisach am Sonntag. Schifffahrtsstraße? Na ja, wenn sonst nirgendwo Wasser ist... Wer im Flusswanderbuch gelesen hatte, wusste, dass der „Alte Flusslauf“ mit den Idsteiner Stromschnellen 20 km oberhalb unserer Einsatzstelle mit Wildwassergrad II-III keine Schifffahrtsstraße sein konnte. Ein erholsames, aber auch recht einsames Gewässer. Erst kurz vor Breisach fuhren wir an einer Segelregatta vorbei. Schön, dass auch andere Wassersportler Freude an diesem Fluss haben.

Montag war Abreisetag, aber nicht, ohne noch einmal den Mühlbach von Wühl bis zum Leopoldskanal zu beeh-



Hochstart von der Böschung mit Kameradenhilfe. Wie am Ende Walter ins Wasser kam, ist nicht dokumentiert.

ren. Diese Flussstrecke ist vielleicht die schönste, „natürlichste“ Strecke in diesem Wassersystem, mit vielen Baumgerippen quer über den Bach, Schwänen mit ihren herangewachsenen Kindern und Eisvögeln – und für uns noch einmal Wärme und Sonne.

Die Heimfahrt verlief für alle gut: Jürgen brachte den nicht gerade spritzigen Bus mit Anhänger und Booten wohlbehalten nach Bonn zu-

rück. Ihm sei hier auch gedankt für seinen Einsatz. Und – last but not least – ein ganz besonderer Dank an unseren Fahrtenleiter Walter, der nicht den Mut verliert, immer wieder Gemeinschaftsfahrten zu organisieren trotz allem Individualismus und der verbreiteten Scheu, sich für eine Anmeldung festzulegen. Der Erfolg dieser Reise hat Walter Recht gegeben!

Christine Ptok

## Mitgliederversammlung der Kanuten

Die nächste Mitgliederversammlung der Kanu-Abteilung ist für Freitagabend, den 27. Januar 2012 geplant. Voraussichtlich wird sie wieder im Multifunktionsraum des Bootshauses stattfinden. Es stehen interessante Wahlen auf der Tagesordnung. Die offizielle Einladung wird in Kürze per Mail und Aushang sowie natürlich über die Websites von Verein und Abteilung bekanntgegeben.

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



# Sleeping Art

SCHLAFKONZEPTE

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

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

*Anneke Dunkhase, Reiterin*

**swissflex**  
swiss made. swiss quality.



**Bettssysteme    Matratzen    Luftbetten    Wasserbetten    Boxspring**

**Sleeping Art    Obnierstr. 10    Nähe Verteilerkreis    53119 Bonn**

**Tel.: (0 22 8) 68 65 56    [www.sleeping-art.de](http://www.sleeping-art.de)**

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





## Einladung zur Jahreshauptversammlung der STA Glaukos der SSF Bonn 05 e. V.

am Freitag, den 20. April 2012 um 19.30 Uhr im Multifunktionsraum, Rheinaustr. 269, 53225 Bonn

### Tagesordnung:

- TOP 1:** Eröffnung der Versammlung und Feststellung der Beschlussfähigkeit
- TOP 2:** Wahl des Protokollführers
- TOP 3:** Annahme der Tagesordnung
- TOP 4:** Jahresbericht/Kassenbericht der Abteilungsleitung
- TOP 5:** Entlastung der Abteilungsleitung
- TOP 6:** Behandlung von Anträgen
- TOP 7:** Verschiedenes

Anträge zur Versammlung sind bis zum 18. März 2012 schriftlich an Frank Engelen zu richten.

Frank Engelen (Abteilungsleiter der STA Glaukos)

### Termine

11.03.2012	Brunch
20.04.2012	Jahreshauptversammlung
22.04.2012	Antauchen
06.-11.06.2012	Kleine Vereins- und Jugend-Ausbildungsfahrt nach Den Osse, Holland (eigene Anreise)
24.06.2012	Sonntagsausflug zur Rurtalsperre
29.06-01.07.2012	Sommerfest
ca. 01.09.2012	Münsterplatzfestival (Anmeldung für die neuen Tauchkurse CMAS *, **, *** 2012-2012)
21.10.2012	Abtauchen

### Weitere Planungen:

- Spezialkurs Orientierung
  - Spezialkurs Gruppenführung
  - Spezialkurs Nachttauchen
- Termine werden rechtzeitig bekanntgegeben.*

- ca. November 2012 Theoriekurs für Einsteiger in die digitale Unterwasserfotografie

*Aufgrund der langfristigen Vorausplanung kann es passieren, dass sich Termine verschieben können. Wir bitten um Verständnis.*

**Kontakt zur Abteilungsleitung für Anregungen und Fragen, Adressenänderungen o. ä.: [info@glaukos-bonn.de](mailto:info@glaukos-bonn.de)**

## 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!



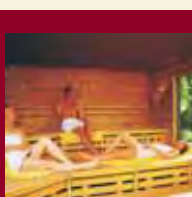
Effizient,  
transparent,  
fair!

0800-228 7777 (freecall) [www.apura-services.de](http://www.apura-services.de) [info@apura-services.de](mailto:info@apura-services.de)



WELLNESS • WASSER • SPORT • BEAUTY

## natürlich gesund saunieren



**Saunapark Siebengebirge**

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

★★★★★

**SaunaPremium**

DEUTSCHER SAUNA-BUND



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

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

**Tel: (02244) 9217-0**

**[www.saunapark-siebengebirge.de](http://www.saunapark-siebengebirge.de)**



# Kreismeisterschaften: Immer wieder Michael Himmel

**A**m ersten Tag der Kreismeisterschaften traten sieben Tischtennispieler in der Schüler-A-Klasse und mit Jari Suppert einer bei den Schülern C an. Für Jari Suppert war es das erste Mal, weshalb er sich vielleicht nicht durchsetzen konnte. Sven Manheller, Ali Salehi und Christian Peters mussten bei den Schülern A ebenfalls schon in der Vorrunde die Segel streichen. Die restlichen vier, Johannes Knopp, Kushale Fernando, Felix Ho und Michael Himmel gewannen jedoch souverän ihre Gruppe und zogen in die Hauptrunde ein, die im KO-System gespielt wurde. Auch hier machten die vier Favoriten ihrem Ruf alle Ehre und erreichten allesamt das Viertelfinale. Allerdings war dann für alle bis auf Michael Himmel Schluss, der Johannes Knopp ausschaltete. Im Halbfinale gegen Jonas Tarnowski (Tura Oberdrees) lieferte Himmel sein bestes Spiel an diesem Wochenende ab und konnte es knapp mit 3:2 für sich entscheiden. Im Finale war dann Jonas Langer, ebenfalls aus Oberdrees, eine Nummer zu groß und so unterlag Himmel mit 1:3 – ein toller 2. Platz. In den Platzierungsspielen holte sich Ho

den 5. Platz gegen Küsel. Fernando kam auf den 7. Platz. Insgesamt vier Qualifikationen für die Bezirksmeisterschaften sind ein erstklassiges Mannschaftsergebnis.

In den Doppeln schieden die SSF-Athleten spätestens im Viertelfinale aus. Eine Ausnahme machten hier Himmel/Ho, die durch einen Sieg gegen Planas/Lechner das Halbfinale erreichten. Gegen Dreier/Chrysant (TTC Duisdorf) gelang sogar der Finalinzug. Dort glückte dann gegen Langer/Tarnowski (TuRa Oberdrees) das Meisterstück. Souverän wurde der Kreismeister-Titel eingefahren. Herzlichen Glückwunsch.

Im Mixed kam Himmel zusammen mit Rebecca Dupré (Fortuna Bonn) gegen Dreier/Dreier (TTC Duisdorf) ins Finale. Nach einer Niederlage gegen Zühlke/Langer reichte es diesmal zur Vize-Meisterschaft.

Bei den Jungen traten die SSF mit sechs Leuten, bei den Schülern B mit Daniel Kostjunin und mit Jari Suppert bei den Bambinis an. Überraschenderweise mussten alle bis auf Himmel in der ersten KO-Runde die Segel streichen. Dieser verlor sehr knapp mit 2:3 gegen Yannick Höreth im Achtelfinale.

Im Doppel lief es besser. Bis auf Hacker/Himmel konnte allerdings keine Paarung das

Viertelfinale überstehen. Im Halbfinale unterlagen die Beiden knapp mit 2:3. Der dritte Platz ist ein toller Erfolg für Hacker/Himmel. Kostjunin und Suppert überstanden in ihrer Klasse unerwartet nicht die Vorrunde, aber gingen mit einem Plus an Erfahrung nach Hause.

Benjamin Wasiljew

## Tischtennis für jeden – Hobbykurs

Für alle, die Spaß beim Tischtennis haben wollen, egal ob Anfänger oder Wiedereinsteiger, bieten wir **montags und donnerstags von 18.30-20.00 Uhr** im Sportpark Nord einen betreuten Tischtenniskurs an. Kursgebühr für Nichtmitglieder: 30 Euro für fünf Trainingseinheiten, für Mitglieder kostenlos. Anmeldungen bei Jörg Brinkmann, Telefon 0228 – 677910

## Tischtennis-Mini-Meisterschaften

**A**lle Kinder bis 12 Jahren sind herzlich eingeladen zum Auftakt der Tischtennis-Mini-Meisterschaften 2012. Das verpflichtet zu nichts, ist kostenlos und bringt jede Menge Spaß. Mädchen und Jungen spielen getrennt jeweils unterteilt nach Altersklassen (bis 8 Jahre, bis 10 Jahre und bis 12 Jahre). Mitspielen dürfen alle Kinder, die noch nie am offiziellen Spielbetrieb teilgenommen haben und keinen Spielerpass besitzen – das sorgt für Chancengleichheit.

Auch die SSF Bonn beteiligen sich wiederum an dieser Breitensportaktion des Deutschen Tischtennis-Bundes. Wir führen am Sonntag, den 15. Januar 2012 um 11:00 Uhr (Anmel-

schluss um 10:45 Uhr) den Ortsentscheid Bonn-Nord in der Turnhalle der Alten Jahnschule, Herseler Str. 3 in Graurheindorf durch. Alle SSFler und Freunde sind herzlich zum Mitspielen eingeladen. Hier kann jeder – auch wer noch nie gespielt hat – Tischtennis einmal ausprobieren. Tischtennis-Schläger und Bälle sind vorhanden. Bitte bringt nur eure Sportsachen (Hallenschuhe!) mit.

**Anmelden könnt ihr euch bei Jörg Brinkmann, Telefon 0228 - 677910, E-Mail: j.brinkmann@tischtennis-bonn.de. Auch eure Eltern sind herzlich eingeladen, bei der Veranstaltung dabei zu sein. Auf geht's: anmelden und mitmachen!**

Kinder ab 8 Jahren, die einmal ausprobieren möchten, ob ihnen Tischtennis gefällt, sind herzlich eingeladen zu unserem Schnupperkurs **mittwochs, 17-19 Uhr in der Alten Jahnschule**

Der Kurs wird von einem lizenzierten Übungsleiter geleitet. Mitzubringen sind Sportbekleidung und Hallenschuhe. Tischtennisschläger können gestellt werden. Der Schnupperkurs beinhaltet fünf Übungsstunden. Die Kursgebühr beträgt 10 Euro für Nichtmitglieder und ist für Mitglieder kostenlos. Einfach mal „reinschnuppern“!

**10%**

SSF Mitgliedsrabatt auf nicht reduzierte Ware

**INTERSPORT®**

**SPORTPARTNER**

**Beratungspower mit Bestpreis Garantie**

Wenzelgasse Ecke Friedrichstr. 45 / 0228-98393-0 [www.sportpartner-bonn.de](http://www.sportpartner-bonn.de)



# Christoph Nussbaum – König der Hobby-Spieler



Bei den diesjährigen Vereinsmeisterschaften zeigten 15 Hobby-Spieler wieder einen Abend lang tolles Tischtennis. Leider waren die beiden Senioren-Gruppen nur durch ihren Trainer Wolfgang Hinze vertreten. In drei Gruppen kämpften die Tischtennisspieler in der Vorrunde um den Einzug ins Viertelfinale. Spannend ging es gleich in Gruppe 1 los. Denn Wolfgang Hinze konnte nach 0:2-Satzrückstand überraschend gegen Dirk Neff gewinnen (12:14, 3:11, 11:5, 12:10, 13:11). In der nächsten Runde siegte Dirk Neff dann 3:1 gegen Rainer Puder. Dieser wiederum konnte sich überraschend gegen Wolfgang Hinze durchsetzen (11:9, 11:8, 14:12). Mit letztlich jeweils 3:1 Spielen zogen alle drei Spieler in die nächste Runde ein.

Klare Verhältnisse gab es in Gruppe 2. Michael Lüke gab nur gegen Norman Woi-

the einen Satz ab und schaffte es souverän in die Hauptrunde. Ihm folgte Wolfgang Nussbaum, der die weiteren Kontrahenten sicher in Schach hielt. Auch Daniel Hannaske schaffte durch zwei souveräne Erfolge gegen Norman und Kurt Mannebach den Sprung unter die besten Acht.

Die Gruppe 3 dominierte Christoph Nussbaum. Er gab nicht einen einzigen Satz ab. Als Zweiter erreichte Johannes Küsel die nächste Runde. Er siegte gegen seine restlichen Gegner ebenfalls souverän ohne Satzverlust.

In der Hauptrunde (Viertelfinale) wurde im KO-System weitergespielt. Dirk Neff konnte gegen Daniel Hannaske gewinnen (11:3, 11:6, 12:10) und Johannes Küsel schaltete Michael Lüke aus (11:9, 11:1, 11:7). Christoph Nussbaum setzte sich erfolgreich gegen Altmeister Wolfgang Hinze durch (11:7, 11:9, 11:7). Letzter Halbfinalist wurde Wolfgang Nussbaum gegen Rainer Puder (11:5, 11:4, 11:5). Im Halbfinale sah Dirk Neff bei 2:0-Satzführung gegen Johannes Küsel schon wie der sichere Sieger aus, doch Küsel konnte das Spiel noch drehen und gewann schließlich (6:11, 6:11, 11:7, 11:9, 11:6). Im zweiten Halbfinale gab es ein Vater-Sohn-Duell: Christoph Nussbaum gewann glatt gegen Wolfgang

Nussbaum (11:3, 11:8, 11:6). Das Spiel um Platz 3 entschied Neff anschließend gegen Wolfgang Nussbaum Wolfgang für sich (7:11, 11:6, 13:11, 11:9). In einem hochklassigen Finale musste Christoph Nussbaum gegen Küsel mit 10:12 seinen ersten Satz abgeben. Doch sollte es der einzige bleiben und er entschied die nächsten Sätze knapp für sich (11:9, 11:7, 11:9) und wurde so Vereinsmeister. Herzlichen Glückwunsch.

Im Doppel gewannen Dirk Neff/Thomas Himstedt im Halbfinale sicher gegen Christoph Nussbaum/Daniel Hannaske (11:2, 11:9). Das zweite Halbfinale war da schon deutlich spannender. Rainer Puder/Norman Woi-the standen bei 1:0-Satzführung und 9:5 schon fast im

**Mach mit und bleib fit!**

Für alle Senioren bieten wir donnerstags von 15.00-16.30 Uhr im Sportpark Nord und dienstags von 15.30-17.00 Uhr in der Turnhalle Jahnschule einen betreuten Tischtennis-kurs an. Kursgebühr für Mitglieder: 10 Euro, Nichtmitglieder: 30 Euro für fünf Trainingseinheiten. Anmeldungen bei Jörg Brinkmann, Telefon 0228 – 677910

Endspiel, ehe Johannes Küsel/Thomas Glasgow das Spiel noch mit 12:10, 11:5 aus dem Feuer rissen. Im Endspiel waren Neff/Himstedt erfolgreich mit 11:6, 10:12, 11:6. Herzlichen Glückwunsch.

Jörg Brinkmann

**trinkForm sports**

**Energie tanken. Alles geben. Finishen.**

**trinkForm® sports**  
**Iso- und Recovery-Drink**

Schon probiert?  
**ENERGY-GEL** in zwei fruchtigen Sorten  
**MALTODEXTRIN 19** die Extra-Energie

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

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

Weitere Informationen unter  
[www.trinkformsports.de](http://www.trinkformsports.de)

## Heimspiele (alle Turnhalle Alte Jahnschule)

### 1. Herrenmannschaft

Sa., 21.01.2012 18:30 Uhr	SSF Bonn – SC Fortuna Bonn III
Sa., 04.02.2012 18:30 Uhr	SSF Bonn – Bonner SC
Sa., 03.03.2012 18:30 Uhr	SSF Bonn – TTG Niederkassel III
Sa., 24.03.2012 18:30 Uhr	SSF Bonn – TTF Lengsdorf
Sa., 21.04.2012 18:30 Uhr	SSF Bonn – SSV Bornheim

### 1. Damenmannschaft

Sa., 14.01.2012 18:30 Uhr	SSF Bonn – TTC Berrenrath
Sa., 28.01.2012 18:30 Uhr	SSF Bonn – SC Fortuna Bonn IV
Sa., 25.02.2012 18:00 Uhr	SSF Bonn – TTG Langenich III
Sa., 10.03.2012 18:30 Uhr	SSF Bonn – TTF GW Elsdorf II



## Erfolg der Kung-Fu-Kämpfer bei der WM 2011 in Karlsruhe



Vom 21.09.2011 bis 28.09.2011 fand die diesjährige WKA-WM (World Karate and Kickboxing Association) in Karlsruhe statt. Die Kung-Fu-Kämpferinnen und -Kämpfer des Shi-Wu-Tou-Systems haben Gold, Silber und Bronze gewonnen. Mit dabei waren Doris Buchmann und Lasse Buchmann von den SSF Bonn, Sophia Sader und Christian Kleindopff vom RTV Rhöndorf, Michael Walther, Christine Orth, Stefanie Andres und Sebastian Jung vom TAMO-Institut in Worms. Sie bildeten das Team Germany und repräsentierten das Kung-Fu-Shi-Wu-Tou. Sie alle sind langjährige Kung-Fu-Schüler des Meisters Ronald Fernández vom TAMO-Institut in Worms, der seit 1997 Kung-Fu-Shi-Wu-Tou bei den SSF lehrt.

Fotos Michael Walther, Worms



Dem Shi-Wu-Tou-Team war es gelungen, sich in harten und langen Wettkämpfen für die WM zu qualifizieren.

Insgesamt mehr als 1000 Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus aller Welt starteten bei den Wettbewerben. So war voller Einsatz nötig, um überhaupt in die nächste Runde zu kommen, was nicht in allen Disziplinen gelang. Doch am Ende stand ein außerordentliches Ergebnis für das Shi-Wu-Tou-Team: 3 Gold-, 6 Silber- und 7 Bronzemedailles.

Einen beträchtlichen Anteil haben dabei die SSF-Mitglieder erreicht: Lasse Buchmann erkämpfte eine Bronzemedaille in der Disziplin „Freestyle with music adults male“. Doris Buchmann trat in insgesamt drei Form-Disziplinen („weapons with music veterans“, „weapons with music adults“ und „weapons no music“) an. Sie setzte sich erfolgreich gegen die erheblich jüngere Konkurrenz durch: Gold in der Disziplin „weapons with music-veterans“ und Silber in den beiden anderen Disziplinen.

Wir gratulieren unserem Shi-Wu-Tou-Team ganz herzlich zu diesem außergewöhnlichen Erfolg.

Sabine Haller-Schretzmann und Rainer Schretzmann

## Neuer Karate-Anfängerkurs im Januar 2012

Mit Karate könnt ihr das ganze Jahr hindurch aktiv etwas für eure Fitness und Gesundheit tun – egal in welchem Alter, ob alleine oder zusammen, Anfänger oder Fortgeschrittener. Im Training dürfen Fauststöße oder Fußtritte keine Trefferwirkung erzielen. So wird die Bewegungsausführung kurz vor dem Trainingspartner abgestoppt, wodurch die Verletzungsgefahr so gering ist wie in anderen Sportarten, die die SSF Bonn anbieten.

Karate ist

- eine Kampfkunst für Körper und Geist, traditionell und doch modern,
- eine vielfältige und anspruchsvolle Bewegungsform mit Elementen, die die Selbstbehauptung fördern,
- eine hervorragende Möglichkeit, Koordinations- und Reaktionsfähigkeit zu schulen und zu verbessern.

Karate bietet wegen seiner vielseitigen und abwechslungsreichen Anforderungen an Körper und Geist einen idealen Ausgleich zum Alltagsstress. Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit und Beweglichkeit werden in hohem Maße trainiert und durch Atem- und Konzentrationsübungen ergänzt. Im Vordergrund stehen dabei die Entfaltung der Persönlichkeit, Selbstbeherrschung und Konzentration sowie der Respekt und die Achtung gegenüber Trainingspartnern oder Gegnern.

### Anfängerkurs wann und wo?

#### Jugendliche (ab 13 Jahren) und Erwachsene:

Der Kurs dauert 3 Monate und schließt bei regelmäßiger Teilnahme (2 Mal pro Woche) mit der Weißgurt-Prüfung ab.

Ab Montag, den 09.01.2012 findet der neue Anfängerkurs statt, immer montags von 19.00 – 20.15 Uhr im Sportpark Nord und donnerstags im Ludwig-Erhard-Berufskolleg von 19.30 – 20.45 Uhr.

#### Kinder und Jugendliche (bis 13 Jahren):

Ab Donnerstag, den 12.01.2012 findet in der Turnhalle der Karlschule der neue Anfängerkurs statt, immer von 16.00 – 17.30 Uhr.

#### Kosten:

Bei bestehender SSF-Mitgliedschaft:

Erwachsene und Jugendliche (ab 14 Jahren) 25 Euro  
Kinder 20 Euro

Für Nichtmitglieder:

Erwachsene und Jugendliche (ab 14 Jahren) 45 Euro  
Kinder 30 Euro

#### Trainingsbekleidung:

lange Sporthose und weißes T-Shirt, trainiert wird barfuß

Weitere Infos: [www.ssf-bonn.de/sp\\_arten/karate.php](http://www.ssf-bonn.de/sp_arten/karate.php)

### Kung-Fu-Trainingsdaten:

Training mit Ronald Fernández immer montags im Bootshaus der SSF in Beuel

Kinder, Anfänger:	16.30 – 17.15 Uhr
Kinder, Fortgeschrittene:	17.15 – 18.10 Uhr
Erwachsene, Anfänger:	18.15 – 19.15 Uhr
Erwachsene, Fortgeschrittene:	19.15 – 20.30 Uhr

Kontakt: Sabine Haller-Schretzmann, Rainer Schretzmann, Tel.: 0228 – 362437



## SSF-Bonn Judoka wurden gesichtet

Auf dem Landesoffenen Sichtungsturnier in Duisburg waren für die Landestrainer die Leistungen der Judoka interessant, die ab 2012 in die nächsthöheren Wettkampfklassen aufrücken werden – die U16 und die U13. Bei der U16 betraf es die Judoka des Jahrgangs 1998 und bei der U13 des Jahrgang 2001. Die weibliche Delegation der SSF Bonn startete gleich mit drei 1998ern. Katharina Wigger siegte sogar in ihrer Gewichtsklasse bis 44 kg und bekam eine Einladung zu einem Vorbereitungslehrgang in Hannover zu den Bonn Open. Alissa Jagenlauf (bis 40 kg) erkämpfte die Bronzemedaille und wurde ebenfalls zum internationalen Lehrgang eingeladen genauso wie Cara Junghänel dank ihres 7. Platzes und ihrer kämpferischen Leistung gegen meist 2 Jahre ältere Kämpferinnen.

Mohamed Kochih kam als Favorit der Gewichtsklasse bis 40 kg souverän ins Fina-



2. v. re.: 3. Platz für Sebastian Berg (bis 40)

le. Gegner Nicolai Koch aus Mönchengladbach konnte Mohamed nicht viel entgegensetzen, doch musste er den Kampf in der 2. Minute wegen einer Verletzung am Ellenbogen abbrechen, die am darauffolgenden Montag sogar operiert werden musste. Leider muss er längere Zeit pausieren – ein schmerzlicher Verlust für die

SSF Bonn. Denn er hätte nicht nur an diversen U16-Turnieren, sondern auch an den Mannschaftsmeisterschaften der U17 teilgenommen. Wir wünschen unserem Ausnahmetalent Mohamed Kochih auf diesem Wege gute Besserung.

Die SSF Bonn waren mit 2 Judoka des Jahrgangs 2001 gestartet: Francesca Wolf

konnte in der Gewichtsklasse bis 40 kg Rang 7 erkämpfen. Im 2000er-Jahrgang reichte es bei Hanna Rieger (bis 48 kg) ebenfalls für den 7. Platz. Im 99er-Jahrgang fighteten 3 Judoka um Medaillen. Sebastian Berg (bis 40 kg) sicherte sich Platz 3 ebenso wie Robert Rabe (bis 37 kg). Lediglich Lisa Wallhäußer musste sich nach einer äußerst knappen Kampfrichterentscheidung gegen die amtierende Westdeutsche Meisterin Jana Lecloux mit Platz 5 zufriedengeben. Rang 7 belegte Klara Wigger in der Gewichtsklasse bis 33 kg.

Alle Ergebnisse können unter [www.nwjjv.de/index.php?mf=aktuell/2011/okt/1015-16b.htm](http://www.nwjjv.de/index.php?mf=aktuell/2011/okt/1015-16b.htm) abgerufen werden.

Yamina Bouchibane

## Internationale Erfolge für SSF-Bonn-Judoka

Auf den Internationalen Bonn Open am 21.10.2011 erkämpften sich die Bonner Kämpferinnen Katharina Wigger (bis 44 kg) und Alissa Jagenlauf (bis 40 kg) eine Bronzemedaille in der Altersklasse U16. Ihre Vereinskameradin Cara Junghänel, die ebenfalls zum jüngsten Jahrgang gehört, sicherte sich in der stark besetzten Gewichtsklasse bis 52 kg einen hervorragenden 7. Rang. Leider traf sie im ersten Kampf direkt auf die spätere erste und musste sich durch die Trostrunde kämpfen – wobei sie unter anderem die Kaderathletin Christina Ruschitzka mit Ippon schlug. Im darauffolgenden Kampf musste sie sich jedoch der zwei Jahre

älteren Bonnerin und späteren Drittplatzierten Romy-Lia Amelung geschlagen geben. Im Anschluss an die Bonn

Open fand ein internationales Trainingslager in der Bonner Hardtberghalle statt.

Alle Ergebnisse unter: <http://www.nwjjv.de/index.php?mf=aktuell/2011/okt/1022-25.htm>

Yamina Bouchibane



Alissa Jagenlauf (2. v. re.)



### 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](mailto:ronald.kirchner@axa.de)



## Protokoll der Mitgliederversammlung der Abteilung Triathlon vom 26.10.2011

**Beginn:** 19.30 Uhr

**Ende:** 22.15 Uhr

**Ort:** „Roter Salon“

**Anwesend:** 37 Mitglieder, von denen 36 stimmberechtigt sind

**TOP 1: Begrüßung und Festlegung der Beschlussfähigkeit durch den Vorsitzenden Uwe Gersch**

**TOP 2: Genehmigung der Tagesordnung durch die Anwesenden**

**TOP 3: Bericht der Abteilungsleitung**

Unter anderem berichtet Chris Grosskopf aus dem Leistungssport und erwähnt insbesondere die Ligamannschaft der Damen in der 2. Bundesliga (Platz 3), den Aufstieg beider Herrenmannschaften (in die 2. Bundesliga bzw. in die NRW-Liga) und von unseren vier Startern auf Hawaii.

**TOP 4: Bericht des Kassenwartes**

Oli Rösch stellt die Finanzlage der Abteilung dar und weist darauf hin, dass aufgrund des ständig wachsenden Angebots an Trainingsmöglichkeiten der Punkt „Personalkosten“ in diesem Jahr deutlich angestiegen ist.

**TOP 5: Diskussion der Berichte**

Die Versammlung diskutiert ausführlich Einsparmöglichkeiten und Möglichkeiten, den Abteilungsbeitrag zu erhöhen oder andere Geldquellen zu erschließen.

Der Antrag, dass alle Teilnehmer am Ligabetrieb pro Einsatz in einer Mannschaft 20 Euro zahlen sollen, wird mit 9 „Ja“-Stimmen bei 17 „Nein“-Stimmen und 8 Enthaltungen abgelehnt.

**TOP 6: Anpassung des Abteilungsbeitrages**

Es wird mit 29 „Ja“-Stimmen bei 2 Gegenstimmen und 5 Enthaltungen beschlossen, den Abteilungsbeitrag um 15 auf 45 Euro für Erwachsene zu erhöhen.

Es wird mit 21 „Ja“-Stimmen bei 7 Gegenstimmen und 8 Enthaltungen beschlossen, den Abteilungsbeitrag für Jugendliche von 13-15 Jahren auf 10 Euro festzulegen und für Jugendliche von 16-18 auf 15 Euro.

**TOP 7: Entlastung des Vorstandes**

**TOP 8: Neuwahl des Vorstands**

Janet Schriever, Ralf Velten und Mario Konrad scheiden aus dem Vorstand aus. Die Neuwahl des Vorstands ergibt für die kommenden zwei Jahre folgende Zusammensetzung:

- Vorsitzender Uwe Gersch
- Kassenwart Oliver Rösch
- Pressewart Stefan Rausch
- Jugendwart Carsten Herboth
- Leistungssportwart Christoph Grosskopf
- Breitensportwart Joachim Welter
- Beisitzer David Nyeste

**TOP 9: Verschiedenes**

Abschließend teilt Stefan Rausch mit, dass er in der kommenden Session der Verantwortliche für den Auftritt der SSF im Rosenmontagszug ist.

Die Versammlung diskutiert einige Punkte, wie man mehr Mitglieder zu „Helfen bei unseren Veranstaltungen“ bewegen kann und es wird darauf hingewiesen, dass Startpässe bis zum 31.10. zu kündigen oder für die Saison 2012 zu bezahlen sind.

Joachim Welter

## Drei SSFler bei den World Games 2011



**D**rei Triathleten der SSF Bonn haben bei den diesjährigen Military World Games (MWG), auch bekannt als Militärolympiade, in Rio de Janeiro Deutschland repräsentiert. Leutnant (SanoA) Eva Augustin, Oberleutnant Christian Resch und Hauptmann David Nyeste waren für die 10 Kopf starke Triathlondelegation (5 Frauen, 5 Männer) nominiert. Dies ist ein besonderes Privileg, das sich die Athleten im Vorfeld bei Wettkämpfen und Sichtungstrainings(lagern) hart verdienten. Die guten Ergebnisse und die bereits im Vorfeld der MWG gezeigte Form waren letzten Endes ausschlaggebend für die Aufstellung der SSF-Triathleten.

In Rio durfte das Team dann in einem der drei Olympischen Dörfer, die für die Olympischen Spiele 2016 vorgesehen sind, Quartier beziehen und zwei Wochen brasilianische Sporteuphorie live erleben. Der Triathlon-Wettkampf wurde am Copacabana Beach über die olympische Distanz ausgetragen. Nach 1,5 km Schwimmen in den Wellen des Atlantiks, 40 km Radfahren und 10 km Laufen konnte das SSF-Rio-Trio seinen Beitrag zum guten Gesamtergebnis des deutschen Teams leisten. Die nächsten MWG finden 2015 in Korea statt. Einige Eindrücke vom Wettkampf können unter folgendem Link bestaunt werden:

<http://www.youtube.com/watch?v=mds-GAOGMlc>

David Nyeste

**Wir bedanken uns bei unseren Sponsoren 2011:**

- Artegitic
- Skinfit
- Erdinger
- Optimalersport (unser Physiotherapeut)
- New Balance mit Active Runningcenter
- Trinkform
- Radladen Hoenig



## h Military 1 in Rio

# Laufen für Hartgesottene

Susanne Beisenherz erfolgreich beim Ultralauf in Köln

Beim 15. Köln Marathon am 2. Oktober gab es für Hartgesottene auch den Ultralauf. Ultra war dann, wie der Name schon vermuten lässt, auch das Programm für die 88 Teilnehmer: 63 km Laufstrecke bestehend aus Halbmarathon- und Marathondistanz hintereinander absolviert. Wie im Vorjahr startete Susanne Beisenherz für die SSF Bonn.

Gegen 8:30 Uhr ging es bei angenehmen 14 Grad auf die Halbmarathonstrecke, die Susanne flott absolvierte und vor der zweiten Frau lag. Nach einstündiger Pause begann der Marathon mit einer neuen Streckenführung bis hinauf zum Niehler

Hafen und von dort aus entlang des Rheins zum Raderberggürtel. Trotz weniger Kurven als sonst gab es 4 Wendepunkte, die wegen ihrer Enge jedes Mal ein kraft- und zeitintensives Abbremsen und neues Anlaufen erforderten. Bei warmem Wetter um die 25 Grad herrschte eine jecke Stimmung am Straßenrand. Einer der Ultraläufer lief die insgesamt 63 km auf beiden Strecken sogar barfuß als Pumuckl verkleidet – eine beeindruckende Leistung.

Nach den ersten 10 km auf der Marathonstrecke machte sich die Oberschenkelmuskulatur bei Susanne bemerkbar und zog sich zu. War sie doch schon durch

den schnell gelaufenen Halbmarathon vorbelastet. Doch ein paar Bananenstücke wirkten Wunder und verhalfen der Muskulatur zu neuem Leben.

Leider zog die zweitplatzierte Frau an Susanne vorbei. Aber die kämpfte weiter bis zum Schluss und belegte zu ihrer Überraschung und mit ein bisschen Stolz dann doch noch den 2. Platz bei den Frauen bei ihrer insgesamt 9. Teilnahme beim Köln Marathon. Von 88 gestarteten Ultraläufern erreichten 70 Teilnehmer das Ziel, davon 10 Frauen.

Susanne Beisenherz und  
Michael Stohldreier



**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 m<sup>2</sup> Ausstellungsfäche 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](http://www.schmidt-rudersdorf.de) [www.riesenfliesenwelt.de](http://www.riesenfliesenwelt.de)  
\*keine Beratung, kein Verkauf

**Schmidt Rudersdorf**  
FLIESEN • NATURSTEIN



## SSF Dragons Bonn setzen in der 2. Floorball-Bundesliga auf die eigene Jugend



Für die Floorballer der SSF Bonn begann im September die neue Saison. Nach dem Abstieg aus der Bundesliga spielen die Bonner nun in der 2. Bundesliga Nord/West, die aus neun Teams besteht. Die „Dragons“ landeten zunächst zwei Siege gegen die Regionalliga-Aufsteiger aus Hochdahl (7:4) und Butzbach (5:4),

mussten dann allerdings Auswärtsniederlagen gegen Mittelnkirchen/Stade (4:5 n. V.) und Neuwittenbek (2:7) einstecken. Dafür konnten sie die NRW-Derby beim ASV Köln (7:6 n. V.) und beim Westfälischen Floorball-Club (7:2) für sich entscheiden. Dies reichte in der Summe für einen Rang im vorderen Mittelfeld auf Tuchfühlung zu den führenden Teams.

Insgesamt ist die 2. Bundesliga Nord-West bislang erfreulich ausgeglichen. Viele Ergebnisse und Spielverläufe sind denkbar knapp: Es kann im Grunde jeder jeden schlagen. Das war in der Vergangenheit nicht immer so und spricht für die rasante Entwicklung des Floorballsports im Westen. Immer mehr Vereine spielen Großfeld, und die Leistungsdichte hat deutlich zugenommen. Das junge Bonner Team ist in der 2. Liga mit seinem derzeitigen Potenzial bestens aufgehoben. Es hat die Ambition, vorne mitzuspielen. Allerdings vollzieht das Team zurzeit einen Generationswechsel und setzt nun noch stärker auf den eigenen Nachwuchs. Daher dürfen die Erwartungen auch nicht zu hoch geschraubt werden.

Die Bonner haben die Abgänge von Routiniers wie den beiden Hahnen-Brüdern und Sven Wrossok (zurück zum SSC Hochdahl) durch Spieler aus der eigenen Ju-

gend kompensiert. Dies sind beispielsweise Lutz Ackermann, Janos Bröker und Lukas Mönnig (alle erst 17 Jahre alt), die bereits in der Bundesliga zum Einsatz kamen und dort mit guten Leistungen auf sich aufmerksam machten. Fester Bestandteil des Teams sind nun auch Günter Wyzujak (23) sowie die Youngsters Lukas Lüke, Torhüter Tom Kollmar oder Jan Steinkamp (alle 17), die im Vorjahr noch im Farmteam der Dragons in der Regionalliga spielten. Das Trainergespann Jan Patocka & Simon Kandziora kann in der Regel somit aus einem breiten Kader auswählen.

Spielertrainer Jan Patocka ist mit den bisherigen Leistungen seiner jungen Mannschaft trotz der beiden Niederlagen nicht unzufrieden und traut dem Team zu, dass es sich im Saisonverlauf noch steigern wird: „Wir hatten einige Startschwierigkeiten, aber das war nach dem großen Umbruch in der Mannschaft auch zu erwarten. Unser wichtigstes Ziel für diese Saison ist es, die jungen Nachwuchsspieler in die Mannschaft zu integrieren und an das Niveau der 2. Bundesliga heranzuführen. Ich glaube, wir sind auf einem guten Weg und entwickeln uns von Spiel zu Spiel weiter.“ Man darf auch nicht vergessen, dass die Bonner in der Hinrunde sechsmal auswärts antreten



### ACTIVE RUNNING-CENTER

#### Der Laufexperte für Bonn

Mizuno Brooks Asics Saucony Zoot New Balance Lunge  
2XU CEP Laufstoffs Gore RunningWear Icebreaker  
AquaSphere Rono Sailfish Lex WrightSocks  
X-Socks Squeazy Ultra Sports

## 10% Nachlass

### für alle Mitglieder des SSF Bonn!

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

Active Running Center GmbH  
Kölstr. 25  
53111 Bonn / Zentrum  
Fon: 0228 - 9 45 86 27

Öffnungszeiten:  
Mo: 12.00 - 19.00 Uhr  
Di - Fr: 10.30 - 18.30 Uhr  
Sa: 10.00 - 16.00 Uhr

[www.runningcenter.de](http://www.runningcenter.de)

Besuchen Sie uns auch auf Twitter und Facebook!



Spiele der SSF Dragons in der 2. Floorball-Bundesliga	
11.12.2011:	SSF Dragons Bonn – ASV Köln
17.12.2011:	SSF Dragons Bonn – SG Erlensee/Mainz
28.01.2012:	SSF Dragons Bonn – TSV Neuwittenbek
29.01.2012:	SSF Dragons Bonn – SG Mittelnkirchen/Stade
11.02.2012:	TV Eiche Horn Bremen – SSF Dragons Bonn
18.02.2012:	SSF Dragons Bonn – SSC Hochdahl





gegen Spielende die entscheidende Kraftreserve, enge Spiele noch zu drehen und zu ihren Gunsten zu entscheiden – etwa in den spannenden Partien gegen Butzbach (5:4 nach 0:3 Rückstand) und dem Derby in Köln (7:6 nach 3:5 Rückstand).

mussten, während in der Rückrunde (ab 26. November) dafür überwiegend Heimspiele auf dem Programm stehen.

An der Kondition sollte der Erfolg jedenfalls nicht scheitern. Die Spieler sind topfit, nicht zuletzt dank des intensiven Trainings schon in der Vorbereitungsphase. Außerdem lässt Patočka die Mannschaft bislang konsequent mit drei Reihen durchspielen – das können nur wenige Teams in der Liga. Dadurch hatten die Dragons schon mehrfach in dieser Saison

Das harte Training in der Vorbereitung zahlt sich also zumindest in dieser Hinsicht bereits aus. „Wir haben im Sommer teilweise an drei Tagen in der Woche intensiv Konditionstraining gemacht, an Taktik und Technik gearbeitet und noch dazu zwei hochkarätige Vorbereitungsturniere in Berlin und Köln gespielt“, berichtet Patočka und spricht seinen Spielern ein Lob aus: „Die Trainingsbeteiligung, die Motivation und Stimmung im Team sind nach wie vor hervorragend.“ Es sollte nur eine Frage der Zeit sein, bis die Früchte dieser Arbeit geerntet werden können. Hannes Selhofer

## Aufbruchsstimmung im Damenteam

Das Damenteam der SSF Bonn startete mit zwei Siegen gegen die Dümptener Füchse (3:2) und den TSV Berkersheim (7:4) in die Regionalliga West (Kleinfeld), musste sich am zweiten Spieltag aber den Ligafavoriten ASV Köln (1:5) und BW Aasee (3:6) geschlagen geben und liegt in der Tabelle nun im Mittelfeld.

Ähnlich wie bei den Herren kommen auch bei den SSF-Damen schon jetzt etliche junge Talente aus dem eigenen Nachwuchs zum Einsatz. Anke Vietmeyer von den SSF Bonn ist optimistisch, dass Floorball nun auch bei den Mädchen und Damen an Zuprsuch gewinnen wird: „Die Entwicklung im Nachwuchsbereich ist im Moment sehr positiv. Wir sind in dieser Saison bereits mit einer reinen Mädchenmannschaft in der U11-Liga vertreten. In den kommenden Jahren wollen wir den Spielbetrieb noch weiter ausbauen und auf dieser Basis eine starke Damenmannschaft aufbauen.“ Mädchen mit Interesse am Floorball-Sport sind jederzeit beim Training (Mittwoch, 17.00 – 18:30 Uhr für Mädchen bis 13 Jahre, Damentraining anschließend von 19.00 – 20:30 Uhr, Sportpark Nord) willkommen.

Hannes Selhofer

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-Mitgliederausweis - Nicht in Verbindung mit anderen Aktionen

## Preiserhöhung Offener Bewegungstreff ab Januar 2012

Die Preise für alle 1er und 10er Karten sowie der Jahres- und Multijahreskarten werden ab Januar 2012 erhöht

Zu dieser Entscheidung ergeben sich folgende Gründe:

- Steigende Kosten für die Angebote (Personal, Controlling, Werbung, Material) müssen gedeckt werden
- der Preis wurde seit 2001 nicht erhöht trotz gestiegener Kosten. Daher haben wir in diesem Bereich inzwischen ein erhebliches Defizit (auch wenn man anteilige Mitgliedsbeiträge einrechnet)
- Verlufterwirtschaftendes „Kurssystem“ ist für den Verein nicht tragbar
- für Mitglieder ist der Preis immer noch sehr günstig: Bspw. kostet bei einer Jahreskarte von 30 Euro (ca. 40 Übungsstunden) 1 Übungsstunde weniger als 1 Euro.
- Sicherstellung eines qualitativ hochwertigen Sportangebotes

Offener Bewegungstreff: Preise ab 01.01.12	
Teilnehmerkarte	Neuer Preis
Einzelkarte	6,00 €
Einzelkarte Senioren u. Kinder	5,00 €
10er-Karte Mitglied	15,00 €
10er-Karte Nichtmitglied	55,00 €
10er-Karte Senioren u. Kinder	40,00 €
Jahreskarte, 1 Angebot	30,00 €
Senioren- u. Kinderjahreskarte, 1 Angebot	25,00 €
Jahreskarte, 2 Angebote	55,00 €
Senioren- u. Kinderjahreskarte, 2 Angebote	40,00 €
Multikarte	65,00 €
Senioren- u. Kindermultikarte	50,00 €

## Fitness für den ganzen Körper Neues Angebot in Beuel

Nach den Herbstferien haben wir unser Kursangebot im Bootshaus Beuel erweitert:

### Gesund und Fit

freitags 10.00 - 11.30 Uhr, Leitung: Doris Wennemann

Ein abwechslungsreiches und rückengerechtes Fitnessprogramm mit Übungen für Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination mit und ohne Kleingeräte (Therabändern, Hanteln, Tubes), begleitet mit Musik.

## Änderungen im Offenen Bewegungstreff im neuen Jahr

Das Thema Hallennutzungsgebühren wird auch im neuen Jahr einen hohen Stellenwert haben. Es muss eine optimale Ausnutzung der Sportstättenkapazitäten gewährleistet sein. Leider ist dies nicht in allen Gruppen des Offenen Bewegungstreffs zufriedenstellend. Die diesjährigen Sanierungsarbeiten in der kleinen Fechthalle und im Schwimmbad und die dadurch bedingte räumliche Umquartierung einiger Gruppen sowie kurzfristige Ausfälle einiger Kurse haben in dieser Zeit leider auch einen Teilnehmerrückgang mit sich gebracht. Mit endgültigem Abschluss dieser Sanierungsarbeiten kann ein geregelter Kursverlauf ab den Herbstferien wieder gewährleistet werden.

Dennoch werden ab Januar 2012 die Kursangebote im Offenen Bewegungstreff gestrichen, die über einen längeren Zeitraum – und ab 2012 innerhalb eines Vierteljahres – eine Mindestteilnehmerzahl nicht erreichen. Informieren Sie sich bitte immer rechtzeitig über den jeweils aktuellen Stand und Änderungen der Kursangebote nach den Weihnachts-, Oster-, Sommer- und Herbstferien.

## Anträge Jahreskarten 2012

Jahres- und Multijahreskarten für den Offenen Bewegungstreff müssen jedes Jahr neu beantragt werden. Die Karten sind nicht übertragbar! Bei Kursstreichungen im laufenden Jahr ist eine Umschreibung der Jahreskarte möglich. Die Anträge bekommen Sie in der Geschäftsstelle, in den Fitnessräumen im Sportpark Nord und im Bootshaus Beuel, im Schwimmbad und bei Ihren jeweiligen Übungsleitern. Dort können Sie die Anträge auch abgeben.

## Nach dem Sport kommt Wonneberger

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

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

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



Wir haben auch samstags geöffnet!

### WONNEBERGER

Sauna-Centrum & Physiotherapie  
Adolfstraße 42-44  
53111 Bonn

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

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





# Offener Bewegungstreff



**Einfach eine Teilnehmerkarte kaufen und hingehen. Keine Anmeldung erforderlich!**

Egal ob Sie in ein oder mehrere Angebote hineinschnuppern oder öfter mal etwas anderes machen möchten – beim Offenen Bewegungstreff sind Sie richtig. Nur in den Schulferien sowie an Feiertagen finden keine Veranstaltungen statt.

Wir möchten unseren Teilnehmern ein aktuelles und interessantes Sportangebot bieten. Daher sind Änderungen und Neuerungen in den angegebenen „offenen“ Sportgruppen (z. B. wegen Anzahl der Teilnehmer, Verfügbarkeit der Übungsleiter oder Wechsel der Räumlichkeiten) manchmal auch kurzfristig möglich. Aus diesem Grund bitten wir alle Teilnehmer, sich am Aushang im Eingangsbereich des Sportparks Nord, in der Geschäftsstelle oder auf unserer Webseite unter [www.ssf-bonn.de](http://www.ssf-bonn.de) über den aktuellen Stand zu informieren.

**Die Jahres- u. Multi-Jahreskarten sind immer nur bis 31. Dezember gültig. Sie müssen jedes Jahr neu beantragt werden. Anmeldeformulare für 2012 erhalten Sie bei den Übungsleitern, in der Geschäftsstelle und in den Fitnessräumen.**

Einzel- und Zehnerkartenverkauf in der Geschäftsstelle und in den Fitnessräumen der SSF Bonn während der Öffnungszeiten.

## Preise ab Januar 2012

### Einzelkarte:

6 EUR für Mitglieder und Nichtmitglieder bis 59 Jahre  
5 EUR für Mitglieder und Nichtmitglieder ab 60 Jahre und für Kinder

### Zehnerkarte:

15 EUR für Mitglieder  
55 EUR für Nichtmitglieder bis 59 Jahre  
40 EUR für Nichtmitglieder ab 60 Jahre und für Kinder

### Jahreskarten (nur für Mitglieder):

**1 Jahreskarte für 1 Angebot**  
30 EUR bis 59 Jahre, 25 EUR ab 60 Jahre und für Kinder

**2 Jahreskarten für 2 Angebote**  
55 EUR bis 59 Jahre, 40 EUR ab 60 Jahre und für Kinder

**1 Multi-Jahreskarte für alle Angebote**  
65 EUR bis 59 Jahre, 50 EUR ab 60 Jahre und für Kinder

## Das Angebot im Einzelnen: Stand 9. November 2011

### Wirbelsäulengymnastik

Mo 09.45 – 10.45 Uhr	Sportpark Nord
Mo 11.00 – 12.15 Uhr (bis Weihnachten)	Sportpark Nord
Mo 10.30 – 11.45 Uhr	Bootshaus Beuel
Mo 18.15 – 19.30 Uhr	Seniorenheim Josefshöhe
Fr 08.30 – 09.45 Uhr	Sportpark Nord

### Wirbelsäulengymnastik für Senioren

Di 09.15 – 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 09.15 – 10.30 Uhr	Sportpark Nord

### Yoga

Di 10.30 – 11.45 Uhr	Bootshaus Beuel
Mi 08.00 – 09.15 Uhr	Sportpark Nord
Mi 20.00 – 21.45 Uhr	Gottfried-Kinkel-RS

### Ashtanga-Vinyasa-Yoga für Fitte

Do 09.15 – 10.30 Uhr	Bootshaus Beuel
----------------------	-----------------

### Pilates

Mo 09.15 – 10.30 Uhr	Bootshaus Beuel
Mi 17.00 – 18.15 Uhr	Ludwig-Erhard-Kolleg
Mi 20.30 – 21.45 Uhr	Sportpark Nord

### Kräftigung Tiefenmuskulatur

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

### Seniorengymnastik

Mi 09.30 – 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	Seniorenheim Josefshöhe
----------------------	-------------------------

### Gesund und fit

Mi 19.00 – 20.15 Uhr	Sportpark Nord
F 10.00 - 11.30 Uhr (neu seit November 2011)	Bootshaus Beuel

### Ganzkörperfitness

Do 19.30 – 21.00 Uhr	Sportpark Nord
----------------------	----------------

### Bauch-Beine-Po

Mi 10.00 – 11.15 Uhr	Bootshaus Beuel
----------------------	-----------------

### 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

Mi 11.00 – 12.00 Uhr (bis Weihnachten)	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 09.00 – 09.45 Uhr	Sportpark Nord
Do 10.00 – 10.45 Uhr	Sportpark Nord
Do 10.45 – 11.30 Uhr	Sportpark Nord
Fr 10.00 – 10.45 Uhr	Sportpark Nord

### Volleyball für Anfänger

Fr 18.30 – 20.00 Uhr (bis Weihnachten)	Sportpark Nord
--	----------------

### Kinderturnen

#### für Kinder (1,5 – 3 J.) u. Eltern:

Di 09.00 – 10.00 Uhr	Fechtinternat
Di 10.00 – 11.00 Uhr	Fechtinternat

#### für Kinder (1,5 – 3 J.), Eltern u. Geschwister:

Do 17.00 – 18.00 Uhr	Sportpark Nord
----------------------	----------------

#### für Kinder (4 – 6 J.), Eltern u. Geschwister:

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 10. November 2011

**Infos zu allen Kursen erhalten Sie in der Geschäftsstelle.  
Telefon 0228 - 676868 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. Weitere Informationen erhalten Sie in der Geschäftsstelle oder bei den angegebenen Ansprechpartnern.**

### Badmintonkurse für Erwachsene

**Sportpark Nord**, 10 Einheiten, 10 EUR für SSF-Mitglieder, 45 EUR für Nichtmitglieder

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

### Badmintonkurse für Kinder u. Jugendliche

**Sportpark Nord**, 10 Einheiten, 5 EUR für Mitglieder, 25 EUR für Nichtmitglieder. Kinder und Jugendliche, die den Anfängerkurs absolviert haben, können in den laufenden Spielbetrieb einsteigen

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

### Kung Fu

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

6- bis 9-Jährige	montags	16.30 – 17.15 Uhr
9- bis 12-Jährige	montags	17.15 – 18.00 Uhr
Jgdl. u. Erw.	montags	18.10 – 19.15 Uhr
Fortgeschrittene	montags	19.15 – 22.00 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

### Bauchtanz

**Bootshaus Beuel**, jeweils 90 Minuten, für Mitglieder 30 EUR, für Nichtmitglieder 60 EUR, Anmeldung und Infos in der Geschäftsstelle

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

### Zumba

10 Einheiten, für Mitglieder 30 Euro, für Nichtmitglieder 60 Euro, Infos und Anmeldungen in der Geschäftsstelle (Carina Gimber) oder per E-Mail carina.gimber@ssf-bonn.de

mittwochs ab 11.01.2012	20.00 – 20.45 Uhr	Sportpark Nord
	20.45 – 21.30 Uhr	Sportpark Nord
freitags ab 13.01.2012	18.30 – 19.15 Uhr	Sportpark Nord
	19.15 – 20.00 Uhr	Sportpark Nord
sonntags ab 15.01.2012	14.00 – 14.45 Uhr	Bootshaus Beuel
	15.00 – 15.45 Uhr	Bootshaus Beuel

### Laufkurs

**Bootshaus Beuel**, 12 Einheiten, 2 x wöchentlich, 30 EUR für Mitglieder, 60 EUR für Nichtmitglieder. Bitte eigene Pulsuhr mitbringen (in der Geschäftsstelle gegen Leihgebühr erhältlich)

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

### Sportabzeichen

**Stadion im Sportpark Nord**, ab Mai bis Oktober, kostenfrei, Abnahme Deutsches und Bayerisches Sportabzeichen, keine Anmeldung erforderlich. Infos bei Frank Herboth, 0228 - 675701

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

### Floorball (Unihockey)

**Sportpark Nord**, 10 Einheiten, für Mitglieder kostenlos, für Nichtmitglieder 30 EUR. Infos bei Jan Patočka, 0179 - 9496854, jan@ssf-bonn.de

Anfänger 4 – 10 Jahre	mittwochs	15.00 – 16.00 Uhr
Anfänger bis Jg. 1999	mittwochs	16.00 – 17.30 Uhr (nur Mädchen)
Anfänger ab Jg. 1998	mittwochs	19.00 – 20.30 Uhr (nur Mädchen)
Anfänger Erw.	mittwochs	20.30 – 22.00 Uhr

### Kurse der Skiabteilung für Erwachsene

Einstieg jederzeit möglich, für Mitglieder der Skiabteilung kostenlos, für Nichtmitglieder und Mitglieder anderer Abteilungen Zehnerkarte à 45 EUR. Infos bei Jürgen-Ludwig Block, 0228 - 690454, ski-abteilung-info@online.de

montags	19.00 – 20.15 Uhr	Heinrich-Hertz-Europakolleg
mittwochs	18.15 – 19.30 Uhr	Sportpark Nord
mittwochs	19.30 – 20.30 Uhr	Sportpark Nord
		(anschließend Ballspiele 20:30 – 21:15 Uhr)

### Seniorengymnastik

**Seniorenbegegnungsstätte St. Augustin & St. Jakob**, Breite Str. 107 a, 53111 Bonn, 35 EUR für Mitglieder, 50 EUR für Nichtmitglieder pro Quartal, Infos und Anmeldung in der Geschäftsstelle

dienstags	10.00 – 11.30 Uhr
-----------	-------------------

### Wassergewöhnungs- und Schwimmkurse für Kinder

Umfangreiches Angebot, Infos in der Geschäftsstelle

### Schwimmkurse für Erwachsene

**Sportpark Nord**, 14 Einheiten, 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	11.00 – 12.00 Uhr (Technik und Kondition I)
	sonntags	12.00 – 13.00 Uhr (Technik und Kondition II)
	sonntags	13.00 – 14.00 Uhr (Delfinschwimmen)

### Aquapower

**Sportpark Nord**, 10 Einheiten, 40 EUR für Mitglieder, 80 EUR für Nichtmitglieder

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

### Aquafitness – Präventionskurs für Erwachsene

**Sportpark Nord**, 10 Einheiten, 10 EUR für Mitglieder, 45 EUR für Nichtmitglieder, schwimmtief. In Zusammenarbeit mit den Krankenkassen und den SSF Bonn. Bei regelmäßiger Teilnahme ist eine Kostenerstattung bei verschiedenen Krankenkassen möglich

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

### Laufangebote

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

# 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, sportlicher Wettkampf und 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  
Trainingsstätten: 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: Jgdl. 22,10 EUR und Erw. 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: versch. 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  
Mastersport: Margret Hanke, 0228 - 622899  
Schwimmkurse: SSF-Geschäftsstelle, 0228 - 676868

## Ski

Angebot: Ganzjährige Skigymnastik, Skilaf 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  
Raphaëla Edeler, 0178 - 4158208  
Michael Esser, 0160 - 91062111  
Abteilungsbeitrag: 30,70 EUR pro Quartal

## Tauchen „STA Glaukos“

Angebot: ABC-Ausbildung, Ausbildung zum Erwerb aller nationalen Tauchsportabzeichen, Übungstauchgänge im Freigewässer nach Absprache, Jugendtraining  
Trainingsstätte: Sportpark Nord  
Auskünfte: Frank Engelen, 0228 - 4798887, info@glaukos-bonn.de  
Info 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: 45 EUR, Jugendbeitrag ab einschl. 13 bis 15 Jahre: 10 EUR und ab einschl. 16 Jahre: 15 EUR

## 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 10. November 2011

### Mitgliedsbeitrag pro Jahr

Erwachsene 138 EUR, Kinder 111 EUR

Familienermäßigung, Studentenrabatt

**Aufnahmegebühr:** Erwachsene 26 EUR, Kinder 11 EUR

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

### Bankverbindung

**Sparkasse Köln Bonn**

Konto-Nr. 72 03, BLZ 370 501 98

### Geschäftsstelle

Kölnstraße 313 a, 53117 Bonn

Telefon: 0228 - 676868

Fax: 0228 - 673333

Internet: [www.ssf-bonn.de](http://www.ssf-bonn.de)

E-Mail: [info@ssf-bonn.de](mailto:info@ssf-bonn.de)

Öffnungszeiten: Montag 13.00 Uhr – 17.00 Uhr  
Dienstag 09.00 Uhr – 18.00 Uhr  
Mittwoch 13.00 Uhr – 17.00 Uhr  
Donnerstag 14.00 Uhr – 20.00 Uhr  
Freitag 09.00 Uhr – 16.00 Uhr

### Vorstand

**Michael Scharf**

Vorsitzender, Spitzen- und Leistungssport

**Maïke Schramm**

Rechts- und Sozialangelegenheiten, Öffentlichkeitsarbeit

**Dietmar Kalsen**

Verwaltung und Betrieb der Sportstätten

**Manfred Pirschel**

Finanz-, Vermögens- und Steuerangelegenheiten, Finanzreferent

**Prof. Dr. Lutz Thieme**

Vereinsverwaltung und Vereinsentwicklung

**Frank Herboth**

Breitensport und Koordination der Fachabteilungen

**Sascha Pierry**

Unterstützung des Finanzreferenten

**Prof. Dr. Jürgen Reul**

Kontaktpflege zu Wirtschaft und Politik

### Sport-Service Bonn GmbH

Kölnstraße 313 a, 53117 Bonn

Geschäftsführer: Mario Knöppel

Telefon: 0228 - 5594112

Fax: 0228 - 5594129

E-Mail: [info@sport-service-bonn.de](mailto: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:**

Kölnstraße 250, 53117 Bonn, Telefon: 0228 - 672890

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

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

**Frankenbad:** Am Frankenbad 2, 53111 Bonn

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

### Sporthallen und Trainingsplätze

**Sportpark Nord:** Kölnstraße 250, 53117 Bonn

**SSF-Bootshaus:** Rheinaustraße 269, 53225 Bonn

**Theodor-Litt-Schule:** Eduard Otto Straße 9, 53129 Bonn

**Ludwig-Erhard-Kolleg:** Kölnstraße 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:** Kölnstraße 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



Trainingsanzüge, Poloshirts  
und vieles mehr.....



Einkauf und Bestellung  
in der SSF-Geschäftsstelle,  
Kölnstraße 313 a, 53117 Bonn

## Kontakt: Sport-Shop

Sport-Service-Bonn GmbH

Mario Knöppel, Telefon 0228 - 5594112

E-Mail: [info@sport-service-bonn.de](mailto:info@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**, Kölnstr. 25, 53111 Bonn
- **alles fußball – der shop**, Pützchens Chaussee 202, 53229 Bonn
- **Apura Services GmbH**, Schenkendorfstr. 6, 53173 Bonn
- **Aschenbrenner Immobilien**, Annaberger Str. 128, 53175 Bonn
- **Deutsche Vermögensberatung Wolfgang Bock**, Fraunhoferstr. 8, 53121 Bonn
- **bonaViva Verwaltung GmbH**, Dollendorfer Str. 106-110, 53639 Königswinter
- **BONNshop**, Bonngasse 25, 53111 Bonn
- **City Fahrschule Bonn**, Bertha-von-Suttner-Platz 8, 53111 Bonn
- **K. Escher**, Kosmetikerin/Visagistin, Kaiserstr. 19, 53111 Bonn
- **eyespeed / sportoptik online**, Bornplatz 9, 56412 Welschneudorf
- **feld Sanitäre Installation u. Heizungsbau GmbH & Co. KG**, Brungsstr. 34-36, 53117 Bonn
- **Gerwan GmbH**, Immenburgstr. 20, 53121 Bonn
- **Anwaltskanzlei Gille**, Hans-Böckler-Str. 3, 53225 Bonn
- **Radladen Hoenig**, Hermannstr. 30, 53225 Bonn
- **Sanitätshaus Hohn**, Gangolfstr. 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-Liebig-Str. 20, 53121 Bonn
- **Kröber Hören + Sehen**, Sternstr. 73, 53111 Bonn
- **LOW FAT konkret**, Petra Frings, Siegburger Str. 32, 53225 Bonn
- **Mareike Laabs**, ShenDo Shiatsu-Praktikerin/Physiotherapeutin, Husarenstr. 9, 53117 Bonn
- **Claudia Manz, Sport-Shiatsu-Massage**, Mechenstr. 57, 53129 Bonn
- **PAX Bruderhilfe**, Gabriele-Münter-Weg 3, 53859 Niederkassel
- **Peugeot Rheinland GmbH**, Vorgebirgsstr. 94, 53119 Bonn
- **Rochus-Apotheke**, Rochusstr. 249, 53123 Bonn
- **Kosmos-Apotheke**, Rochusstr. 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, Deutschherrenstr. 189, 53179 Bonn
- **Service Karte von Gut Nass**
- **Ski & Fun GmbH**, Wiedstr. 7, 53859 Niederkassel
- **Schlafsysteme Sleeping Art**, Oberrnierstr. 10, 53119 Bonn
- **Schmidt-Rudersdorf Fliesen**, Christian-Lassen-Str. 6, Gewebegebiet Bonn-Buschdorf
- **Sportpartner Bonn**, Wenzelgasse/Friedrichstr., 53111 Bonn
- **Sportpraxis Bonn**, Colmantstr. 21, 53115 Bonn
- **Sport-Service-Werkhausen**, im Schwimmbad Sportpark Nord
- **Parfümerie Vollmar GmbH**, Sternstr. 64, 53111 Bonn
- **Sport Vossen**, Mommsenstr. 72, 50935 Köln
- **Tanzschule Wertenbruch**, Heerstr. 181, 53111 Bonn
- **Praxis für Osteopathie & Physiotherapie, Christian Wolski und Carsten Meyer**, Irmintrudisstr. 19, 53111 Bonn
- **Wonneberger Sauna-Centrum & Physiotherapie**, Adolfstr. 42-44, 53111 Bonn
- **7G runergy**, Bahnhofstraße 6, 53604 Bad Honnef

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



Ausgezeichnet!  
STADTWERKE  
AWARD 2011

## Wir fördern Kinder und Jugend!

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

[stadtwerke-bonn.de](http://stadtwerke-bonn.de)