

Das neue Wasserlandbad

Unser Statement zum Bürgerentscheid | Seite 14–16

„Animal walks“ – 3 Übungen für Zuhause | Seite 17

Tischtennis 1. Herren: Sensation in der Landesliga | Seite 24



Sleeping Art

SCHLAFKONZEPTE

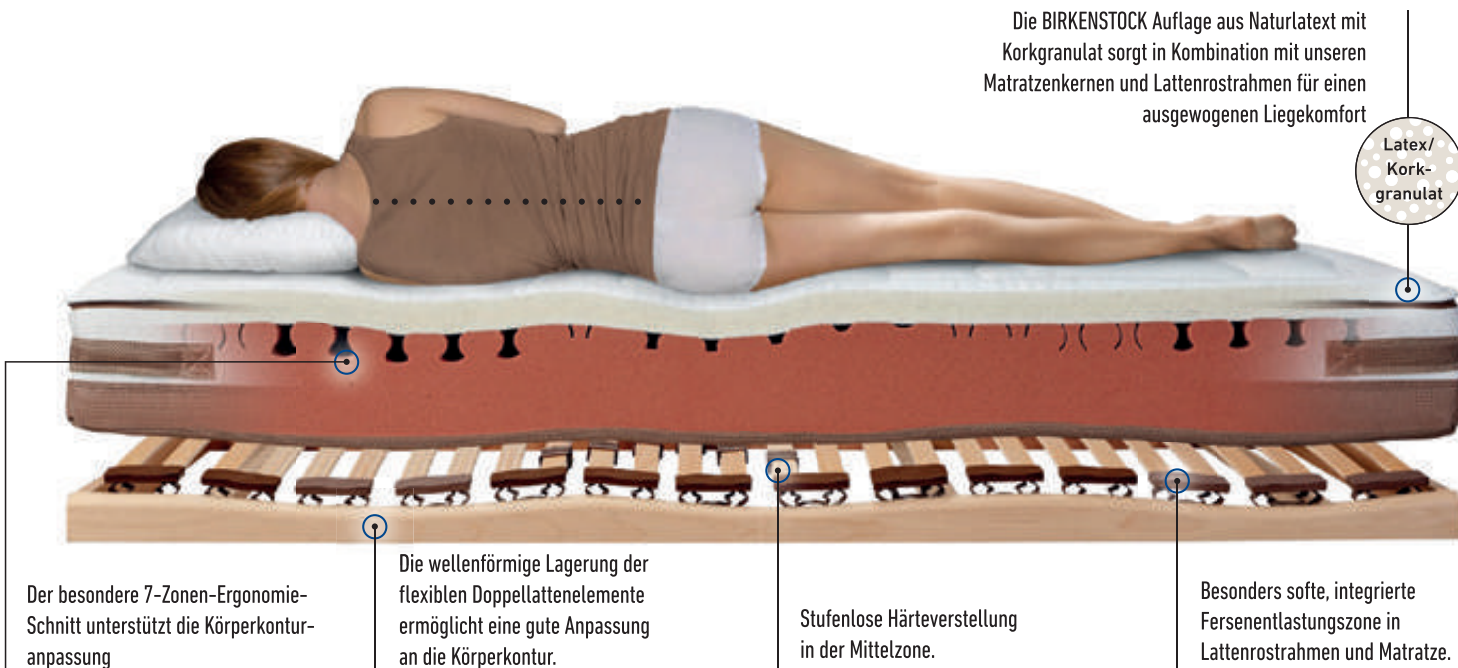
Neu und
exklusiv bei
Sleeping Art
in Bonn

VOM FUSSBETT ZUM SCHLAFSYSTEM

BIRKENSTOCK überträgt seine Kernkompetenz des unnachahmlichen Tragekomforts und des damit verbundenen Wohlgefühls auf eine neue Produktlinie: BIRKENSTOCK Schlafsysteme und Betten gewährleisten hohe Punktelastizität und besondere Konturanpassung zur Regeneration des gesamten Bewegungsapparats. Form und Funktion der neuen Betten, Lattenroste und Matratzen sind an die menschliche

Anatomie angepasst und bieten beste Voraussetzungen für gesundes Liegen und erholsamen Schlaf. Charakteristisch dafür ist die speziell entwickelte BIRKENSTOCK Auflage aus Naturlatex und Korkgranulat, die besonders gute Dämpfungseigenschaften bietet.

DAS BIRKENSTOCK KÖRPERKONTURSYSTEM...



BIRKENSTOCK®

KREAMAT®
ORIGINAL BEDS

swissflex
Finest sleep technology.

TRECA
PARIS

superba®
Schweizer Schlafkultur



NEIN IM BÜRGERENTSCHEID

Der SSF Vorstand unterstützt weiterhin die Neuordnung der Bonner Bäderlandschaft und das NEIN im zweiten Bonner Bürgerentscheid

Wie ist die aktuelle Situation?

Im ersten Bürgerentscheid 2017 votierten 50.072 Bürger und Bürgerinnen gegen die Sanierung des Kurfürstenbades und 46.888 hätten sich eine Sanierung des Bades gewünscht. Nach diesem Ergebnis wurden die Planungen zur Neuordnung der Bonner Bäderlandschaft fortgesetzt. Dies beinhaltet neben dem Neubau auch die Sanierung des Hardtberg Bades und im Anschluss daran die Sanierung der Beueler Bütt. Nachdem der Stadtrat in seinem Beschluss von 2016 die Stadtwerke zunächst mit den Planungen für ein neues Bad beauftragt hatte, erfolgte im Dezember 2017 der Baubeschluss durch den Stadtrat. Gegen diesen Beschluss organisierten unterschiedliche Interessengemeinschaften ein neues Bürgerbegehren. Die Rechtmäßigkeit und den erfolgreichen Abschluss dieses Begehrens stellte der Rat in seiner Sitzung am 03.05.2018 fest, ohne sich dem Begehren anzuschließen. Somit folgt jetzt der nächste Bürgerentscheid.

Entsteht durch den Neubau eine Zentralisierung der Bäderlandschaft in Bonn?

Nein, es wird weiterhin 14 Bäder verteilt auf das Bonner Stadtgebiet geben. Neben dem Neubau stehen künftig folgende Bäder zur Verfügung: Nach Sanierungen und Reparatur das kombinierte Frei- und Hallenbad Hardtbergbad und die Beueler Bütt sowie das Bad im Sportpark Nord, die Freibäder Römerbad, Ennertbad, Melbbad, Friesi und Rüngsdorf, sowie fünf Lehrschwimmbecken in der Derletalschule, der Ludwig-Richter-Schule, der Rheinschule, der Bodelschwingschule und im Konrad-Adenauer-Gymnasium.

Welche Auswirkung hat der Bürgerentscheid auf das Kurfürsten Bad?

Die Schließung des Bades wurde 2017 beschlossen und kann nicht durch den aktuellen Bürgerentscheid aufgehoben werden.

Was spricht aus schwimmsportlicher Sicht für den Neubau und die damit verbundene Schließung des Frankenbades?

Ein Kernstück des Nutzungskonzeptes für das Wasserlandbad ist der separate Sport- und Schulschwimmbereich. Das Sportbecken wird 10 Startbahnen haben und in seiner Ausstattung den Richtlinien des DSV der Kategorie A entsprechen. Für das Raumprogramm ist eine Ausstattung der Kategorie B vorgesehen sowie zahlreiche optionale Voraussetzungen, um auch internationale Veranstaltungen oder Deutsche Meisterschaften auszurichten.

Diese Voraussetzungen erfüllt das Frankenbad schon lange nicht mehr. Planungen für eine Sanierung mit gleichzeitiger Sicherstellung einer Wettkampfstätte nach Maßgabe der DSV Bau-, und Ausstattungsrichtlinien gibt es nicht.

Ein weiterer wichtiger Punkt ist die im neuen Bad vorhandene Barrierefreiheit in allen Bereichen. Damit wird es erstmals in Bonn möglich sein, Trainingsgruppen für Menschen mit Behinderung zu schaffen und ihnen die Teilnahme an Wettkämpfen zu ermöglichen bzw. Wettkämpfe gemeinsam mit dem Deutschen Behinderten Verband auszurichten.

Warum spricht sich der Vorstand damals wie heute für den Neubau aus und empfiehlt, den Bürgerentscheid abzulehnen?

Seit dem Frühjahr 2017 mussten die Beueler Bütt, sowie die Schulschwimmbäder im Konrad-Adenauer-Gymnasium und in der Derletalschule wegen erheblicher baulicher oder technischer Mängel für längere Zeit ge-



Foto: Anne-Marie Nierkamp

schlossen werden. Dadurch ist nicht nur für die schwimmsporttreibenden Vereine eine schwierige Situation entstanden. Auch das Schulschwimmen in Bonn kann zurzeit nicht im vorgeschriebenen Rahmen durchgeführt werden. Die im Bäderhaushalt vorhandenen Mittel reichen aber höchstens für die bereits beschlossene Sanierung von Hardtbergbad und Beueler Bütt aus. Für das Frankenbad gibt es weder eine Planung noch eine finanzielle Grundlage. Dies hätte zur Folge, dass der Notstand in der Bonner Bäderlandschaft auf unabsehbare Zeit weitergehen würde.

Schon jetzt kommt das Bad im Sportpark Nord an seine Auslastungsgrenzen und kann in Zukunft kaum für Entlastung insbesondere im Schulschwimmen dienen, der Druck würde sich aber weiter verstärken.

Welche Vorteile bietet der Neubau aus Sicht der SSF Bonn?

Durch das neue Bad wird es in Bonn deutlich mehr Wasserfläche für alle Interessengruppen geben. Da das Bad im Sportpark Nord ein reines Schwimmbad ist, werden auch SSF Mitglieder von dem zusätzlichen Angeboten für alle Altersgruppen und dem Wellnessbereich profitieren.

Der geplante Sportbereich bietet die besten Möglichkeiten auch weiterhin Schwimmwettkämpfe in Bonn auszurichten und auch Sportler mit Behinderung an diesen Wettkämpfen teilnehmen zu lassen.

Ein Erfolg der Bürgerinitiativen würde die dringend notwendige Ausweitung der Wasserflächen, sowie die Teilhabe von Menschen mit Behinderung am Schwimmen in einem öffentlichen Bad auf unbestimmte Zeit verhindern. ■

(Ute Pilger)

NEIN IM BÜRGERENTSCHEID

- für mehr Schwimmsport in Bonn
- für gesichertes Schulschwimmen in Bonn
- für barrierefreies Schwimmen in Bonn

Bettssysteme Matratzen Luftbetten Boxspringbetten Schlafsofas Schranksysteme Einbauschränke nach Maß



Sleeping Art Potsdamer Platz 2 53119 Bonn (am Verteilerkreis, unser P hinter ARAL)

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

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

INHALTSVERZEICHNIS

IMPRESSUM	S. 05
-----------	-------

VEREINSNACHRICHTEN

Termine und Neuigkeiten	S. 05
Festival 2018	S. 05
Worriken 2018	S. 05
Mountainbike Tour 2018	S. 06
Datenschutz nach neuer Rechtslage	S. 06
Alhassane Baldé startet hoch motiviert in die neue Saison	S. 07
Eine sympathische Sportlerin sagt leise adieu	S. 07
10 Jahre OGS Karlschule	S. 08
Sergej Tews besteht Ausbildereignungsprüfung	S. 08
KiA-Kurse und -Gruppen	S. 08
Team Aktuell	S. 09
NEU bei den SSF Bonn: Beach-Volleyball-Turniere	S. 10

KINDERSEITE

Das Kreuzworträtsel	S. 11
---------------------	-------

SSF KÖPFE

Wir stellen die SSF-Familie vor: Helmut Burkhard	S. 12
--	-------

FOOD-SEITE

FOOD FACTS: Perfekt in den Sommer kommen	S. 13
Eistee	S. 13

LEITARTIKEL

Das neue Wasserlandbad	S. 14–16
------------------------	----------

FIT IM WOHNZIMMER

„Animal walks“	S. 17
----------------	-------

ABTEILUNGEN

Floorball	S. 18
Judo	S. 19–20
Kyudo	S. 20
Lacrosse	S. 21
Fünfkampf	S. 22
Schwimmen	S. 22
Tauchen	S. 23
Tischtennis	S. 24
Volleyball	S. 25–26

VEREINSINFOS

Clubinfo	S. 27
Offener Bewegungstreff	S. 28
Kurse	S. 29
Abteilungsinfos	S. 30
Unsere Partner	S. 31



IMPRESSUM

Sport-Palette

Herausgeber:

Schwimm- und Sportfreunde Bonn
1905 e. V.

Redaktion:

Christoph Mertens, Anne-Marie Nierkamp,
Maike Schramm und Fabian Welt

Redaktionsanschrift:

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

E-Mail: palette@ssfbonn.de

Redaktionsschluss:

28. Februar
31. Mai
15. August
15. November

Erscheinungsweise:

4 x jährlich:
März
Juni
September
Dezember

Herstellung:

Schwimm- und Sportfreunde Bonn
1905 e. V.

Design/Layout/Satz

intention Werbeagentur GmbH
www.intention.de

Druck:

Druckmüller GmbH, Malsfeldstraße 18,
57539 Roth

Papier:

Chlorfrei gebleicht

Großes Titelfoto:

Stadtwerke Bonn

Aus Gründen der Lesbarkeit verwenden wir das generische Maskulinum.
Für unverlangte Einsendungen übernehmen Redaktion und Verein keine Verantwortung. Jedwede Verwendung sowie Vervielfältigung von Inhalten aus der Sport-Palette erfordert die schriftliche Zustimmung der Redaktion.

TERMINE UND NEUIGKEITEN

16.06.	11:00–16:00 Uhr Kia Sommer- und Familienfest
29.06.	19:00 Uhr Tischtennis Vereinsmeisterschaften für Jungen und Mädchen, Turnhalle Jahmschule
30.06.	17:00 Uhr Schleifchenturnier der SSF Tischtennisabteilung, Turnhalle Jahnschule
07.08.–24.08	Ferienfreizeit für Jugendliche
20.08.–24.08	SSF Sommercamp
01.09.	SSF Festival
10.09.	Gesamtvorstandssitzung
19.09.	Delegiertenversammlung um 19.30 Uhr im Pastacasa

Aktuelle Termine und Terminänderungen finden Sie unter www.ssfbonn.de/termine.html.

FESTIVAL 2018

Am 01.09.2018 findet das diesjährige SSF Festival auf dem Münsterplatz statt. Wie in den vergangenen Jahren stellen sich an diesem Tag alle unsere Sportarten vor und es gibt ein abwechslungsreiches Mitmach- und Bühnenprogramm. Zwischen 11.00 und 17.00 Uhr informieren wir euch an über 20 Ständen über unser vielseitiges Angebot. Und das Beste: alle, die sich an diesem Tag für eine Mitgliedschaft im Verein entscheiden, sparen die Aufnahmegebühr. Musikalische Unterhaltung gibt es an diesem Tag von „Soulcake“ und „Sixties United“.

(Anne-Marie Nierkamp)



Foto: Fabian Welt

WORRIKEN 2018



Foto: Anne-Marie Nierkamp

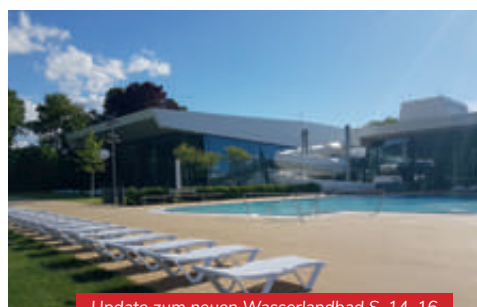
Unsere diesjährige Kinderfreizeit ging nach gut 20 Jahren nicht wie gewohnt ins Ferienzentrum Schloss Dankern, sondern zum aller ersten Mal ins Sport- und Freizeitzentrum Worriken in Belgien. 35 Kinder im Alter von 6–12 Jahren nahmen an der Freizeit teil. Voller Tatendrang und hochmotiviert machte sich die Gruppe am 23.03.2018 mit einem großen Reisebus in Richtung Belgien auf. Den Kindern stand eine Woche voller Sport, Spiel und Spaß bevor. Der erste Abend stand ganz unter dem Motto „Kennenlernen und Ankommen“. Die Häuser wurden bezogen und kleine Spiele zum Kennenlernen gespielt.

In den darauf folgenden Tagen konnten sich die Kinder in verschiedensten Wettkämpfen und Sportspielen duellieren und ihr Können unter Beweis stellen. In Gruppen von 6–8 Kindern kämpften die Kinder die ganze Woche um den begehrten Titel des „Worriken-Königs“. Verschiedenste Sportwettkämpfe wie ein Fußballturnier, ein Floorballturnier, ein Wasserballspiel, eine Stadtrally, Lauf- und Geschicklichkeitsspiele oder auch das Klettern im Hochseilgarten standen als Programmpunkte auf der Tagesordnung. Gekocht wurde natürlich auch, gemeinsam in den Häusern, sodass alle Kinder auch immer bestens auf die nächsten Herausforderungen vorbereitet waren. Abgeschlossen wurde die Woche mit einem „Bunten Abend“ in der Turnhalle. Hier wurden die Preise übergeben und die Gewinner gekürt. Jedoch ging kein Kind leer aus, da es für jeden Teilnehmer Urkunden gab. Wir waren sehr froh, in diesem Jahr eine neue Ferienfreizeit ausprobiert zu haben und freuen uns auch schon im kommenden Jahr wieder mit euch wegzufahren.

(Fabian Welt)



Abschied von Lena Schöneborn auf Seite 7



Update zum neuen Wasserlandbad S. 14–16



Rezeptemfehlung: Erfrischender Eistee auf Seite 13

Wir empfehlen Ihnen unsere Partner und Anzeigenkunden und freuen uns, wenn Sie die Angebote nutzen.

MOUNTAINBIKE TOUR 2018

In den Pfingstferien fand unsere Mountainbike Tour zum vierten Mal in Kooperation mit dem Jugendzentrum „Uns Huus“ statt. Wie bereits in den letzten Jahren fuhren wir auf den Campingplatz nach Bad Harzburg, um von dort aus den Harz per Rad zu erkunden. Am späten Nachmittag erreichten wir unser Ziel. Nach dem Lageraufbau und Abendessen ging es dann zeitig schlafen, um am nächsten Tag für die erste große Tour fit zu sein. Die Räder wurden uns am folgenden

Tag geliefert und Markus, unser Guide, der die Wege im Harz in und auswendig kennt, kam zu unserer Gruppe hinzu. Nach einer Einweisung in die Räder und Fahrsicherheitstraining machten wir uns auf den Weg zur ersten Tour, die 23 km lang war und einige Anstiege, aber auch schöne Abfahrten für uns bereithielt. Leider wurde der Tag von einem Sturm überschattet. Zum Glück war es „nur“ eine kleine Wunde, die am Knie genäht werden musste und der Teilnehmer kam an-

sonsten mit vielen Schürfwunden davon. Abends wurde gegrillt und der Abend am Lagerfeuer verbracht. Am zweiten Tag mussten wir die Tour aufgrund von Regen verkürzen und fuhren nur einen kurzen Singletrail, der es aber es in sich hatte. Viele Wurzeln ließen die kurze Strecke zu einem Abfahrtsvergnügen werden. Den Abend ließen wir wieder am Lagerfeuer ausklingen, ehe es tags drauf früh nach Bonn zurückging. ■

(Anne-Marie Nierkamp)

DATENSCHUTZ NACH NEUER RECHTSLAGE

Seit dem 25.05.2018 ersetzt die **Datenschutz-Grundverordnung** (DSGVO) die bisherigen Datenschutzregeln in den Mitgliedsstaaten der Europäischen Union (EU), so auch das bisherige Bundesdatenschutzgesetz. Damit gilt jetzt ein einheitliches Datenschutzniveau in der gesamten EU, das auch von Institutionen außerhalb der EU zu beachten ist, soweit diese ihre Geschäfte im EU-Wirtschaftsraum tätigen. Aufgrund sog. Öffnungsklauseln gibt es auch ein neues Bundesdatenschutzgesetz (BDSG-neu), das aber nur in wenigen Punkten über die DSGVO hinaus für uns relevant ist. Zusammenfassend kann man sagen, dass das alte deutsche Datenschutzrecht weitgehend mit den Bestimmungen der DSGVO übereinstimmt, diese aber einige neue Schwerpunkte setzt, deren nicht immer klar definierte Umsetzungserfordernisse eine Hauptursache für die derzeitigen verbreiteten Verunsicherungen ist. Da der Schutz personenbezogener Daten als Grundrecht auf informationelle Selbstbestimmung nach dem Grundgesetz sowie als Primärrecht der EU anerkannt ist, mussten und haben wir diesen im Verein auch schon nach altem Datenschutzrecht ernst genommen. So hat der Verein bereits seit 2009 einen Datenschutzbeauftragten, der seitdem als vornehmlichste Maßnahme in vielen Datenschutzeinweisungen die Vereinsmitglieder und Trainer/Übungsleiter, die personenbezogene Daten im Rahmen ihrer Vereinsarbeit verarbeiten, für die Erfordernisse des Datenschutzes sensibilisiert hat. Damit kann – unabhängig von Formalien – am besten verhindert werden, dass unbedacht mit den anvertrauten schützenswerten Daten umgegangen wird.

Hier nochmals einige Grundsätze, die sich in der DSGVO widerspiegeln:

Nach wie vor gilt, dass bezogen auf personenbezogene Daten zunächst alles verboten ist, was nicht ausdrücklich erlaubt wurde. Die Erlaubnis kann durch eine Einzelerlaubnis (zum Nachweis möglichst in schriftlicher Form!) oder durch sonstige Regelungen (Verträge, Gesetze, Verord-

nungen, Betriebsvereinbarungen etc.) erfolgen. Im Falle der **Einwilligung** gilt, dass diese **freiwillig** sein muss, **nur für den benannten Zweck** gilt und **in leicht verständlicher Sprache** zu erfolgen hat. **Auf die Möglichkeit des Widerrufs muss hingewiesen werden**; dieser muss genauso einfach sein wie die Einwilligung (DSGVO, Art. 7). Bei Jugendlichen gilt jetzt eine generelle **Altersgrenze von 16 Jahre**. Darunter ist eine **Einwilligung „durch den Träger der elterlichen Verantwortung“ erforderlich** (DSGVO, Art. 8). Darüber hinaus legt die DSGVO großen Wert auf die Definition der **Rechte der betroffenen Personen**. Jede natürliche Person hat jederzeit ein **Auskunftsrecht** über ihre von einer Institution gespeicherten Daten (DSGVO, Art. 15). Sie hat darüber hinaus ggf. ein **Recht auf Berichtigung** (Art. 16), ein **Recht auf Löschung**/"**Vergessenwerden**" (Art. 17) und ein **Recht auf Einschränkung der Verarbeitung** (Art. 18). Darüber hinaus besteht eine **Mitteilungspflicht an alle Empfänger personenbezogener Daten** im Zusammenhang mit Berichtigung, Löschung und Einschränkung der Verarbeitung (Art. 19). Es gelten weiterhin die Grundprinzipien bei der Verarbeitung personenbezogener Daten, nämlich **Zweckbindung** und **Datensparsamkeit** (nur die für den Zweck notwendigen Daten), **Datensicherheit** (vor Verlust oder unberechtigter Weitergabe), **Transparenz** der Datenerhebung/Direkterhebungsgrundsatz (i. d. R. Erhebung bei der betroffenen Person selbst) sowie ein **Löschgebot** (fällt der Zweck weg, fällt auch die Erlaubnis zur Datennutzung weg. Zu beachten sind hier allerdings etwaige Aufbewahrungsfristen. Insbesondere nach dem Steuerrecht müssen wir als Verein sogenannte Geschäftsbriefe (einerlei, ob in Papier oder elektronisch) auch nach Erledigung der „Geschäfte“ bis zum Ablauf der gesetzlichen Fristen aufbewahren. Diese Dokumente sind dann jedoch für jede Einsichtnahme – außer einer solchen des Finanzamtes im Rahmen einer Betriebsprüfung – zu sperren.

Und wenn wirklich mal etwas passiert ist

Eine Meldung an die zuständige Aufsichtsbehörde (Art. 33) möglichst innerhalb von 72 Stunden und „unverzüglich“ an die betroffenen Personen (Art. 34) ist notwendig, sofern die Verletzung des Schutzes personenbezogener Daten voraussichtlich ein hohes Risiko für die persönlichen Rechte und Freiheiten natürlicher Personen zur Folge hat. Das heißt in unserem Falle, dass immer unverzüglich die Vereinsleitung und der Datenschutzbeauftragte zu informieren ist, wenn ein solcher Vorfall eingetreten ist oder auch nur sein könnte!

Der größte Unterschied zum bisherigen Datenschutzrecht besteht in einer erheblichen Anhebung der Bußgeldhöhe. Betrug das maximale Bußgeld nach dem alten BDSG maximal 300.000 €, so wird die Maximalhöhe nach der DSGVO auf 20.000.000 € bzw. 4 % des weltweiten Jahresumsatzes (je nachdem, welcher Betrag höher ist) erheblich angehoben. Wobei davon auszugehen ist, dass mit diesen Obergrenzen in erster Linie die weltweit tätigen Daten-Kraken, wie Google, Facebook, Amazon etc., zur Raison gebracht werden sollen, denen wir wohl auch in erster Linie dieses EU-weit gültige Datenschutzrecht „zu verdanken“ haben.

Zusammenfassend sollten wir in erster Linie dankbar sein, dass es gelungen ist ein EU-weit einheitliches Datenschutzniveau zu erreichen, wenn auch unter Inkaufnahme einiger zusätzlicher bürokratischer Regelungen und auch Verunsicherungen durch interpretationswürdiger Formulierungen in der neuen Gesetzgebung. Und dass wir jetzt mehr Anstrengungen in der Erstellung und Pflege eines „**Verzeichnisses von Verarbeitungstätigkeiten**“ personenbezogener Daten investieren müssen, sollten wir auch als Chance sehen, ein klareres Bild darüber zu erhalten, wie wir mit den uns anvertrauten Daten unserer Mitglieder, Beschäftigten, Kunden, Lieferanten und Interessenten umgehen. ■

(Alfons Kruse)

ALHASSANE BALDÉ STARTET HOCH MOTIVIERT IN DIE NEUE SAISON



Die Vorbereitung auf die neue Saison verlief für den Rennrollstuhlfahrer Alhassane Baldé leider sehr wechselhaft. Insbesondere Rückenprobleme hinderten ihn immer wieder an einer ungestörten Vorbereitung. Jetzt geht es aber wieder los und mit einem neuen Rennstuhl ist Alhassane doch positiv gestimmt: „Die Rennen in Nottwill werden mir und meinem Trainer Alois Gmeiner zeigen, wie mein Leistungsstand auf dem Weg zur EM in Berlin ist“ Auf der schnellen Mondobahn in Nottwil fanden in den letzten Maitagen jeweils zwei Wettkampfwochenende statt. Das „who is who“ der Rennstuhlfahrer traf sich dort. Aber nicht nur zu den Wettkämpfen, auch in gemeinsamen Trainingseinheiten wurde weiter an der Form geschliffen. Schon diese ersten Rennen haben gezeigt, dass das Niveau im Rennrollstuhlsport immer höher wird. Mit seinen Wettkampfergebnissen zeigte sich Alhassane sehr zufrieden. Insbesondere seine neue Bestzeit über 400 m lässt ihn positiv auf den weiteren Saisonverlauf schauen. ■

(Ute Pilger)

EINE SYMPATHISCHE SPORTLERIN SAGT LEISE ADIEU

Mit 31 Jahren beendet Lena Schöneborn ihre sportliche Laufbahn und freut sich auf einem neuen Lebensabschnitt. Es gibt nur wenige Sportler und Sportlerinnen, die ihre Sportart so geprägt haben, wie Lena Schöneborn den Modernen Fünfkampf. Mit 14 Jahren entdeckte Lena die Vielseitigkeit des Fünfkampfs für sich. Den Einstieg schaffte sie bei der Nachwuchsmannschaft der SSF Fünfkämpfer und blieb ihren SSF immer treu, auch wenn ihr Lebens- und Trainingsmittelpunkt seit vielen Jahren in Berlin ist.

Als 17-Jährige gab sie ihr Debüt im Weltcup und mit 18 Jahren wurde sie erstmals Junioren- Weltmeisterin und holte mit der Staffel Gold bei den Weltmeisterschaften in der offenen Klasse. 2008 folgte dann der größte Erfolg: Lena wurde mit 20 Jahren Olympiasiegerin. Diese Medaille war nach dem Erfolg von Gotthardt Handrick, 1936 in Berlin, die erste deutsche Olympiamedaille im Modernen Fünfkampf nach 72 Jahren und machte Lena zum Star in ihrer Sportart. Bis zum Ende ihrer Karriere folgten dann noch zahlreiche Weltcupsiege, 7 Weltmeistertitel und 6 Europameistertitel, dazu unzählige Deutsche Meisterschaften und zahlreiche Ehrungen. Mit dem Gewinn des WM Titels 2015 bei der Heim-WM in Berlin erfüllte sich für Lena ein weiterer sportlicher Traum. 17 Jahre Leistungssport waren geprägt von zahlreichen schönen und unvergesslichen Momenten und Erfolgen, unendlich vielen Trainingsstunden, vielen strapaziösen Wettkämpfen, aber auch großen oder kleineren Misserfolgen. Mit ihrem Einsatzwillen und ihrem fokussierten Auftreten bei Wettkämpfen war und ist Lena ein Vorbild für zahlreiche Nachwuchssportler. Dies hat sie auch immer wieder an die Mitglieder des SSF Perspektivteams weitergegeben. Es ist schön, wenn eine so sympathische Sportlerin wie Lena nach 17 Jahren Leistungssport zufrieden zurückschaut und sich auf ein Leben ohne den Sport freut. Wir wünschen Lena alles Gute und viel Erfolg auf ihrem weiteren Lebensweg. ■

(Ute Pilger)



Lena mit der Bundestrainerin Kim Raisner beim Weltcupfinale 2016

Foto: DVVf

cityfahrschule.de
Ihre Nr. 1
Bonn, Siegburg und Troisdorf!

Bonn - Zentrum
Bertha-v.-Suttner-Pl. 8
Tel: 0228 / 63 77 22

Bonn - Duisdorf
Rochusstraße 230
Tel: 0228 / 937 990 99

Troisdorf - Zentrum
Kölner Str. 161
Tel: 02241 / 88 17 227

Siegburg - Zentrum
Kaiserstraße 96
Tel: 02241 / 59 10 10

Wir sind Mitglied und Kooperationspartner

20% Rabatt
auf die Grundgebühr für alle Vereinsmitglieder der **SSF Bonn!**

Mehr als 20 x wöchentlich Theorie, auch vormittags und samstags! Somit sehr schnell oder Termine zum Aussuchen!

Ihr Geschenk* kostenlos:

- ▶ Erste Hilfe-Kurs
- ▶ Sehtest und 4 Passfotos
- ▶ 2 Tage kostenlos SMART fahren

*Genauer im Büro erfragen

... die Fahrschule, die Spaß macht!

Verkehrsinstitut und Fahrschule
Aus- und Weiterbildung LKW/ BUS

auch mit Bildungsgutschein Lkw und Bus-Führerschein

EU-Berufskraftfahrer Lkw/Bus • Beschleunigte Grundqualifikation
Weiterbildung nach dem BKrFQG (Module) • Gefahrgut ADR
Stapler-Schulung • Ladungssicherung • Sattelzug-Ausbildung

TROISDORF, Kölner Str. 161 • Tel. 02241- 88 17 227
BONN, Rochusstr. 230 • Tel. 0228-937 99099 • cf-berufskraftfahrer.de

10 JAHRE OGS KARLSCHULE

Mit einem großen Schulzirkus feierte die OGS Karlschule ihr mittlerweile über 10-jähriges Bestehen und genauso lange sind auch wir, die SSF Bonn, schon als Träger dieser OGS tätig. 2007 erhielten wir den Zuschlag für die Trägerschaft der damals neu ins Leben gerufenen OGS. Seither ist dieses Modell einer Trägerschaft eine richtige Erfolgsgeschichte.

Diese Erfolgsgeschichte wurde am 18.05.2018 im Rahmen des Schulfestes gebührend gefeiert. Gemeinsam mit Vertretern der Bonner Lokalpolitik und der Stadtverwaltung staunten die Eltern, Lehrer und Betreuer der OGS Karlschule nicht schlecht, als ihre Kinder die hart einstudierten Zirkusnummern präsentierten. Unter tosendem Applaus aller Beteiligten durften sich die rund 200 Schulkinder (100 OGS Kinder) für ihre erbrachten Leistungen feiern lassen.



Ein großer Dank geht an den Kölner Spielezirkus, welcher im Rahmen einer Projektwoche die einzelnen Zirkusnummern mit den Kindern und immer wieder geprobt hat. Abschließend geht noch ein großer Dank an das

gesamte OGS Team, welches seit nun schon über 10 Jahren eine hervorragende Arbeit in der Karlschule leistet.

Wir hoffen auf weitere, genauso erfolgreiche, 10 Jahre OGS Karlschule. ■ (Fabian Welt)

SERGEJ TEWS BESTEHT AUSBILDEREIGNUNGSPRÜFUNG

Ab sofort sind wir offizieller Ausbildungsbetrieb für den Ausbildungsberuf des „Fachangestellten für Bäderwesen“. Unser langjähriger Badleiter Sergej Tews hat in den letzten Wochen erfolgreich seine Ausbilder-eignungsprüfung bei der IHK abgelegt und ist nun berechtigt diesen Beruf zu lehren. Dies bringt uns in die glückliche Situation unsere

Nachwuchskräfte ab sofort selbst ausbilden zu können. Die Ausbildung zum Fachangestellten für Bäderwesen geht über 3 Jahre und beginnt zum 01.08.2018.

Aktuell sind wir auch noch auf der Suche nach neuen Auszubildenden! Über eure Bewerbungen freuen wir uns sehr. ■ (Fabian Welt)



KiA-KURSE UND -GRUPPEN

Kia ab September 2018

Ab Anfang Juli könnt ihr euch für die neuen KiA Kurse anmelden. Weitere wichtige Informationen erhaltet ihr auf unserer Homepage. Die Kursgebühr für Mitglieder beträgt 30 €. Für die Kurse ab Frechdachse ist eine Mitgliedschaft im Verein Voraussetzung. An den KiA-Mini-Kursen können auch Nichtmitglieder teilnehmen. Diese zahlen 70 € pro Kurs.

Wie anmelden?

Anmeldeformulare gibt es an der SSF-Infotheke oder per Anfrage via Mail an kia@ssfbonn.de.

(Anne-Marie Nierkamp)

KiA Minis (1–4 Jahre)		
Montag	09.30–10.30 / 10.30–11.30 Uhr	Fechtinternat
	15.00–16.00 / 16.00–17.00 Uhr	Ludwig-Erhard-Berufskolleg 1
Dienstag	16.00–17.00 Uhr	Karlschule
Mittwoch	16.00–17.00 Uhr	Karlschule
Donnerstag	16.00–17.00 / 17.00–18.00 Uhr	Sportpark Nord
Freitag	15.00–16.00 / 16.00–17.00 / 17.00–18.00 Uhr	Karlschule
KiA Frechdachse (5–6 Jahre)		
Montag	16.00–17.00 Uhr / 17.00–18.00 Uhr	Ludwig-Erhard-Berufskolleg 2
Donnerstag	17.00–18.00 Uhr	Karlschule
KiA Füchse (7–8 Jahre)		
Montag	16.00–17.00 Uhr	Karlschule
Donnerstag	15.00–16.00 Uhr	Sportpark Nord
	16.00–17.00 Uhr	Schwimmbad Sportpark Nord*
KiA Tiger (9–10 Jahre)		
Dienstag	16.00–17.00 Uhr	Schwimmbad Sportpark Nord*
	17.00–18.00 Uhr	Sportpark Nord
KiA Giraffen (11–12 Jahre)		
Mittwoch	17.00–18.00 Uhr	Sportpark Nord

*nur für Kinder, die mindestens das Bronze- Abzeichen besitzen

TEAM AKTUELL

Ein Deutscher Meistertitel, zwei Deutsche Altersklassen Meister sowie ein zweiter Platz sind die erfolgreichen Ergebnisse zum Saisonstart.

Judokas machten den Anfang

Bereits im April wurden Malin Fischer und Jano Rübe Deutsche Altersklassen Meister U18 im Judo. Jano hatte bereits 2017 die Bronze Medaille gewonnen, konnte sich in den letzten Wochen aber noch einmal deutlich steigern und mit viel Kampfgeist reichte es am Ende zum Sieg. Malin zeigte schon im gesamten Saisonverlauf starke Leistungen und wurde am Ende verdient Meisterin. Auf Grund ihrer konstanten Leistungen sicherte sie sich den Start bei den U18 Europameisterschaften in Sarajevo.

Bei den Fünfkämpfern ging es im April um die Titel in der Altersklasse U17

Die Meisterschaften waren gleichzeitig die Qualifikation für die Junioren Europameisterschaften im Juni und entsprechend gut waren auch die Leistungen der Sportler.

Mona Laaroussi mit Platz 2 und Timon Levai mit Platz 3 schafften den Sprung ins J-EM Team.

Randi Kleebaum und das Dragon Team wurden deutscher Meister

Am 26. und 27. Mai spielten die besten deutschen Floorball Damen auf dem Kleinfeld um Meisterehren. Das Team der SSF Dragons mit Spielführerin Randi Kleebaum erreichten als Gruppenerste das Finale. Dieses war dann ein reines NRW-Duell, in dem die SSF Drachen die Füchse aus Dümpten mit 6:3 besiegten. Am Ende des Turniers wurde Randi Kleebaum als Topscorerin ausgezeichnet.

Triathleten laufen sich warm.

Nach langer Vorbereitungszeit ist die Saison mit dem ersten Wettkampf zum Deutschland Cup der Junioren gestartet. Dort belegte Hannah Stegmaier einen sehr guten 9. Platz. Richtig los geht es im Juni mit den Rennen in der 1. und 2. Bundesliga.

In der Hauptstadt trafen sich die besten deutschen Nachwuchsschwimmer

1412 Schwimmer und Schwimmerinnen haben von 29.05. bis 02.06.2018 an den Deutschen Jahrgangsmeisterschaften teilgenommen und in den unterschiedlichen Disziplinen um die Meistertitel gekämpft. Rebecca Dany startete auf 6 Strecken und erreichte über 50 m Schmetterling, 200 m Lagen, und 400 m Freistil die Finalläufe.

Mona Laaroussi und Smila Maier siegten bei den Italienischen Staffelleisterschaften

Am ersten Juni-Wochenende fanden in Rom die Italienischen Staffelleisterschaften im Modernen Fünfkampf mit internationaler Beteiligung statt. Mit Platz 1 und Platz 2 gab es einen Doppelerfolg für die Juniorinnen der modernen Fünfkämpfer der SSF Bonn. Die Perspektivteam Sportlerinnen Mona Laaroussi und Smila Maier siegten vor ihren jungen Teamkolleginnen Alexander Sundermann und Finia Friederich.

Alhassane Balde unterbot den deutschen Rekord

Erfolgreiches Wochenende in Nottwill (Schweiz) für Alhassane Balde. Beim Grand Prix Meeting gelang ihm zum Saisonstart gleich ein Paukenschlag. Mit der Zeit von 1:31,01 Min. stellte Alhassane einen neuen Deutschen Rekord über 800m Rennrollstuhlfahren auf. Einen besseren Einstand in die Saison und auf dem Weg zur Heim EM in Berlin hätte es kaum geben können. ■ (Ute Pilger)

Theatergemeinde BONN
Kultur.
Vielfalt.
Erleben.

Oper - Musical - Tanz - Schauspiel - Kabarett -
Variété - Kinder- und Jugendtheater -
Konzerte - Lesungen - Museumsführungen

VIELFALT UND SERVICE!

KULTUR UND SPORT SIND EINE GUTE KOMBINATION.

**PROBIEREN SIE DOCH Z. B. MAL EIN KLEINES
SCHNUPPER-ABO MIT VIER VORSTELLUNGEN.
ODER EIN KABARETT-ABO.
ODER DAS KRIMI-ABO.**

ODER EIN JUGEND-ABO ODER EIN KINDER-ABO (AB 3 JAHRE).

**MEHR ALS 60 VARIANTEN WARTEN AUF SIE.
FÜR KINDER, JUGENDLICHE, ERWACHSENE:
DA IST FÜR JEDE(N) ETWAS DABEI.**



Foto aus: EVITA Musical in der Oper Bonn von A.Lloyd Webber - Foto: Theater Bonn / © Thilo Beu

NEU BEI DEN SSF BONN: BEACH-VOLLEYBALL-TURNIERE



Foto: teen00000/123rf.com

Wie funktioniert eigentlich die Saison im Beach-Volleyball und wie holen wir sie zu uns in den Verein?

Mit dieser Frage fing alles an. Die Liga im Beachvolleyball setzt sich aus Turnieren zusammen, die von diversen Vereinen auf ihren Anlagen nach Vorgaben des Verbandes ausgerichtet werden. Dabei werden je nach Platzierung und Art des Turniers Ranglistenpunkte vergeben. So weit, so einfach. Nur war unsere Anlage nicht in Schuss, die Anforderungen des Verbandes hoch. Wir wollten aber unbedingt auch Ausrichter werden. Also wurde die Beach-Anlage in Bonn Tannenbusch mit neuen Netzanlagen ausgestattet, Unkraut gerupft und die Spielfläche von Hand (!) geebnet. Ein großer Dank gilt an dieser Stelle an alle Helfer des Herren-Teams aus der Verbandsliga und den Damen-Teams aus Bezirksliga und Bezirksklasse! Durch ihre Hilfe richten die SSF Bonn in diesem Jahr zum ersten Mal selbst Turniere aus. Wir freuen uns auf spannende Turniere!

Auch die Jugend mit dabei!

Das große Vergnügen bei gutem Wetter im Sand einen Ball über's Netz zu baggern, erfreut sich nicht nur bei den Erwachsenen großer Beliebtheit. So ist das Turnier der weiblichen Jugend bereits seit Wochen ausgebucht. Freie Plätze gibt es noch bei den Jungs und den Erwachsenen. Nähere Infos unter: <http://volleyball.ssfbonn.de/Beach.html> !

(Niclas Zimmermann)



„Alles geben“

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

Wir geben als Ihr starker regionaler Partner für Ihre Finanzen alles - und unterstützen durch unser Engagement den Sport in der Region.
www.volksbank-koeln-bonn.de



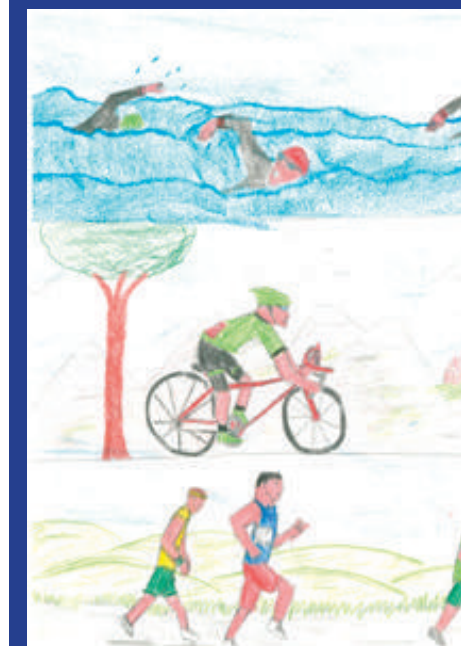
Willkommen auf der Kinderseite!

Das Kreuzworträtsel

Die aktuelle Sport-Palette aufmerksam gelesen? Dann beantworte unsere Quiz-Fragen und schicke uns das Lösungswort per E-Mail (redaktionsteam@ssfbonn.de) oder Post (SSF Bonn, Stichwort: «Kinderseite», Kölnstraße 313 a, 53117 Bonn). Viel Glück!

01. In welchen Ort ging unsere diesjährige Kinderfreizeit in den Osterferien?
02. Wie lautet die deutsche Übersetzung des "Duck Walks"?
03. Wie heißt die Abkürzung der neuen Datenschutzgrundverordnung?
04. Wo findet jedes Jahr unser SSF Festival statt?
05. Welches Getränk wird auf unserer Foodseite vorgestellt?
06. Wohin führen die Teilnehmer der diesjährigen Mountainbike Tour?
07. In welcher Sportart sind unsere Damen Deutscher Meister auf dem Kleinfeld geworden?
08. Wie werden die "Inch Worms" auch noch genannt?
09. Wie heißt unser erfolgreicher Rennrollstuhlfahrer mit Vornamen?
10. In welcher Sportart haben wir zwei aktuelle Deutsche Meister der U18 Junioren?
11. Wie heißt unsere erfolgreichste Athletin im Modernen Fünfkampf mit Nachnamen?
12. In welcher Schule haben wir seit über 10 Jahren eine OGS Trägerschaft?
13. In welchem Bereich arbeitet unser neuer Ausbilder Sergej Tews?

DANKE FÜR ALL DIE SCHÖNEN BILDER!



Jonah (10 Jahre) hat den Malwettbewerb der letzten Ausgabe gewonnen. Herzlichen Glückwunsch!

1.	_____
2.	_____
3.	_____
4.	_____
5.	_____
6.	_____
7.	_____
8.	_____
9.	_____
10.	_____
11.	_____
12.	_____
13.	_____

WIR STELLEN DIE SSF-FAMILIE VOR HELMUT BURKHARD

Im Jahre 1941 in Bonn geboren. Aus beruflichen Gründen von 1963 bis 1969 in Berlin lebend; danach Rückkehr nach Bonn. Anfang der Siebziger Jahre erste Verbindung zu den Volleyballspielern der DJK Bonn Süd, des KTV Südsterne (wurde später die SSF Volleyballabteilung) und des TSV rhh., die regelmäßig nach dem Training meine Gäste in der „BILGER Kugel“ waren. Nach dem Ausscheiden aus dem Berufsleben als Verwaltungsangestellter seit November 2006 Rentner. Das Rentnerleben bietet ausreichend Zeit um der Reiselust nachzukommen und andere Städte und Länder zu besuchen.

Welche Tätigkeiten übernimmst Du in der Volleyballabteilung?

Obwohl ich niemals selbst Volleyball gespielt habe, ließ ich mich vom damaligen Vorstand der SSF Volleyballabteilung dazu überreden, ab Mitte 1984 die Nachfolge des ausscheidenden Kassenwarts Rolf Henneberg zu übernehmen. Dieses Amt bekleide ich nun seit fast 34 Jahren.

Daneben habe ich im Laufe der Zeit folgende Aufgaben übernommen: Mannschaftsverantwortlicher der Oldie-Mannschaft SSF IV von 2003 bis 2008. Betreuung der 1. Herrenmannschaft während deren Zugehörigkeit zur 1. Bundesliga ab 1984 und später in der 2. Bundesliga (Saison 2008/2009), Regionalliga (2009 – 2014) und 3. Bundesliga (Saison 2014/2015). Organisation der Teilnahme unserer Senioren an den Seniorenmeisterschaften von WVV und DVV in der Zeit 1990 – 2003. Organisation der Reisen zu vielen internationalen Senioren-Turnieren in Russland (1993 – 2007) und zu den Huntsville World Senior Games in St. George/Utah, USA 2004.

An welches Ereignis erinnerst Du Dich besonders gerne zurück?

Ich erinnere mich gerne zurück an die Regionalliga-Saison 2013/2014, in der wir mit dem Trainer Uli Pohlmann in der Regionalliga unangefochten Platz 1 belegten und den direkten Aufstieg in die 3. Bundesliga schafften.

Welches sportliche Vereinsangebot nutzt Du?

Ein sportliches Vereinsangebot nutze ich gar nicht, es sei denn, die Fahrten mit dem Fahrrad zur Geschäftsstelle würde man als sportliches Vereinsangebot bezeichnen.

Wenn Du einen Wunsch zur Weiterentwicklung des SSF Bonn frei hättest, wie würde dieser lauten?

Zur Weiterentwicklung habe ich keine speziellen Wünsche. Der Vorstand hat meines Erachtens in der Vergangenheit alles Erforderliche getan, um eine stabile Zukunft der SSF Bonn zu garantieren. Für die Vereinsmannschaften würde ich mir eine Aufstockung des (Bus-)Fuhrparks wünschen. ■



Die SSF-Food Seite



FOOD FACTS: PERFEKT IN DEN SOMMER KOMMEN ...



Foto: maridav123rf.com

Tipp: Gerade bei hohen Temperaturen können sich Bakterien schneller vermehren. Gerade Eier, Milchspeisen und Fleisch sollte nie ungekühlt sein. Denn dann droht schnell Salmonellengefahr. Also ein kleiner Tipp: Einkäufe am besten in Kühltaschen transportieren und Zuhause direkt in den Kühlschrank / Tiefkühlfach packen. So klappt's am Besten. ■ (Schwereelos)

1. Viel Trinken

Okay, dass sagen sie ja alle. Aber immer nur Wasser ist ja auch irgendwann langweilig. Wie wäre es mit einem selbstgerechtem Eistee oder einer zuckerfreien Limonade? So bekommt man die 2–3 Liter „Wasser“ doch noch schneller voll. Schaut doch unten in den Rezeptideen gleich mal nach.

2. Esst „scharf“

Klingt komisch, ist aber so. Die meisten Menschen meiden scharfes Essen bei sommerlichen Temperaturen. Aber in den meisten heißen Ländern, wie Indien oder Marokko gibt's kräftig Gewürze auf den Teller. Scharfes Essen hilft nämlich beim Schwitzen und wirkt auch entzündungshemmend. Also warum nicht mal ein fruchtig-scharfes Curry bestellen?

3. Auf fettiges Essen im Sommer verzichten

Auch wenn die Grillsaison im vollen Gange ist, vielleicht doch das ein oder andere mal auf fettige Haxen oder den Braten verzichten. Lieber beim Salatbuffet richtig schlemmen. Im Sommer staut sich im Körper die Hitze und belastet unser Organismus. Wenn dann auch noch schwerverdauliches Essen dazu kommt, tut ihr eurem Körper keinen Gefallen. Ab und zu ein Stück Fleisch vom Grill hat aber auch noch niemandem geschadet. Wie bei allem: **Die Menge macht's.**

EISTEE

In einem Liter Wasser (ca. 90 Grad) Tee deiner Wahl ziehen lassen. (z. B. Früchtetee)

- Ca. 5 Minuten ziehen lassen
- Eine Limette vierteln und hinzufügen
- Für den Geschmack noch 1–2 Zweige Thymian hinzufügen
- Et voila. Leckerer Homemade Eistee ohne Zuckerzusatz
- Jetzt nur noch 2 Stunden in den Kühlschrank
- Wer es doch was süßer mag, mit einem Löffel Stevia oder Rohrzucker süßen
- In eine Karaffe gießen- Eiswürfel rein und Prost

Eurer Fantasie sind natürlich keine Grenzen gesetzt. Also probiert verschiedene Gewürze und Variationen aus. ■

SCHWERELOS – WELL KITCHEN

Pützchens Chaussee 56
53227 Bonn



Foto: Schwerelos



Fan sein ist einfach.



sparkasse-koelnbonn.de/fc

Wenn man mit der Sparkassen-FC-Card unvergessliche Momente mit seinem Lieblingsverein erlebt. Jetzt informieren.



Wenn's um Geld geht
**Sparkasse
KölnBonn**

DAS NEUE WASSERLANDBAD WIRD DIE STÄRKSTE SÄULE IM GESAMTSTÄDTISCHEN BÄDERKONZEPT WERDEN.



Am 14. Dezember 2017 hat der Stadtrat die Neuordnung der Bonner Bäderlandschaft mit der Beauftragung der Stadtwerke zum Bau eines neuen barrierefreien Familien-, Schul-, und Freizeitbad endgültig beschlossen.

Foto: Stadtwerke Bonn

Das Wasserlandbad soll das bereits seit 2016 geschlossene Kurfürstenbad ersetzen und für ein deutlich größeres Angebot, nicht nur im südlichen Bonn, sorgen. Mit der Eröffnung wird das Frankenbad als Schwimmhalle geschlossen und erhält ein neues Nutzungskonzept. Die Neuordnung der Bäderlandschaft sieht die Sanierung von Hardtberg Bad und Beueler Bütt, sowie die Erhaltung aller Bonner Freibäder vor. Über das Freibad Friesdorf wird außerhalb der Sommeröffnungszeiten eine Traglufthalle errichtet, damit zusätzliche Wasserflächen in der Bauzeit der Wasserland Bades zur Verfügung stehen. Gegen diesen Beschluss des Stadtrates haben die Bürgerinitiativen „Kurfürstenbad bleibt“ und „Frankenbad bleibt Schwimmbad“ erfolgreich ein Bürgerbegehren initiiert. Diesem Bürgerbegehren ist der Stadtrat nicht gefolgt und so wird es einen weiteren Bürgerentscheid zum Neubau geben. Der letzte Abstimmungstag wird der 03.08.2018 sein. Die Kosten für den Bürgerentscheid werden rund 300.000 Euro betragen und wurden vom Stadtrat bewilligt. „Weiter Informationen siehe Infokasten.“

Im neuen Wasserlandbad finden allen Nutzergruppen ideale Voraussetzungen

Das neue Wasserlandbad wird über 2065 m² Wasserfläche verfügen und ganzjährig geöffnet sein. Das Nutzungskonzept enthält: 8 unterschiedliche Schwimmbecken, Sprungturm, Rutschenlandschaft, Wellnessbereich mit 7 Saunen, Solebecken und Saunagarten, getrennte Eingangsbereiche für Sport-, und Freizeitnutzer, eine Erlebnisgastronomie, je 300 Fahrrad-, und Autostellplätze, eine E-Tankstelle und Behindertenparkplätze. Das Schwimmbad hat einen direkten Anschluss an den ÖPNV und kann mit dem Rad über den Nord-Süd-Radweg erreicht werden.

Barrierefreiheit

Bisher gibt es in Bonn und Umgebung keine Möglichkeit für Menschen mit Behinderung „Schwimmen ohne Grenzen“ kennen zu lernen. Damit dies in Bonn sowohl im Innen-, und Außenbereich sowie auf der Wegeführung zum Schwimmbad umgesetzt werden konnte, wurde der gesamte Planungsprozeß kontinuierlich von einem Facharchitekten für Barrierefreiheit begleitet.

Damit das Bad „grenzenlos“ genutzt werden kann, werden entsprechende Baumaterialien verwendet und barrierefreie Sanitär-, und Umkleidebereiche geschaffen. Die Schwimmbecken erhalten Vorrichtungen für Einstiegshilfen. Schwimmbad- und Saunarollstühle werden zur Verfügung stehen. Brandschutz und die Ausgestaltung der Fluchtwege entsprechen den DIN Vorgaben für Barrierefreiheit. Das taktile Leitsystem und kontrastreiche Oberflächen werden Menschen mit Sehbehinderung helfen, sich im Bad zurecht zu finden. Die Ausstattung des Sportbereiches bietet Sportlern mit Behinderung ideale Trainings- und Wettkampfbedingungen und auch inklusives Schulschwimmen wird problemlos möglich sein.

- NEIN im Bürgerentscheid
- für grenzenlosen Wasserspaß
- für die Förderung des Behinderten-Schwimmsports



Foto: Stadtwerke Bonn



Foto: Stadtwerke Bonn

» Ein NEIN im Bürgerentscheid steht für gesichertes, grenzenloses Schwimmen in Bonn. «



Foto: Stadtwerke Bonn



Foto: Stadtwerke Bonn



Foto: 4a Architekten GmbH

Schul- und Sportbereich:

Dieser Bereich wurde so geplant, dass neben dem Vereinssport auch das Schulschwimmen und die DLRG ideale Möglichkeiten vorfinden. Das Sportbecken hat 10 Bahnen mit einem Hubboden über 5 Bahnen - ein Raumprogramm, das multifunktional für den Wettkampfbetrieb sowie für Schulungen und das Schulschwimmen genutzt werden kann. Eine Tribüne bietet Platz für 350 Zuschauer. Der separate Eingangsbereich und Umkleidetrakt sowie eine Glaswand ermöglichen die Nutzung getrennt vom öffentlichen Bereich des Bades. Für Schulschwimmen und Schwimmkurse stehen ein Lehrschwimmbecken und zwei Kursbecken mit Hubböden zur Verfügung. Die Ausstattung des Beckens und der Schwimmhalle mit dem Raumprogramm entsprechen den Bau- und Ausstattungsanforderungen der Kategorie A bzw. B für wettkampfgerechte Schwimmsportstätten des Deutschen Schwimmverbandes. Mit diesen Voraussetzungen ist die Ausrichtung von internationalen Schwimmwettkämpfen bis hin zur Deutschen Meisterschaften in Bonn gesichert. Kein Schwimmbad in

Bonn verfügt über diese Voraussetzungen. Bei einer Sanierung des Frankenbades im Bestand mit einem 6 Bahnen Sportbecken könnten in Bonn keine nationalen Wettkämpfe mehr ausgerichtet werden. Die ganzjährigen Öffnungszeiten sowie die zusätzlichen Becken sichern den schwimmsporttreibenden Vereinen ihre Existenz und fördern den Nachwuchssport nachhaltig. Zurzeit verfügt das Schulschwimmen über völlig unzureichende Möglichkeiten, die sich durch die multifunktionale Beckenausstattung im Wasserland nachhaltig und langfristig verbessern werden.

- NEIN im Bürgerentscheid
- für die Zukunft des Schwimmsports
- gesichertes Schulschwimmen
- optimale Ausbildungsbedingungen der DLRG

Freizeitbereich

In diesem Bereich sollen sich nicht nur Familien wohlfühlen, auch Breitensportler und Besucher aller Altersgruppen werden ein attraktives Angebot vorfinden.

Dieser Bereich verfügt über eine große Eingangshalle, Umkleidetrakt mit Einzel- und Familienumkleiden, Mehrzweckbecken, Erlebnisbecken, Planschbecken und die im Variobereich befindlichen Kursbecken. Das Mehrzweckbecken mit 8 Bahnen incl. abgetrennten Bahnen zum sportlichen Schwimmen bietet den Freizeitsportlern beste Bedingungen. Der Sprungturm und ein Flachwasserbereich gehören ebenfalls zur Ausstattung des Mehrzweckbeckens. Für Spaß mit dem Element Wasser sorgen das rund 500 qm große Erlebnisbecken, mit einem Innen-, und Außenbereich, einem Strömungskanal und zahlreichen Wasserattraktionen. Im Planschbecken können sich die ganz Kleinen vergnügen. Der von Bonner Jugendlichen geplante Rutschenturm rundet das Angebot ab. Auch für Senioren wird es spezielle Angebote wie Wellness- oder Kursangebote geben. Die dort vorhandene Barrierefreiheit wird ihnen den Besuch des Bades deutlich erleichtern.

Sollte der Neubau des Bades abgelehnt werden, gibt es keine Sanierungspläne für Frankenbad, Beueler Bütt und Hardtbergbad welche diese Mehrwerte beinhalten. Die vorhandene Bau- substanz und der zur Verfügung stehende Platz an den alten Standorten grenzen die Möglich- keiten weiter ein.

- **NEIN im Bürgerentscheid**
- **für mehr Schwimmspaß in Bonn**
- **für mehr Angebote für Familien**
- **für seniorengerechtes Schwimmen**

Wellness Bereich

Dieser Bereich soll ein Ort der Entspannung und Ruhe sein. Der gesamte Wellness-, und Sauna-

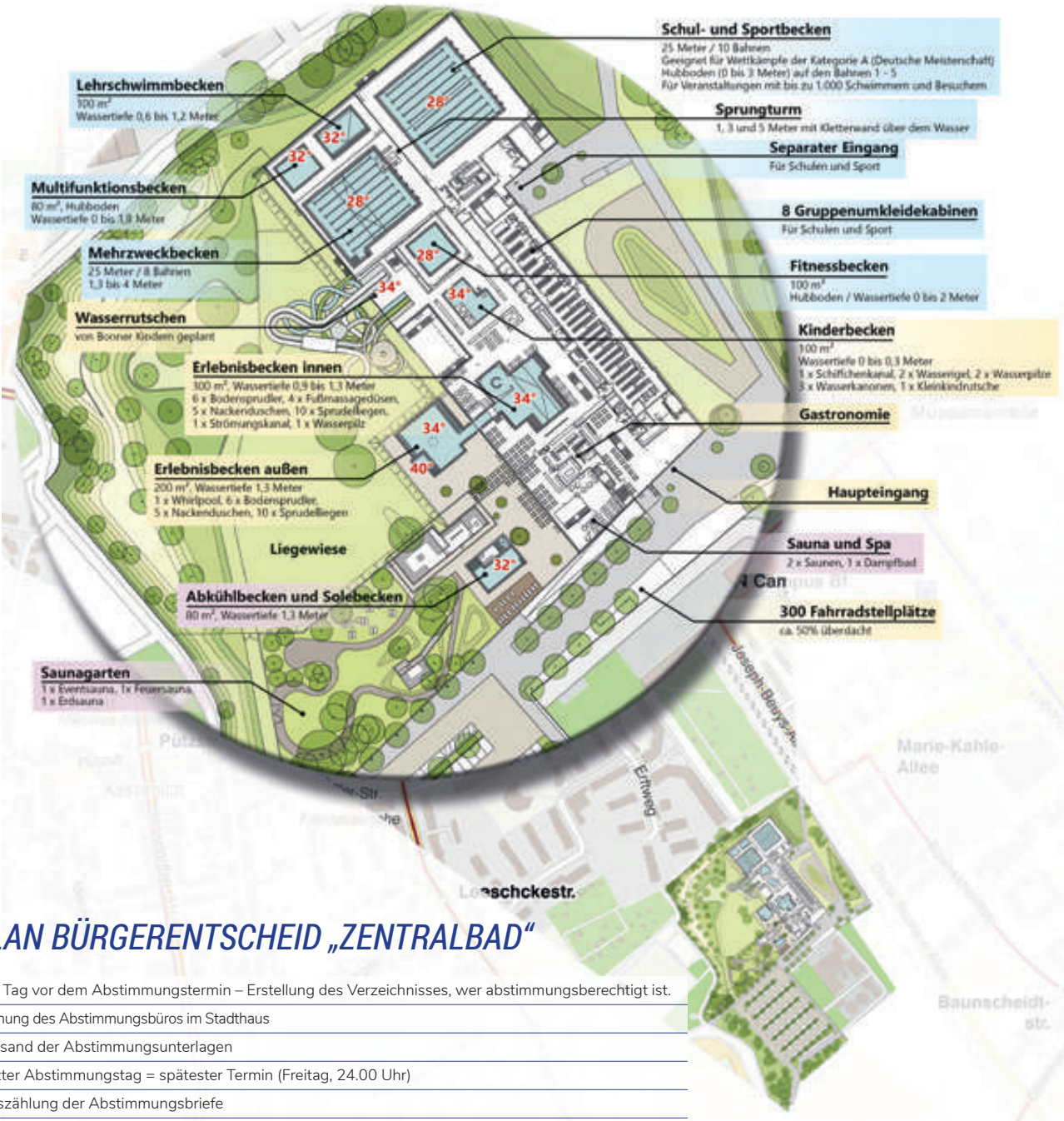
bereich ist getrennt von den übrigen Badbereichen und kann separat genutzt werden. Er besteht aus einem Innen-, und Außenbereich mit unter- schiedlichen Saunen, Solebecken, Dampfbad, Solarien und Ruheräumen. Ein solches Angebot gab es bisher in Bonn nicht und wird auch bei einer Sanierung der alten Sauna im Kurfürsten- bad nicht so möglich sein.

- **NEIN im Bürgerentscheid**
- **für ein attraktives Wellnessangebot**

Beim Bürgerentschied muss die Frage „Soll der Neubau eines Schwimmbades in Bonn-Dottendorf gestoppt werden?“ mit Ja oder Nein beantwortet werden. Es geht nicht darum ob an der Stelle

des Neubaus die bestehenden Bestandsbäder saniert werden. Hierfür gibt es weder einen politischen Beschluss, noch ausreichend Finanz- mittel im städtischen Bäderhaushalt. Ein Ja im Bürgerentscheid bedeutet eine Fort- setzung der 20-jährigen Diskussion um die Neugestaltung der Bonner Bäderlandschaft. Ein NEIN im Bürgerentscheid steht für gesichertes „grenzenloses Schwimmen“ in Bonn. Unter folgenden Internetadressen gibt es um- fassende Informationen zum neuen Schwimm- bad. (Ute Pilger)

www.bonn-bewegt-sich.de
www.unserneuesschwimmbad.de



TERMINPLAN BÜRGERENTSCHEID „ZENTRALBAD“

29.06.2018	35. Tag vor dem Abstimmungstermin – Erstellung des Verzeichnisses, wer abstimmungsberechtigt ist.
ab 02.07.2018	Öffnung des Abstimmungsbüros im Stadthaus
bis 13.07.2018	Versand der Abstimmungsunterlagen
03.08.2018	letzter Abstimmungstag = spätester Termin (Freitag, 24.00 Uhr)
04.08.2018	Auszählung der Abstimmungsbriefe
08.08.2018	Sitzung des Kommunalwahlausschusses zur Feststellung des amtlichen Endergebnisses der Abstimmung über den Bürgerentscheid

FIT IM WOHNZIMMER Ausgabe 6:

„Animal walks“: Was ist das?

Bewege dich wie ein geschicktes Tier und trainiere dabei den ganzen Körper. 3 Übungen zur Verbesserung von Kraft Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination

1. „Inch worm“ (= Raupengang)

Ziele: Stärkung der gesamten Rumpfmuskulatur sowie Arme und Brust

Zielmuskeln:

- Gesamte Rumpfmuskulatur – musculus rectus abdominis
- Großer Brustmuskel – musculus pectoralis major u.a.

Belastung: 3–4 Wiederholungen à 10–20 Sekunden Haltezeit, 3–4 Sätze

Ausführung: Beuge im Stand deinen Oberkörper vor und bringe mit möglichst gestreckten Beinen die Hände vor den Füßen auf den Boden. (1) Gehe dann langsam auf den Händen nach vorne, bis du dich fast ausgestreckt über dem Boden

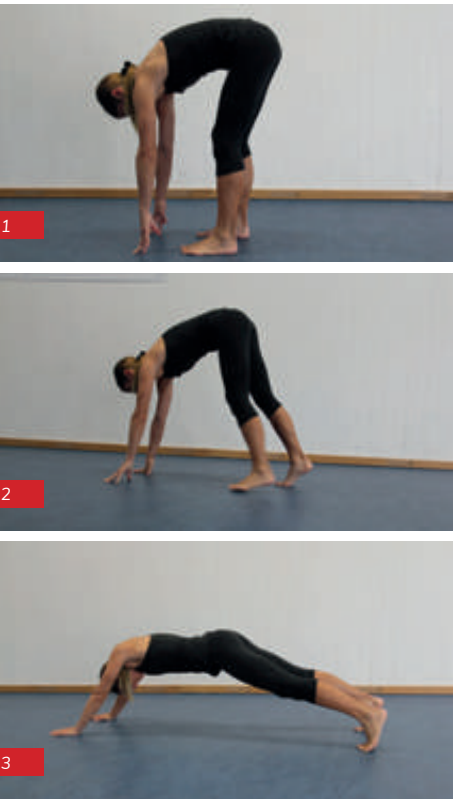


hältst – je weiter die Arme vorm Kopf sind, desto besser (2–3). Halte den „Spannungspunkt“ in dieser Position für ca. 10–20 Sekunden und wandere dann mit durchgestreckten Beinen in kleinen Schritten auf den Fußspitzen nach vorne, bis du wieder in der Ausgangsposition bist (= 1 Wiederholung).

Tipp: Wenn du nicht so viel Platz hast, kannst du auch nur mit den Händen vor- und zurück- laufen.

Zur Erleichterung: Beine leicht beugen und die Arme nicht maximal über Kopf strecken. Den Bewegungsradius (= Länge) kontinuierlich steigern.

Zur Steigerung: Länger in der Halteposition (= Höhepunkt der Belastung) verharren.



2. „Duck walk“ (= Entengang)

Ziele: Effektive Bein- und Poübung, bei der die Knie stark beansprucht werden. Bei Knieproblemen vorsichtig sein oder die Übung auslassen.

Zielmuskeln:

- Vierköpfiger Oberschenkelmuskel – musculus quadrizeps femoris
- Beinbizeps – musculus biceps femoris
- Großer Gesäßmuskel – musculus gluteus maximus

Belastung: 30 Sekunden, 3–4 Sätze

Ausführung: Starte im schulterbreiten Stand und lege die Hände locker an den Hinterkopf. Gehe so tief in die Hocke, dass dein Po fast den Boden berührt, der Oberkörper bleibt dabei gerade. Nun setzt du den rechten Fuß vor den linken und „watschelst“ in kleinen Schritten durch den Raum. Achte darauf, dass deine Knie beim Laufen nach außen zeigen und dein Gewicht auf den Fersen liegt. Nicht auf den Fußspitzen stehen! (1)

Zur Erleichterung: Hände vor den Körper und Po weniger tief absenken



3 „Crab Walk“ (= Kребsgang)

Ziele: Stärkung der Gesäß- und Schultermuskulatur bei gleichzeitiger Dehnung der Brust und der vorderen Schulterpartie

Zielmuskeln:

- Beinbizeps – musculus biceps femoris
- Plattsehnenmuskel – musculus semimembranosus
- Halbsehnenmuskel – musculus semitendinosus
- Hüftbeuger – musculus Iliopsoas

Belastung: 30 Sekunden, 3–4 Sätze

Ausführung: Setze dich mit ausgestreckten Beinen auf den Boden und platziere deine Hände seitlich am Körper. Die gespreizten Finger zeigen zu den Füßen. Bringe nun deine Hüfte soweit es geht nach oben und spanne deinen Po dabei an. Halte die Position und laufe wie eine Krabbe. Mal vor-/ rück- seitwärts. Den Blick richtest du dabei nach vorne.

Zur Erleichterung: Halteposition ohne Bewegung, kürzere Intervalle, längere Pausen

Zur Steigerung: mit Gewicht arbeiten (Scheibe, o.ä. auf die Hüfte legen) (Marie Schneider)

FLOORBALL

ALTE GESICHTER UND NEUE STRUKTUREN

Die Saison 2017/18 ist vorbei und die Dragons befinden sich mal wieder im Umbruch. Zum einen kehrt Jindra Ocenasek, seit 2016 Trainer der 1. Herrenmannschaft, mit seiner Familie nach Tschechien zurück. Ihn wird Mathis Janesch als neuer Headcoach ersetzen. Zum anderen wird die Floorballabteilung neben den 1. Herren noch eine weitere Bundesligamannschaft bekommen: die Damenmannschaft unter Leitung von Daniel Mahnken. Wir haben Mathis und Daniel nach ihrem persönlichen Ausblick auf die kommende Saison befragt.

Ein „Floorball-Nerd“ sorgt für Profil

Mathis ist als Gründungsmitglied der Dragons und stellvertretender Abteilungsleiter eng mit dem Bonner Floorball verbunden und hat als Spieler schon viele Highlights erlebt: angefangen beim Kleinfeld-Meisterschaftshattrick bis zum Aufstieg in die 1. Bundesliga in der Großfeld-Debutsaison. Nun kommt für den selbsternannten „Floorball-Nerd“, der seinen Trainerstil als „analytisch konstruktiv“ bezeichnet, ein weiteres Highlight dazu. Auf die Frage, warum er sich die Doppelrolle „stellvertretender Abteilungsleiter/Trainer“ antut und was er verändern wird, antwortet Mathis: „In den letzten Jahren hingen Spielstil, Trainings-, Saison- und Teamstruktur und daraus resultierend auch der Erfolg immer sehr stark vom Trainerteam [...] ab. Wir haben festgestellt, dass dies keine gute Grundlage ist, um langfristig eine einheitliche Struktur und Spielidee für die 1. Herrenmannschaft zu etablieren. Daher wollen wir in dieser Saison den Fokus darauf legen, feste Strukturen zu etablieren, die unabhängig von Spielern und Trainern für ein Profil sorgen. Hierzu arbeiten wir eng auch mit dem Abteilungsvorstand zusammen, um Teile dieser neu geschaffenen Strukturen auch in andere Bereiche [...] zu streuen.“

Warum er das Traineramt gerade jetzt übernimmt ist für Mathis klar: „Der aktuelle Zeitpunkt [...] ist aus meiner Sicht optimal, um gerade mittel- und langfristig mehr bewegen und erreichen zu können. Mit Flo (Florian Weißkirchen) und Hansi (Johannes Weh) kommen zwei Leistungsträger zurück, die uns nicht nur spielerisch, sondern [...] auch strukturell weiterhelfen können. Zudem rückt unsere alte Garde zunehmend in den spielerischen Hintergrund, sodass neue Potenziale im Funktionärsbereich frei werden. [...] Ohne ein engagiertes Trainer- und Orgateam um mich herum wäre das Amt für mich aber nicht möglich. Neben meinen zwei Co-Trainern, Flo und Lukas (Lukas Lücke) konnten wir zur neuen Saison jetzt zusätzlich auch einen Fitness-Coach gewinnen, der uns vor allem im athletischen Bereich sehr helfen wird.“

Die Damen wagen den nächsten Schritt

„Wir im Trainerstaff hatten das Gefühl, dass wir uns sonst kaum weiterentwickeln können. Wir mussten den nächsten Schritt machen“, antwortet Daniel auf die Frage nach den Beweggründen zum Wechsel aus der Herren Verbandsliga in die Damen Bundesliga. Die endgültige Entscheidung, ergänzt er, wäre dann aber vom Team selbst getroffen worden. Dies spiegelt wieder, dass jeder mitziehen muss in solch einer Bundesligasaison. Denn – so viel ist sicher – es wird eine intensive Saison werden, aus sportlicher und organisatorischer Sicht. Spielte man zuletzt noch gegen Holzbüttgen, Dümpten, Bielefeld & Co., stehen ab Herbst dann Auswärtsfahrten nach Hamburg, München,



Damenmannschaft 2017/18

Foto: Daniel Mahnken

Leipzig und Weißenfels auf dem Programm. „Bundesliga zu spielen ist zeit- und kostenintensiv“, gibt Daniel zu bedenken. Daher, so sagt er, werden die Kosten auch eine der großen Herausforderungen der nächsten Spielzeit werden: „Wir benötigen dringend Sponsoren und könnten sicher auch einiges bieten!“ Diese Einschätzung wird durch die Ergebnisse der vergangenen Saison untermauert. Als Drittplatzierte der Herren Verbandsliga, Deutscher Kleinfeldmeister und Deutscher Vizepokalsieger waren die Floorballdamen der SSF Bonn sicher eine der großen Überraschungen der Spielzeit 2017/18. Darin sieht Daniel aber auch eine weitere Herausforderung für die kommende Saison: „Als Aufsteiger bist du normalerweise immer Underdog und kannst etablierte Teams vielleicht überraschen. Nun wird uns aber wohl kein Team mehr unterschätzen. Wir erwarten also vollen Gegenwind von allen anderen Mannschaften, in jedem einzelnen Spiel.“

Daher beantwortet er die obligatorische Frage nach dem Saisonziel auch eher zurückhaltend: „Wir sind realistisch genug, um nicht von Play-off-Teilnahmen etc. zu träumen. Wir wollen mithalten können, dem ein oder anderen etablierten Team das Leben schwer machen und uns eine gute Ausgangslage für viele weitere Bundesligasaisons schaffen.“

(Johan Gallwitz und Max Diehl)

JUDO

SSF-BONN JUDOKA ROCKEN BEIM LET IN ESSEN



Nach dem grandiosen Abschneiden der SSF-Bonn Judoka auf den diesjährigen Westdeutschen Einzelmeisterschaften U15 mit insgesamt 5 Vizemeistern ist das Resultat auf dem Landeseinzeltturnier am dritten Mai-Wochenende nicht verwunderlich, aber dennoch erfreulich. Als einziger Verein stellten die SSF drei Finalisten. Von insgesamt 9 Startern kämpften 7 um Medaillen. Lediglich zwei Kämpfer des jüngsten Jahrganges gingen leer aus. Josef Ivchenko hatte zudem auch noch etwas Los-Pech und musste im zweiten Kampf gegen den späteren Ersten antreten. Aber sowohl er,

als auch Teamkollege Tim Janssen konnten einen Kampf gewinnen und schlugen sich in den anderen Kämpfen beherzt. Nouri Günther gewann alle seine Kämpfe -60 kg nicht nur vorzeitig, sondern mit fulminanten Aushebetechniken, mit denen er auch noch Revanche an dem Westdeutschen Meister für sein verlorenes Finale im Februar nahm. Vereinskamerad Tom Hartmann schlug ebenfalls den Westdeutschen Meister +66 kg, dieses mal im Halbfinale und revanchierte sich ebenfalls für das verlorene Finale auf der WDEM. Dass er in hervorragender Form war, zeigte er auch in seinem Finale, welches er in nur 29 Sekunden gewann und damit das schnellste Jungen-Finale kämpfte. Ein kleiner Wehrmutstropfen begleitet den 2. Platz von Lino Dello Russo -43 kg. In fast schon gewohnter Manier marschierte er im Sekundentakt ins Finale. 8 Sek für den 1. Kampf, 19 Sekunden für den Zweiten und 14 Sekunden fürs Halbfinale. Im Finale geriet sein Gegner durch eine Wertung, welche nach Videoanalyse des Hauptkampfrichters nach dem Kampf keine war, in Führung. Als sein Gegner zu einem Wurf kam, drehte sich der hyperbewegliche Lino allerdings auf den Bauch, jedoch bewertete der Kampfrichter diese Aktion erneut. Ob Lino auch ohne diese un-

glücklichen Entscheidungen gewonnen hätte, ist nicht relevant, wir freuen uns auch über seinen grandiosen 2. Platz! Auch Marc Ivchenko -40 kg, in super Form, wurde in seinem Halbfinale bis zur Disqualifikation in nur 59 Sekunden hochgestraft, auch diese Entscheidungen sind aus unserer Sicht, sagen wir "unglücklich" gegeben worden. Im kleinen Finale kämpfte Marc wie ein Löwe gegen den Dritten der WDEM und im Golden Score erzielte Marc eine Wertung. Die zweite Bronzemedaille holte Hagen Boothe in seiner neuen Gewichtsklasse -55 kg. Seinen ersten Kampf verlor er gegen den späteren Ersten. Kämpfte sich dann aber durch die Trostrunde. Die dritte Bronzemedaille ging an Tjark Gäng, dem es fast gelang ein reines SSF-Finale herzustellen. Lange dominierte er sein Halbfinale, bis sein schwerer Gegner sich eindrehen konnte und Tjarks Konterversuch misslang. Im kleinen Finale ließ er nichts anbrennen und holte sich vorzeitig den 3. Platz. Kieran Martins Trempeck verlor sein Halbfinale -34kg gegen den Westdeutschen Meister und späteren Ersten. Auch im kleinen Finale zeigte Kieran nicht seine gewohnte Leistung und kam auf Platz 5. ■

(Yamina Bouchibane)

///

FÜNF INTERNATIONALE MEDAILLEN FÜR DIE SSF-BONN JUDOKA

Am Pfingstwochenende starteten 22 Judoka der SSF Bonn in verschiedenen Altersklassen auf dem Kaizen Tournament im niederländischen Pey-Echt. Am Sonntag starteten die U18 und die U12. Der Deutsche Meister, Jano Rübo, startete erstmals in einer höheren Gewichtsklasse -60 kg. Dass diese Entscheidung längst fällig war, zeigte er auf der Matte. In souveräner Manier besiegte er alle seine Gegner vorzeitig mit verschiedenen Techniken. Im Finale stand er dem niederländischen EM-Starter, Bart Weling, gegenüber. Keiner der beiden traute sich etwas anzusetzen, man kennt sich von diversen internationalen Trainingslagern, schließlich fasste sich der jüngere Jano ein Herz und startete einen Angriff, leider nicht allzu beherzt, denn Bart konterte diesen und erzielte die Entscheidung.

Vereinskameradin Anastasia Borowski erreichte -44 kg die Goldmedaille. Am nächsten Tag starteten die U15. Eine erneute Medaille gab es für Lino Dello Russo. Er startete in der mit 41 Startern größten Gewichtsklasse -42kg. Auch diesmal bestach er durch seine Technik und gewann 4 mal vorzeitig. Im Halbfinale gab er eine Wertung ab, die er in der verbliebenen Kampfzeit nicht mehr aufholen konnte, obwohl sein Gegner hätte hochbestraft werden müssen. Im Kampf um Bronze machte Lino wieder kurzen Prozess und gewann vorzeitig! Tom Hartmann startete +66 kg und musste sein Halbfinale gegen den diesjährigen Dutch open Gewinner bestreiten. Auch er geriet durch eine Wertung in Rückstand, die er nicht mehr aufholen konnte. Auch er siegte dann im Kampf um Bronze vorzeitig!

Vereinskamerad Nouri Günther musste in seinem 2. Kampf -60kg ebenfalls gegen den diesjährigen Dutch open Gewinner antreten. Einen Angriff konterte Nouri mit seiner Spezialtechnik, leider gaben die Kampfrichter die Wertung für den anderen und Nouri musste in die Trostrunde. Den ersten Kampf gewann er nach Sekunden und im zweiten musste er in den Golden score. Nach einem regelrechten Schlagabtausch bekam sein Gegner nach 7 Minuten die 3. Strafe und Nouri stand im kleinen Finale. Dieses gewann er allerdings, wie seine SSF-Kameraden zuvor, souverän nach Sekunden. ■

(Yamina Bouchibane)

INTERSPORT
SPORTPARTNER

Friedrichstr.45/ Ecke Wenzelgasse 0228-98393-0

www.intersport-sportpartner.de

Marktgarage 140 m, Stiftsgarage 190 m, Bertha-von-Suttner Platz 30m

Ihr **SSF Mitgliedsvorteil** bei Vorlage des Vereinsausweises:

10%

auf alle nicht reduzierten Artikel

Jetzt noch größer!
Top Beratung
& riesige Auswahl
auf 2000 qm

Aus Liebe zum Sport



Nouri Günther dominiert Konkurrenz

SSF-BONN JUDOKA STELLEN 3 FINALISTEN BEIM IT VENRAY

siegte der erst 12 jährige Nouri seine Gegner aus den Niederlanden, Belgien und der Schweiz. Nach 4 Kämpfen stand er im Finale der Gewichtsklasse -60 kg. Dort besiegte er seinen Gegner aus Estland in 6 sek und sorgte für das schnellste Finale des Tages.

Vereinskamerad Tom Hartmann siegte ebenfalls souverän in der Hauptrunde und stand im Finale +66 kg. Dort traf er, wie schon drei Wochen zuvor im Finale des IT Kaizen, auf den Belgier Nesirkoyev. Damals gewann der Belgier mit einer mittleren Wertung. Leider war Tom etwas zu verhalten und verlor dieses mal durch Strafen. Vereinskameradin Elgin Vanderschaeghe kam bis ins Halbfinale +63 kg, welches sie aber gegen die spätere Erste verlor. Im kleinen Finale machte sie kurzen Prozess und holte sich vorzeitig die Bronzemedaille.

Hagen Boothe gehört wie Nouri dem mittleren Jahrgang an und auch er kämpfte sich in der Hauptrunde bis ins Halbfinale. Dieses ging leider verloren, ebenso wie sein Kampf um Bronze, aber in der stark besetzten Gewichtsklasse -55 kg ist der 5. Platz eine starke Leistung.

Am nächsten Tag startete Perspektivteam-Mitglied und Deutscher Meister, Jano Rübo zum 2. mal in der höheren Gewichtsklasse -60 kg. Auch er kämpfte sich bis ins Halbfinale, welches er im Golden score gewinnen konnte. Im Finale stand er dem Belgier Decorte gegenüber. Dieses Mal fand Jano kein Konzept gegen den stets auf dem Rücken attackierenden Decorte und verlor im Golden score mit einer mittleren Wertung. Allerdings ist es die zweite internationale Silbermedaille von zwei Starts -60 kg! Vereinskameradin Naima Günther und Vereinskamerad Navid Jahanghiri, beide ebenfalls Mitglieder des Perspektivteams, konnten Verletzungsbedingt nicht starten. Naima riß sich vor drei Wochen beim IT Kaizen das Kreuzband und muss operiert werden und Navid entzündete sich den Schleimbeutel im Knie.

Mit einer Goldmedaille, zwei Silbermedaillen und einer Bronzemedaille befinden sich die SSF-Bonn im Team Ranking als erfolgreichster Deutscher Verein auf Platz 5 wieder. ■ (Yamina Bouchibane)

KYUDO

TOP IN WETTKAMPF UND PRÜFUNG

Das Jahr 2018 ist noch nicht einmal zur Hälfte vorbei, erweist sich aber schon jetzt für die Kyudo-Gruppe und den Trainer Sven Zimmermann als mehr als zufriedenstellend. Auftakt für eine Reihe von Erfolgen waren die NRW-Meisterschaften am Wochenende 24./25. März in Schwerte. In der Einzelwertung belegten Christian Hennevoß den 2. und Kai Wendlandt den 3. Platz. Am gleichen Wochenende wurden nach einer Sichtung in Frankfurt am Main, wo der Nationalkader-Lehrgang des Deutschen Kyudo Bundes e.V. stattfand, Gisela Becker und Christoph Bata in den DKyUB-Nationalkader aufgenommen. Die beiden sind bereits seit Anfang 2018 Mitglieder im Kyudo-Landeskader von NRW und wir hoffen, dass sie sich für die Teilnahme an den Europameisterschaften 2019 qualifizieren werden.

Sieben Mitglieder der Kyudo-Gruppe Bonn sind Ende April nach Japan gereist, wo sie alle erfolgreich die Prüfungen zum 2. Dan ablegen konnten – mit einer Ausnahme: Gisela Becker hat dort die Prüfung zum 4. Dan bestanden, was von den insgesamt 114 Anwärtern nur 17 geschafft haben. Ihre Erfolgssträhne riss nicht ab, sie konnte auch bei der im Anschluss ausgetragenen 3. Kyudo-Weltmeisterschaft in der Einzelwertung (mit immerhin 642 Teilnehmern) den 22. Platz erreichen.

Dieses Jahr im Mai wurde auch wieder ein Einführungskurs Kyudo erfolgreich durchgeführt, so dass die Gruppe wieder Zuwachs bekam. Der nächste Kurs folgt bestimmt. ■ (Sven Zimmermann)



Entspanntes Training nach dem Wettkampf

Foto: Gisela Becker

LACROSSE

LACROSSE-DAMEN WERDEN WEST-DEUTSCHER ZWEITLIGA-MEISTER – HERREN BELEGEN 3. PLATZ DER 2. BUNDESLIGA WEST NO.

Die Saison für die Bonn Lions ist zu Ende. Sowohl die Damen als auch die Herren, die jeweils in einer Spielgemeinschaft mit den Cologne Indians (KKHT Köln) spielen, konnten solide Ergebnisse abliefern: Während die Herren den 3. Platz der 2. Bundesliga West NO belegen, verteidigten die Damen ihren Meistertitel in der 2. Bundesliga West.

Damen mit leichten Startschwierigkeiten

Die Hinrunde begann für die Damen jedoch eher schleppend – Das Team, zu dem zur neuen Saison auch viele neue Gesichter gestoßen sind, musste sich erstmal finden. Auf recht knappe Siege gegen die Spielgemeinschaft Göttingen/Kassel/Marburg (10:7) und die Paderborn Hornets (16:12) folgten zwar doch sehr eindeutige Ergebnisse gegen die Wolverines aus Dortmund (11:5) und die Bochum Isotopes (16:3) – Die Mannschaft musste aber ihre erste Niederlage seit längerer Zeit einstecken und verlor gegen die Münster Mohawks zu Hause mit 7:8.

Bonn Lions Damen auch auf internationaler Ebene erfolgreich

Diese knappe Niederlage saß tief, was die Motivation für eine trainingsreiche Winterpause gab: Neben einer teaminternen Competition wurde die spielfreie Zeit genutzt, um die eigenen Leistungen auf Turnieren unter Beweis zu stellen. Die Bonn Lions, dieses mal als „Team HARiBO“ gemeinsam mit Spielerinnen aus Halle, traten sowohl in Münster beim alljährlichen „Nikolax“ als auch auf internationaler Ebene bei „The Cup“ in Tilburg (NL) an und konnten einen soliden 3. bzw. 4. Platz erreichen, wodurch die Lions immerhin einen Pokal mit nach Hause nehmen konnten. Traurig, dass sie knapp den Podestplatz in Tilburg verpasst hatten, waren die Lions jedoch nicht: Bei „The Cup“ waren einige amerikanische Spielerinnen zu Gast und die niederländische Nationalmannschaft ist gleich mit zwei Teams beim Turnier angetreten, sodass sich die Leistung durchaus sehen lassen kann!

Starke Rückrunde

Den Auftakt einer enorm starken Rückrunde bildete das Spiel gegen die Isotopes aus Bochum, ausgetragen in Dortmund, was die SG Köln/Bonn mit 22:3 mehr als deutlich für sich entscheiden konnte. Gegen die in der Pause enorm

erstarkten Dortmunderinnen gelang leider nur ein 10:10-Unentschieden – davon ließ sich das Team jedoch nicht unterkriegen! Gerade die in der Hinrunde sehr knappen Begegnungen konnten die Indians und Lions klar für sich entscheiden – 16:5 gegen die Damen aus Gö/Ka/Ma, 12:2 gegen die Hornets aus Paderborn. Das Highlight der Rückrunde stellte jedoch die Revanche in Münster dar: Mit starkem Siegeswillen und Kampfgeist gelang es der SG, die in der Hinrunde sehr starken Münsteranerinnen mit 14:2 mehr als deutlich zu schlagen! Damit mussten die Damen lediglich eine Saisonniederlage einstecken, die sie mit den tollen Ergebnissen der Rückrunde jedoch mehr als wettmachten. Zum Erfolg der Mannschaft trugen die Bonner Damen maßgeblich bei: Mit 27 bzw. 25 Scorerpunkten liegen Cornelia Heik-Guth und Leoni Voß auf Platz 3 bzw. 4 der Topscorer der 2. Bundesliga West, mit Denise Grunert stellen die Bonnerinnen zum ersten Mal seit längerer Zeit die Torhüterin für die Spielgemeinschaft und auch die anderen Damen aus Bonn zeigten sehr starke Leistungen auf dem Platz. Viele Anfängerinnen konnten ihr Debüt in der 2. Bundesliga West geben und sich hervorragend präsentieren.

Herren mit starker Hin- und desaströser Rückrunde

Bei den Herren lief es leider ganz anders: In der Hinrunde komplett ungeschlagen, konnte die Herren-SG in der Rückrunde keinen einzigen Zähler aus eigener Kraft mehr verbuchen. Dabei fing die Saison vielversprechend an: 11:7 gegen Dortmund, 22:3 gegen Essen, 12:2 gegen Münster, 10:4 gegen Bochum und 15:10 gegen den späteren Meister Paderborn. Soweit, so gut. In der Rückrunde lief jedoch so einiges schief: Zwei Spiele wurden nicht angetreten, wodurch sie jeweils 10:0 gewertet wurden und die SG einmal Punkte verschenkt, einmal geschenkt bekommen hatte. Die weiteren Spiele der Rückrunde zeigten dann, dass die Gegner in der Winterpause Kraft getankt hatten: Die SG unterlag Bochum mit 5:13, Dortmund mit 3:7 und Münster mit 6:7. Trotz dessen kann das Team stolz auf einen 3. Platz in der 2. Bundesliga West NO sein. Bester Torschütze seitens der Bonner ist Jonas Kötter mit insgesamt 11 Scorerpunkten geworden. ■ (Denise Grunert)



Die SG Köln II/Bonn hatte auch in dieser Saison jede Menge Grund zum Jubeln.

Foto: Tobias Hofland

Trainingszeiten in der Off-Season

Wer nun Lust hat, Lacrosse auszuprobieren oder sich den Teams anzuschließen, kann zu folgenden Trainingszeiten vorbeischaun:

Damen und Herren:

- Montag 20:00–21:30 Uhr
- Dienstag und Mittwoch 19:00–21:00 Uhr

Jeweils auf der Werferwiese am Sportpark Nord, Kölnstraße 250.



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

FÜNFKAMPF

DREI SPORTLER HABEN SICH FÜR DIE U17 EM DER MODERNEN FÜNFKÄMPFER QUALIFIZIERT



Vom 11. Juni bis 19. Juni finden im polnischen Drzonkow die U 17 Europa Meisterschaften der Modernen Fünfkämpfer statt. Im Team Deutschland werden dann auch drei SSF Sportler stehen: Die 16-jährige Mona Laaroussi und ihr ein Jahr jüngerer Teamkollege Timon Levai, beide aus dem SSF Perspektivteam, sowie Judith Rippin. Die drei werden von ihrem Trainer Kersten Palmer am Landesleistungszentrum in Bonn betreut. Die Qualifikation sicherten sich die Drei mit ihren guten Leistungen bei den Deutschen U17 Meisterschaften. Mona wurde hier Vizemeisterin, Judith erreichte den 4. Platz und Timon belegte den dritten Platz. ■ (Ute Pilger)

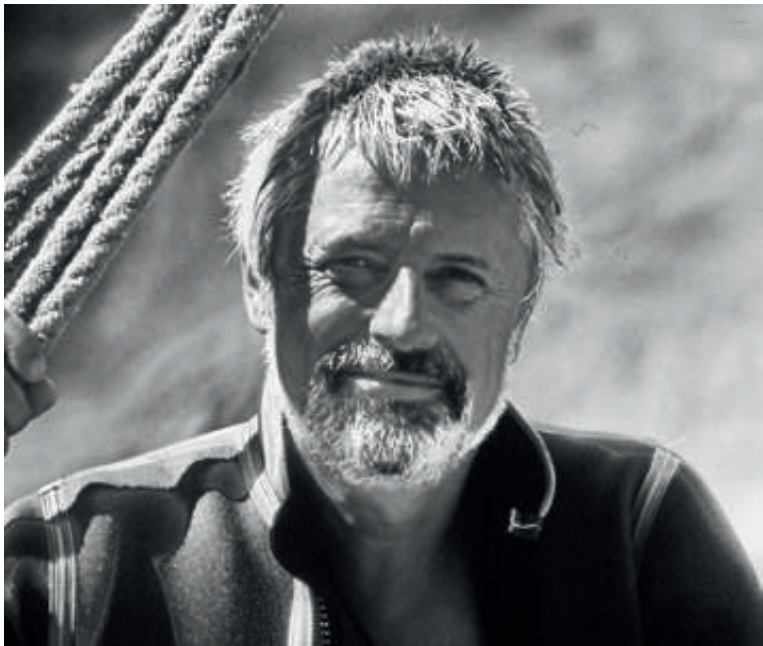
GUTE SAISON FÜR MATTHIAS SANDTEN

Nach seinem guten 17. Platz beim Weltcup in Kairo hatte sich der SSF Fünfkämpfer Matthias Sandten auch beim Weltcupwettkampf in Sofia für das Finale qualifiziert. Hier begann er im Fechten mit einer Negativserie von fünf Gegentreffern, rettete sich dann aber auf ein positives Fechtergebnis (18/17). Beim Reiten kam er mit nur einem Abwurf sehr gut durch. Beim abschließenden Laserrun schoss er dann sehr präzise, war aber im Laufen schwächer als im Halbfinale. Dadurch erreichte er am Ende einen für ihn zufriedenstellenden 20. Platz.

Mit den beiden guten Finalplatzierungen im Weltcup hat sich Matthias zum ersten Mal für das Weltcupfinale qualifiziert, das Ende Juni in Astana (Kasachstan) stattfindet. Da die Teilnehmerzahl dort aber auf drei Starter pro Nation beschränkt ist und die deutschen Fünfkämpfer Patrick Dogue, Marvin Dogue und Alexander Nobis noch vor ihm in der internationalen Rangliste liegen, kann er in diesem Jahr leider trotzdem nicht beim Weltcup starten. Stattdessen bereitet er sich in den nächsten Wochen auf die Deutschen Meisterschaften in Berlin vor, die am 30. Juni beginnen. Danach wird auch feststehen, ob er sich für die diesjährigen Europameister- und Weltmeisterschaften qualifiziert. ■ (Matthias Sandten, Maïke Schramm)



TAUCHEN



Unser Mitglied Dr. Siegfried Münch ist vor kurzem plötzlich und unerwartet bei einem Urlaub am Roten Meer verstorben. Er starb im Kreise seiner engsten Tauchkameraden. „Siggi“ war mit 77 Jahren und fast 2000 Tauchgängen der aktuell älteste aktive Taucher in unserer Abteilung. Er war seit Jahrzehnten Mitglied und daher vielen Tauchern gut bekannt und mit etlichen befreundet. Durch sein stets freundliches Wesen war er allseits beliebt. Sein Ableben stellt einen großen Verlust für die Tauchabteilung dar.

(Rainer Meyer – 1. Vorsitzender der Tauchabteilung)

SCHWIMMEN

MEDAILLENFLUT FÜR DAS SSF MASTERS SCHWIMMTEAM

Deutscher Altersklassen-Rekord für die 4 x 100 m Lagenstaffel der Herren 256 Vereine mit 900 Teilnehmern und ca. 3000 Meldungen nahmen an den 50. Deutschen Meisterschaften der Masters über die kurzen Strecken im Schwimmen in Osnabrück teil. Die SSFler waren mit 13 Teilnehmern vertreten und errangen 7 x Gold, 7 x Silber und 7 x Bronze in den Einzelstrecken und 8 x Gold und 1 x Silber in den Staffeln. Dabei erzielte die 4 x 100 m Lagen-Staffel männl. AK 200 mit Sven Leopold, Tom Schürmann, Georg Wambach und Javier Nogues mit 4:35,93 min einen neuen Deutschen Alterklassenrekord. Somit konnten die SSF Masters wiederholt beweisen, dass sie zu den besten Mastersteams Deutschlands gehören. ■ (Margret Hanke)

Ergebnisse	
Gerhard Hole, AK 80:	Gold über 100 m Rücken und 50 m Rücken Silber über 200 m und 100 m Freistil
Javier Nogues, AK 50:	Gold über 200 m Freistil und 200 m Lagen
Margret Hanke, AK 70:	Gold über 100 m Rücken und 50 m Rücken
Georg Wambach, AK 50:	Gold über 50 m Schmetter Silber über 100 m Schmetter
Monika Warnusz, AK 75:	Silber über 200 m Lagen und 100 m Brust Bronze über 50 m Schmetter und 50 m Brust
Tom Schürmann, AK 45:	Silber über 100 m Brust
Ute Hole, AK 70:	Silber über 200 m Freistil Bronze über 100 m Brust
Jochen Kaminski, AK 40:	Bronze über 100 m Schmetter und 200 m Freistil
Sven Leopold, AK 50:	Bronze über 100 m und 50 m Rücken



Die Goldstaffeln:	
4 x 100 m Lagen männl. AK 200 J.	mit Sven Leopold, Tom Schürmann, Georg Wambach und Javier Nogues.
4 x 100 m Freistil männl. AK 200 J.	mit Jochen Kaminski, Sven Leopold, Georg Wambach und Javier Nogues
4 x 100 m Freistil weibl. AK 280 J.	mit Maïke Schramm, Margret Hanke, Ute Hole und Monika Warnusz
4 x 100 m Lagen, weibl. 280 J.	mit Ursel Borrmann, Monika Warnusz, Maïke Schramm und Ute Hole
4 x 50 m Freistil, weibl., 280 J.	mit Margret Hanke, Ute Hole, Monika Warnusz und Maïke Schramm
4 x 50 m Lagen, weibl. 280 J.	mit Ursel Borrmann, Monika Warnusz, Maïke Schramm und Ute Hole
4 x 50 m Brust, weibl. 280 J.	mit Birgit Veil, Ute Hole, Monika Warnusz und Ursel Borrmann
4 x 100 m Lagen mixed, 280 J.	mit Bernt Dittrich, Gerhard Hole, Margret Hanke und Birgit Veil.

ANTAUCHEN STA GLAUKOS 2018

Da liegt er, im besten Frühlingswetter, bei Sonnenschein und milden 25 ° C Lufttemperatur. Der See Widdauen 2 bei Leverkusen glitzert vor sich hin. Glaukos meint es diesmal gut mit seinen Jüngern aus der gleichnamigen Abteilung Sporttauchen. Zunächst mit nur vier Anmeldungen erweiterte sich die Gruppe der Taucher doch recht flott auf die doppelte Anzahl. Nach einer staubigen Anfahrt zum See ging der Ausrüstungsaufbau schnell von der Hand und einer nach dem anderen Taucher sprang vom Ponton ins Wasser. Auch unter der Oberfläche hielt Widdauen 2

sein Versprechen als gutes Tauchgewässer. Mit Sichtweiten von bis zu 5 m bei jedoch bescheidenen 6 Grad auf 9 m zeigte der See sich von seiner schönen Seite. Obwohl Flora und Fauna noch weitestgehend unausgebildet, schaute sich ein Barsch schon mal die Taucher an. Nach dem Tauchgang ging es auf die Sonnenterrasse des Bormachers Brauhaus in Monheim. Dort wurden dann Schnitzel in den verschiedensten Variationen verputzt, begleitet vom leckeren Dekobier. Und alle waren sich wieder einig – die Freiwasser Saison kann kommen. ■ (Christian Hensmann)



TISCHTENNIS

1. HERREN: SENSATION IN DER LANDESLIGA



dann gab es bis zum 1:5 nur Niederlagen. Erst Dirk Bertram konnte dann sein Einzel gewinnen. Sollten wir nochmal eine Aufholjagd einläuten? Himmel gewann sein Spiel, aber Gilge musste eine knappe 2:3-Niederlage zum 3:6 hinnehmen. War das schon die Entscheidung? Tewes stemmte sich mit einem feinen 3:2-Erfolg nochmals dagegen, aber Niederlagen von Dick und Bertram besie-

Vom Fastabsteiger zum Aufsteiger - so könnte man die märchenhafte Saison unserer 1. Herrenmannschaft zusammenfassen. Zum Abschluss der Vorsaison konnten sie nur in der Landesliga verbleiben, weil kurz vor Toresschluss noch ein Verein seine Mannschaft zurückgezogen hatte. In dieser Saison hatten wir uns dann schon ausgerechnet, nichts mit dem Abstieg zu tun zu haben, da einige Mannschaften doch deutlich schwächer aufgestellt waren. So sammelte das Team auch schnell die ersten Zähler und konnte sich auch zur eigenen Überraschung in der Spitzengruppe festsetzen. Dies konnten wir in der Rückserie mit dem Zugang von Dirk Bertram stabilisieren. Hinzu kam, dass die Mitkonkurrenten schwächelten und so konnte unsere Mannschaft schließlich mit einem 9:5-Sieg gegen TTF Wahn-Grengel den 2. Platz sichern, der zur Teilnahme an der Relegationsrunde berechnete.

In Düsseldorf ging es dann ums Ganze. Gegen den Heiligenhausener SV lagen wir dann schnell mit 1:4 zurück, als nur Bertram/Gilge im Eingangsdoppel punkten konnten. Allerdings brachten uns vier Siege in Folge von Bertram, Dick, Himmel und Gilge wieder ins Geschäft. Die Niederlagen von Tewes und Ho konnten Bertram und Dick wiederum ausgleichen. Durch Himels Sieg konnten wir die knappe Führung behaupten. Nun kam es auf das Schlussspiel an. Ho/Dick konnten mit dem knappsten Ergebnis 3:2 gewinnen und somit den 9:7-Erfolg sicher stellen. Eine gute Ausgangsbasis war gelegt.

Im zweiten Spiel am gleichen Tag gegen die 4. Mannschaft des Deutschen Meisters Borussia Düsseldorf schien unseren Jungs dann etwas die Puste auszugehen. In den Doppeln konnten zumindest Ho/Dick einen Zähler ergattern, aber

gelten die 4:9-Niederlage.

Nun musste im letzten Spiel ein Sieg gegen die TTG Langenich her. Im Doppel konnten allerdings wieder nur Ho/Dick gewinnen. Tewes gewann sein Spiel, wohingegen Ho knapp in der Verlängerung des Entscheidungssatzes verlor. Siege von Dick und Bertram brachten uns erstmals mit 4:3 in Führung. Johannes Knopp, der für den ausgesperrten Jan Gilge einsprang, musste allerdings den Ausgleich hinnehmen. Zur Halbzeit lagen wir dann durch den Erfolg von Himmel mit 5:4 vorne. Die Spannung stieg. Durch Niederlagen von Tewes und Ho wechselte die Führung wieder nach Langenich. Allerdings konnten Bertram und Dick dies mit zwei Siegen prompt wieder korrigieren. Als dann Himmel und Knopp ihre Einzel glatt verloren, stand fest, dass wir den direkten Aufstieg nicht schaffen konnten. Durch einen deutlichen Sieg von Ho/Dick im Abschlussspiel konnte unser Team zumindest ein 8:8-Unentschieden und somit den 3. Platz in der Gruppe erreichen.

Man stellte sich also darauf ein, in einer weiteren Relegationsrunde am folgenden Wochenende die letzte Chance beim Schopf zu packen. Doch es kam ganz anders: durch den überraschenden Rückzug des TTC Vernich rückten alle Drittplatzierten ohne weitere Spiele nach. Der sensationelle Aufstieg in die Verbandsliga war perfekt! Herzlichen Glückwunsch an das Team! Nun galt es für die Organisatoren schnell aktiv zu werden, denn eines war klar, wenn wir in der neuen Spielklasse erfolgreich sein wollen, müssen wir uns verstärken. Da wir uns aus finanziellen Gründen keinen Spitzenspieler leisten können und wollen, haben wir versucht, die Mannschaft in der Breite zu verbessern. Erfreulicherweise konnten wir mit Ben Wasiljew (TuRa Ober-

drees), Felipe Camus (Fortuna Bonn) und Oliver Apel (Borussia Düsseldorf) drei Spieler gewinnen, die nicht nur gut in die Mannschaft passen, sondern die uns auch die Chance eröffnen, dass die nächste Saison in der Verbandsliga mehr als nur ein Abenteuer wird. Herzlich willkommen im Team! Allen Mitgliedern kann man jetzt nur schon wärmstens ans Herz legen, die Heimspiele zu besuchen und unsere Mannschaft wieder zu Siegen anzufeuern und die tolle Atmosphäre zu genießen. ■

(Jörg Brinkmann)

TISCHTENNIS FÜR JEDEN – Hobbykurs

Für alle, die Spaß beim Tischtennis haben wollen, egal ob Anfänger oder Wiedereinsteiger, bieten wir mittwochs von 19–20.30 Uhr in der Turnhalle Alte Jahnschule einen betreuten Tischtenniskurs an. Kursgebühr für Nichtmitglieder: 30 € für 5 Trainingseinheiten, für Mitglieder kostenlos. Anmeldungen an Jörg Brinkmann, Tel. 0178 – 6388234. Darüber hinaus bieten wir „Freies Training“ montags von 18.30–20.00 Uhr und donnerstags von 17.30–20.00 Uhr im Sportpark Nord an. ■

MACH MIT – HALT DICH FIT: Tischtennis-Seniorengruppe

Das Training der Seniorengruppe findet immer dienstags und freitags von 15–17 Uhr im Heinrich-Hertz-Europakolleg, Herseler Str. 5, 53117 Bonn statt. Dienstags ist freies Training, freitags werden die Teilnehmer von unserem Trainer Jan Gilge betreut. Die Seniorengruppe freut sich über neue Mitglieder, die sich und die Tischtennisbälle immer in Bewegung halten. Kursgebühr für 5 Trainingseinheiten 30,00 € für Nichtmitglieder. Kostenfrei für Mitglieder. Anmeldungen an Jörg Brinkmann, Tel. 0178-6388234 ■

VOLLEYBALL

1. DAMENMANNSCHAFT HAT DAS SAISONZIEL ERREICHT

Projekt 3. Liga“ lautete das Vorhaben, mit dem im September 2017 der 16er Kader der 1. Damen der SSF Fortuna Bonn um das Trainerteam Albert Klein, Saskia Pelz und Frank Görlach nach der Meisterschaft in der Regionalliga in die erste Drittliga Saison startete.

Nur wenige Spielerinnen hatten in anderen Vereinen bereits Erfahrungen auf diesem Niveau sammeln können und nur mit wenigen Neuzugängen startete der Meisterkader in die zweithöchste Deutsche Amateurliga. Mit Lea Neumann ergänzte eine erfahrene Zweitligaspielerin des VC Neuwied auf der Mittelblockposition den Kader.



Die Zweitliga erfahrene Lea Neumann erwies sich als tolle Verstärkung

Vom SV Wachtberg kamen die damals noch 17-jährigen Nachwuchsspielerinnen Carlotta Hensel (Diagonal) und Meret Faller (Mitte). Zweite Spielmacherin wurde Laura Rudnick, die nach einem Auslandsaufenthalt für eine Saison eine Zwischenstation in Bonn machte. Schließlich konnte das Team mit Chiara Lück (Diagonal) auch eine Linkshänderin im Kader begrüßen. Nicht nur der Schwung des Meistertitels, sondern auch viel Arbeit in der Vorbereitung ließen schon in der ersten Saisonhälfte durchblicken, dass der Projektplan einstelliger Tabellenplatz im ersten Drittliga Jahr durchaus umgesetzt werden kann.

Schon am dritten Spieltag fielen die Worte „Wir sind langsam in der Liga angekommen“ und

spätestens an Spieltag 5 konnten die SSF Fortuna Damen diese Formulierung mit ihrem ersten Sieg, einem 3:0 Erfolg gegen die Reserve des Zweitligisten SCU Emlichheim bestätigen. Automatismen und Konstanz des Spiels wurden aber in der Hinrunde durch viel Verletzungspech immer wieder gestört, Kapitänin Hannah Lamby, Neuzugang Lea Neumann und Lisa Guillermand fielen mit schweren Verletzungen auch länger aus. Doch durch die bewusste Entscheidung für einen großen Kader und gute Organisation der Trainingseinheiten konnten Trainer Albert Klein und Co Trainer Frank Görlach trotz mehrerer Ausfälle ihr Team durch die erste Saisonhälfte führen, sodass man nach der Hinrunde bereits auf einem Nichtabstiegsplatz überwinterte.

In der Rückrunde konnten die SSF Fortuna Damen trotz spielerischer Höhen und Tiefen tatsächlich jedes Heimspiel gewinnen.



Kein Durchkommen in der Rückrunde für die Gegner in der Bonner Hardtberghalle. Die SSF Fortuna Damen gewannen alle Heimspiele (hier blocken Chiara Lück und Meike Liesner gegen Tuspo Weende)

Hierbei geht ein großer Dank an die 1. Herren des TuS Mondorf, welche in gegenseitiger Kooperationsarbeit unsere Heimspiele mitorganisierte. Außerdem bleibt zu erwähnen, dass das Projekt Dritte Liga nur mit großer Unterstützung

des Vereins, vielen Sponsoren und einzelner Helfer möglich war. Das Team sagt auch hier Danke an alle Unterstützer! Mit 9 Saisonsiegen und dem angestrebten einstelligen Tabellenplatz 9 wurde das Saisonziel im ersten Jahr erreicht.



Spielmacherin Luisa Reinhardt, hier mit Pass auf Caro Klemme, führte ihr Team souverän als Spielmacherin durch die erste Drittligasaison

Für die zweite Saison wird Großteil des Kaders zusammenbleiben. Einzig Zuspülerin Laura Rudnick wird die Mannschaft auf Grund von Reiseplänen nach Abschluss ihres Studiums verlassen ebenso wie Mittelblockerin Lisa Guillermand, die einen beruflich bedingten Umzug erwägt. Während ein Teil des Teams im Sand unterwegs ist und bei der Beachrunde des Westdeutschen Volleyballverbandes Punkte für die Teilnahme an den WVV Beach Meisterschaften sammelt, laufen parallel das Athletiktraining bei Eduardo Gatto und Sichtungstrainings für neu dazu kommende Spielerinnen. Mitte Juni möchte der sportliche Leiter Albert Klein seinen Kader für die durchaus herausfordernde zweite Drittliga Saison zusammen haben und schon bald offiziell in die Vorbereitung starten. Es gibt viel zu tun, denn mit dem Zweitligisten VC Allbau Essen, der mit ehemaligen Bundesligaspielerinnen gespickten Reserve des Erstligisten USC Münster und dem Bundesleistungsstützpunkt VC Olympia Münster werden neue sehr ambitionierte Teams in der dritten Liga an den Start gehen. Volleyball auf hohem Niveau gibt es also dann ab September wieder in der Hardtberghalle zu sehen. ■

VOLLEYBALL: EINSTEIGERTRAINING FÜR NEU- UND WIEDEREINSTEIGER

Die Volleyballabteilung bietet jetzt auch Einsteigertraining für Damen und Herren an. Es findet dienstags von 18:00 bis 19:45 Uhr in der Dreifachturnhalle des Schulzentrums

Tannenbusch, Hirschberger Straße 1, Bonn-Tannenbusch, statt. Ansprechpartnerin ist Nadia Siebigteroth. ■

2. DAMENMANNSCHAFT DER VOLLEYBALLABTEILUNG BEENDET SAISON ERFOLGREICH

Unsere Bezirksliga Damenmannschaft erreicht zum Ende der Saison den 2. Platz der regulären Tabelle. Auch in der Relegation um den Aufstieg in die Landesliga reicht es für Platz 2.

Nach dem erfolgreichen Aufstieg in die Bezirksliga war das vorrangige Ziel dieser Saison, mit einer in weiten Teilen neu zusammengesetzten Mannschaft den Klassenerhalt zu sichern. Trotz einiger Neuzugänge harmonisierte die Mannschaft auf Anhieb und konnte die ersten drei Spiele für sich entscheiden (3:1, 3:2, 3:0). Bis dato ungeschlagen hieß es nun einer der stärksten Mannschaften aus der Tabelle zu begegnen, der SG Marmagen/Nettersheim. Mit viel Euphorie und Kampfgeist gelang es unseren Damen das Spiel 3:1 zu gewinnen. Ab da war klar, dass nicht allein das Mithalten, sondern auch einer der oberen Plätze möglich sein würde.

Zum Karnevalsbeginn am 11.11.2017 durften unsere Mädels, nach taktischem Frühstück beim Trainer, zum bis dahin ebenso ungeschlagenen Brühler TV. Leider mussten unsere Spielerinnen ihre erste Niederlage verzeichnen (1:3). Doch die Motivation war ungebrochen: Nach drei weiteren Siegen und einer Niederlage ging es für den Aufsteiger mit einer sehr guten Bilanz von 6 Siegen und 2 Niederlagen als Zweitplatzierte in die Winterpause.

Diese nutzte unsere Mannschaft nicht nur zum Kräfte sammeln, sondern auch zur Vorbereitung für die anstehende Rückrunde. Während eines

Trainingswochenendes wurden nochmal Stärken herausgearbeitet und an den Schwächen gefeilt. Die Stimmung im Team war gut: Aufstieg oder zumindest Relegation wurden als Ziel der Rückrunde ausgegeben.

Mit einer weiteren Leistungssteigerung setzte das Team die Pläne in den ersten vier Spielen der Rückrunde um und gewann mit eindeutigen Endergebnissen (3:0, 3:1, 3:0, 3:0). Leider war die Mannschaft aufgrund einiger Krankheitsfälle zwischenzeitlich sehr dünn besetzt und im Rückspiel gegen den Brühler TV mussten wir leider wieder eine Niederlage einstecken. Nun ging es auf das Ende der Saison zu. Die Liga war stark besetzt, sodass es für mehrere Mannschaften noch Chancen auf den Aufstieg gab.

Für unsere Mädels war der direkte Aufstieg nicht mehr möglich. Aber der Relegationsplatz sollte unbedingt gehalten werden. Das Team konnte die letzten beiden Spiele für sich entscheiden und aufatmen: Das Ziel war erreicht, Platz 2 war gesichert. Es ging in die Relegation. Das erste Spiel der Relegation um den Aufstieg in die Landesliga mussten die Damen beim Eilendorfer TV aus der starken Aachener Landesliga absolvieren. Nach langem Kampf auf Augenhöhe (18:25, 25:22, 24:26, 17:25) unterlagen die Mädels jedoch mit 1:3. Nachdem Eilendorf auch das zweite Spiel für sich entscheiden konnte, stand bereits vor dem letzten Spiel fest, dass die Relegation nicht mehr gewonnen werden konnte. Trotzdem ging die Mannschaft hochmotiviert in

das letzte Spiel. In der durch unser Publikum bis zur letzten Ecke gefüllten Heimhalle in Tannenbusch ließen sich unsere Mädels von einer phänomenalen Stimmung durch ein spannendes Spiel zu einem 3:1-Sieg tragen.

Das bedeutete den zweiten Platz in der Relegation. Damit ist der Aufstieg nicht gelungen, jedoch gibt es einen Hoffnungsschimmer: Aufgrund anstehender Umstrukturierung in den Bezirken und eventueller Absagen anderer Mannschaften kann es dennoch sein, dass das Team noch in die Landesliga nachrücken darf. Daumen drücken ist angesagt!

Unabhängig von dem Ergebnis freut sich die Mannschaft über das gute Gesamtergebnis und auf die kommende Saison. Spätestens dann wird der Aufstieg in die Landesliga wieder in Angriff genommen.

Wir bedanken uns nochmal herzlich bei den Zuschauern, die die Mannschaft bei allen Heimspielen und auch bei vielen Auswärtsspielen tatkräftig unterstützt haben und freuen uns Sie und Euch auch in der nächsten Saison wieder in der Halle begrüßen zu dürfen.

Zudem freut sich die Volleyball-Abteilung immer über neuen Zuwachs. Bei Interesse kontaktieren Sie gerne unsere Damenwartin Nadia Siebigteroth (nsie@posteo.de). Eine schöne Saisonpause allen und hoffentlich sieht man sich bei einem Heimspiel in der nächsten Saison! ■

(Anna Luisa Dollheiser und Lena Weingarten)

DAMEN III: KNAPP AN DER BEZIRKSLIGA VORBEI



Das dritte Damenteam der SSF Bonn besteht aus 15–20 jungen motivierten Bonnerinnen und ihrem Trainer Christoph

Miebach. Erst vorletzte Saison neu ins Leben gerufen, gelang ihnen bereits in ihrer ersten Spielzeit der Aufstieg von der Kreisklasse in die Bezirksklasse. Zu Beginn ihrer zweiten Saison war dann schnell klar, dass die Mädels in den oberen Rängen der neuen Liga mitspielen würden. Als Mannschaft zusammengewachsen gewannen sie in der Hinrunde 5 von 6 Spielen ohne Satzverlust. Dann mussten sie sich allerdings dem Tabellenersten vom Meckenheimer TV, der die ganze Saison seine reine Weste bewahrte, geschlagen geben. Damit sicherte sich das Team in der Hinrunde einen ungefährdeten zweiten Platz.

Der Start in die Rückrunde war von Verletzungen und krankheitsbedingten Ausfällen überschattet.

Drei Niederlagen machten den Kampf um den sicher geglaubten Relegationsplatz noch einmal spannend: Es reichte knapp!

Am Relegationswochenende spielte die Mannschaft zwei gute Spiele mit tollen Ballwechseln. Einen herzlichen Dank noch einmal an die Fans für's Mitfiebern! Am Ende reichte es leider nicht für den Sieg und den Aufstieg. Woran es gelegen hat? Ja, woran hat es gelegen? Das fragt man sich immer.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die noch junge Mannschaft eine tolle Saison gespielt hat. Sie hat einen super Teamgeist und hohe Motivation gezeigt und freut sich darauf, in der kommenden Saison wieder anzugreifen! ■

(Alina Peter und Katja Fessenko)

CLUB-INFO

(Stand 01.06.2018)

Mitgliedsbeitrag pro Jahr	
Erwachsene:	165 € (+26 € Aufnahmegebühr)
Kinder:	132 € (+11 € Aufnahmegebühr)
Familienermäßigung, Studentenrabatt 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 BIC: COLSDE33 IBAN: DE54370501980000007203	
Geschäftsstelle	
Adresse:	Kölustraße 313 a 53117 Bonn
Telefon:	0228-676868
Fax:	0228-673333
E-Mail:	info@ssfbonn.de
Internet:	www.ssfbonn.de
Vereinsinfotheke:	Sportpark Nord, 1. Etage Montag bis Freitag 10.00–18.00 Uhr
Vorstand	
Prof. Dr. Lutz Thieme:	Vorsitzender
Dietmar Kalsen:	Stellv. Vorsitzender, Verwaltung und Betrieb der Sportstätten
Maïke Schramm :	Stellv. Vorsitzende
Herald Göbel:	Finanzen
Ute Pilger:	Öffentlichkeitsarbeit
Frank Herboth:	Breitensport und Koordination der Fachabteilungen
Dr. Ferdinand Krause:	Vereinsverwaltung, Rechts- und Sozialangelegenheiten
Sascha Pierry:	Leistungs- und Spitzensport sowie abteilungsübergreifende Projekte
Christoph Mertens:	Koordination Vereinsorgane und Sponsoring

Sport-Service-Bonn GmbH	
Geschäftsführer:	Anke Tölze
Adresse:	Kölustraße 313 a 53117 Bonn
Telefon:	0228-5594112
Fax:	0228-5594129
E-Mail:	info@sport-service-bonn.de

Praxisgemeinschaft Physiotherapie	
Göke und Löchelt	
Adresse:	Kölustraße 250 53117 Bonn (im Sportpark Nord)
Telefon:	0228-85030215
Internet:	www.physio-sportpark-nord.de
E-Mail:	info@physio-sportpark-nord.de

Restaurant und Sportsbar „Pastacasa“	
Adresse:	Kölustraße 250 53117 Bonn (Im Sportpark Nord)
Telefon:	0174 1010109
E-Mail:	imaddahas@gmail.com

Restaurant „Canal Grande“ (Im vereinseigenen Bootshaus)	
Adresse:	Rheinaustraße 269 53225 Bonn (Beuel)
Telefon:	0228-467298

Schwimmhallen	
Schwimmhalle im Sportpark Nord in Vereinsregie	
Adresse:	Kölustraße 250 53117 Bonn 0228-5594133
Sportbecken:	50 m lang, 20 m breit, Wassertiefe 1,80 m/2,00 m, Wassertemperatur 27 ° C.
Lehrbecken:	12,5 m lang, 5,80 m breit, Wassertiefe 0,40 m/1,10 m, Wassertemperatur 29 °C. (Montag bis Samstag durch Kurse belegt)
Regeln:	Badekappspflicht! Keine Badeshorts!
Kostenlose Badbenutzung für Vereinsmitglieder zu folgenden Zeiten:	

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
von	14.00	06.00	06.30	06.00	06.30	07.00	08.00
bis	21.30	21.30	21.30	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./2. Weihnachtstag | **Für die übrigen Feiertage bitte Aushang im Bad beachten!**

Frankenbad	
Adresse:	Am Frankenbad 2, 53111 Bonn
In dieser Schwimmhalle finden nur Schwimmkurse statt	

Sporthallen und Trainingsplätze	
Beethoven-Gymnasium:	Adenauerallee 51-53, 53113 Bonn
Bertolt-Brecht-Gesamtsch.:	Schlesienstr. 21–23, 53119 Bonn
Collegium Josephinum:	Kölustraße 413, 53117 Bonn
Fechtinternat:	Am Neuen Lindenhof 2, 53117 Bonn
Freie Waldorfschule:	Stettiner Straße 21, 53119 Bonn
Gestüt Aluta im Heidetal:	Wiesenstr. 3, 53332 Bornheim
Gottfried-Kinkel-Realschule (Aula):	August-Bier-Str. 2, 53129 Bonn
Hardtberghalle:	Gaußstraße 1, 53125 Bonn
Heinrich-Hertz-Berufskolleg:	Herseler Straße, 53117 Bonn
Jahnschule:	Herseler Straße 3, 53117 Bonn
GGS Karlschule Bonn:	Dorotheenstraße 126, 53111 Bonn
KGS Donatusschule:	Donatusstraße 12, 53175 Bonn
Ludwig-Erhard-Berufskolleg:	Kölustraße 235, 53117 Bonn
Robert-Wetzlar-Berufskolleg:	Dorotheenstraße 126, 53111 Bonn
Schulzentrum Tannenbusch:	Hirschberger Straße 3, 53119 Bonn
Seniorenheim Josefshöhe:	Am Josefinum 1, 53117 Bonn
Sportpark Nord:	Kölustraße 250, 53117 Bonn
SSF-Bootshaus:	Rheinaustraße 269, 53225 Bonn
Tannenbusch-Gymnasium:	Hirschberger Straße 3, 53119 Bonn
Till-Eulenspiegel-Schule:	Renoisstraße 1 a, 53129 Bonn
Uni-Sporthalle:	Römerstraße 164, 53117 Bonn

Fitness-Studios	
Sportpark Nord	
Adresse:	Kölustraße 250 53117 Bonn
Telefon:	0228-6193755
Auskünfte:	Beate Gottschalk, Anke Bauz
Öffnungszeiten:	Mo–Fr: 08.00–21.30 Uhr Sa: 08.00–16.00 Uhr So: 09.00–15.00 Uhr

SSF-Bootshaus Beuel	
Adresse:	Rheinaustraße 269 53225 Bon
Telefon:	0228-4229272
Auskünfte:	Inga Rogge
Öffnungszeiten:	Mo–Mi, Fr: 09.00–21.30 Uhr Do: 07.00–21.30 Uhr Sa–So: 09.00–19.00 Uhr

OFFENER BEWEGUNGSTREFF (Stand 01.06.2018)

Einfach eine Teilnehmerkarte kaufen und hingehen. Keine Anmeldung erforderlich! Beim Offenen Bewegungstreff können, aber müssen Sie sich nicht festlegen ob Sie in ein oder mehrere Angebote hineinschnuppern möchten. Je nachdem für welches Kartenangebot Sie sich entscheiden, können Sie auch beliebig innerhalb der gesamten Angebote hin- und herwechseln.

Die Jahres- und Multijahreskarten 2017 verlieren zum Jahresende ihre Gültigkeit und müssen für 2018 neu beantragt werden. Die Anmeldeformulare erhalten Sie am SSF-Infostand im Sportpark Nord, im Fitness-Studio im Bootshaus Beuel und als download auf unserer Homepage unter http://www.ssfbonn.de/preise_offener_bewegungstreff.html

Wir möchten unseren Teilnehmern ein aktuelles, interessantes und vielfältiges Sportangebot bieten. Programmänderungen im Offenen Bewegungstreff werden möglichst nur pro Quartal (nach den Weihnachts-/Oster-/Sommer- u. Herbstferien) vorgenommen. In den Ferien finden im Offenen Bewegungstreff keine Sportangebote statt.

Strukturelle Änderungen (z. B. Hallensperrungen, Verfügbarkeit der Übungsleiter, Anzahl der Teilnehmer etc.) sind in den „offenen“ Sportgruppen auch kurzfristig möglich. Über den aktuellen Stand informieren wir Sie im Sportpark Nord (Parterre, in den Schaukästen), am SSF-Infostand (erste Etage) und auf unserer Internetseite [ssfbonn.de/offener-bewegungstreff.html](http://www.ssfbonn.de/offener-bewegungstreff.html).

Eine Kursstunde findet statt, wenn drei und mehr Teilnehmer anwesend sind. Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass eine Kursstunde mit weniger als drei Teilnehmern an dem Tag ausfällt.

Preise des Offenen Bewegungstreffs

- 10er-Karte
- 30 € für Mitglieder
 - 70 € für Nichtmitglieder

- Jahreskarte für 1 Angebot (nur für Mitglieder)
- 50 € bis 59 Jahre
 - 40 € ab 60 Jahre

- 2 Jahreskarten für 2 Angebote (nur für Mitglieder)
- 75 € bis 59 Jahre
 - 65 € ab 60 Jahre

- Multijahreskarte für alle Angebote (nur für Mitglieder)
- 90 € bis 59 Jahre
 - 80 € ab 60 Jahre

Die Jahres- und Multi-Jahreskarten sind immer nur bis Ende Dezember gültig. Sie müssen jedes Jahr neu beantragt werden.



Gutschein

einmal kostenlos an einer Kursstunde des offenen Bewegungstreffs teilnehmen



Kursangebot

Besucher: Vorname und Nachname

DAS ANGEBOT

Wirbelsäulengymnastik		
Montag	09.00–10.00 Uhr	Sportpark Nord
Montag	18.00–19.00 Uhr	Seniorenheim Josefhöhe
Freitag	08.30–09.45 Uhr	Sportpark Nord

Wirbelsäulengymnastik mit Entspannung		
Dienstag	11.00–12.30 Uhr	Sportpark Nord

Rückenfit		
Mittwoch	11.00–12.15 Uhr	Bootshaus Beuel
Donnerstag	09.15–10.30 Uhr	Sportpark Nord

Yoga		
Montag	09.30–11.00 Uhr	Bootshaus Beuel
Dienstag	11.15–12.45 Uhr	Bootshaus Beuel
Mittwoch	08.30–09.45 Uhr	Sportpark Nord

Yoga für Männer		
Donnerstag	09.30–10.45 Uhr	Bootshaus Beuel

Sanftes YogaPilates		
Montag	10.15–11.30 Uhr	Sportpark Nord

Pilates		
Dienstag	09.30–10.45 Uhr	Sportpark Nord
Dienstag	09.30–11.00 Uhr	Bootshaus Beuel
Dienstag	20.00–21.30 Uhr	Sportpark Nord

Kräftigung Tiefenmuskulatur		
Freitag	10.00–11.30 Uhr	Sportpark Nord
Freitag	19.30–21.00 Uhr	Sportpark Nord

Seniorengymnastik		
Mittwoch	10.00–11.15 Uhr	Sportpark Nord
Donnerstag	11.00–12.15 Uhr	Bootshaus Beuel

Body Styling		
Montag	19.45–21.15 Uhr	Sportpark Nord

deepWORK® (Kraft und Dynamik)		
Mittwoch	19.00–20.30 Uhr	Sportpark Nord

Bauch-Beine-Po		
Mittwoch	09.30–10.45 Uhr	Bootshaus Beuel

Aquajogging		
Dienstag	11.00–12.00 Uhr (mit Musik)	Sportpark Nord
Mittwoch	10.30–11.15 Uhr	Sportpark Nord
Mittwoch	11.30–12.15 Uhr	Sportpark Nord
Donnerstag	10.45–11.30 Uhr (mit Musik)	Sportpark Nord
Donnerstag	11.45–12.30 Uhr (mit Musik)	Sportpark Nord
Freitag	10.00–10.45 Uhr (mit Musik)	Sportpark Nord
Freitag	11.00–11.45 Uhr (mit Musik)	Sportpark Nord

Wassergymnastik mit Power		
Donnerstag	19.00–20.00 Uhr	Sportpark Nord

Wir möchten uns bei allen Mitgliedern des Offenen Bewegungstreff für ihre treue Teilnahme bedanken und wünschen Allen **einen schönen Sommer!**

KURSE (Stand 01.06.2018)

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 Infos erhalten Sie in der Geschäftsstelle oder bei den angegebenen Ansprechpartnern.

Infos zu allen Kursen an der Infotheke in der 1. Etage im Sportpark Nord, Telefon 0228-676868 und info@ssfbonn.de

Aerobic Sportpark Nord		
Fatburner Aerobic	montags	18.15–19.30 Uhr
Easy Dance Aerobic	freitags	18.00–19.15 Uhr
Preise je 10 Einheiten: Mitglieder: 40 € Nichtmitglieder: 80 € Bei Buchung beider Angebote: Mitglieder: 60 € Nichtmitglieder: 120 €		

Aquapower Sportpark Nord		
schwimmtief	donnerstags	19.00–19.45 Uhr
	donnerstags	19.45–20.30 Uhr
stehtief	dienstags	20.15–21.00 Uhr
Preise je 10 Einheiten Mitglieder: 40 € Nichtmitglieder: 80 €		

Ballsport für Frauen Tannenbusch-Gymnasium		
	montags	20.00–21.30 Uhr
Preise je 10 Einheiten: Mitglieder: 30 € Nichtmitglieder: 60 €		

Capoeira		
Kinder (6–12 Jahre)	dienstags	16.30–17.30 Uhr Bootshaus Beuel
Anfänger (Erw.)	dienstags	17.30–18.30 Uhr Bootshaus Beuel
Fortgeschr. (Erw.)	dienstags	18.30–20.00 Uhr Bootshaus Beuel
alle Erwachsenen	mittwochs	19.00–21.00 Uhr Sportpark Nord
Preise je 10 Einheiten: Für Mitglieder kostenlos Kinder: 40 € Erwachsene: 55 €		

Functional Fitness Sportpark Nord		
	freitags	18.30–19.30 Uhr
Preise je 10 Einheiten: Mitglieder: 50 € Nichtmitglieder: 100 €		

KiA (Kids in Action)		
Sportartübergreifende Förderung für Kinder ab 1 bis 12 Jahre, Preise pro Schulhalbjahr, Preiskategorien je nach Angebot und Gruppe. Infos unter kia@ssfbonn.de oder in der Geschäftsstelle der SSF Bonn, Telefon: 0228-676868.		

Kung Fu Bootshaus Beuel		
Kinder, Anfänger	montags	16.30–17.15 Uhr
Kinder, Fortgeschr.	montags	17.15–18.10 Uhr
Anfänger. (Jgdl. u. Erw.)	montags	18.15–19.20 Uhr
Fortgeschr. (Jgdl. u. Erw.)	montags	19.20–20.30 Uhr
Sondertraining, Organisatorisches	montags	20.30–22.00 Uhr
Kursgebühr richtet sich nach der Länge des Kurses, Infos bei Sabine Haller-Schretzmann: kung-fu@ssfbonn.de .		

Laufkurs Bootshaus Beuel Bitte eigene Pulsuhr mitbringen!		
Anfänger	dienstags	18.00–19.00 Uhr
	donnerstags	18.00–19.00 Uhr
Preis je 12 Einheiten: Mitglieder: 60 € Nichtmitglieder: 120 €		

Laufkurs für Diabetiker Bootshaus Beuel		
November–März:	samstags	09.00 Uhr
April–Oktober:	mittwochs	19.00 Uhr
	samstags	9.00 Uhr
Preise: 199 € Selbstkostenanteil.		

Pilates Ludwig-Erhard-Kolleg Bitte eine Isomatte mitbringen!		
	mittwochs	17.00–18.15 Uhr
Preise je 10 Einheiten: Mitglieder: 40 € Nichtmitglieder: 80 €		

Schwimmkurse für Erwachsene Sportpark Nord		
Infos bei Fabian Werkhausen: fabian.werkhausen@ssfbonn.de Preis pro Stunde: 9 € bei ca. 14 Kurseinheiten		

Schwimm- und Wassergewöhnungskurse für Kinder		
Umfangreiches Angebot. Infos bei Stefan Koch: stefan.koch@ssfbonn.de .		

Ski – Kurse für Erwachsene Einstieg jederzeit möglich		
montags	19.00–20.15 Uhr Heinrich-Hertz-Europakolleg	
mittwochs	18.30–19.30 Uhr Sportpark Nord	
mittwochs	19.30–20.45 Uhr Sportpark Nord	

Preise: Für Mitglieder der Skiabteilung kostenlos | Mitglieder anderer Abteilungen und Nichtmitglieder: 10er-Karte 55 €
Infos bei Jürgen-Ludwig Block: Telefon 0228 - 690454, ski-abteilung-info@online.de.

Sportabzeichen Stadion im Sportpark Nord		
	dienstags	18.00–19.30 Uhr

Ab Mai bis Oktober, kostenfrei, Abnahme Deutsches Sportabzeichen, keine Anmeldung erforderlich.
Infos bei Frank Herboth: sportabzeichen@ssfbonn.de.

Urban Fitness Bootshaus Beuel		
	donnerstags	17.00–18.30 Uhr
Preise je 10 Einheiten: Mitglieder: 50 € Nichtmitglieder: 100 €		

Yoga Bootshaus Beuel		
	mittwochs	17.00–18.30 Uhr
Preise je 10 Einheiten: Mitglieder: 40 € Nichtmitglieder: 80 €		

Zumba Turnhalle Karlschule		
	freitags	18.30–19.30 Uhr
Preise je 10 Einheiten: Mitglieder: 30 € Nichtmitglieder: 60 €		

ABTEILUNGSINFO Für Vereinsmitglieder, Probetraining möglich

Badminton	
Angebot:	Verschiedene Trainingsgruppen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene, Kurse für Anfänger und Fortgeschrittene
Trainingsstätte	Sportpark Nord
Auskünfte	Stefan Walter und Gustav Weis, badminton@ssfbonn.de
Kurse:	SSF Bonn, Geschäftsstelle, 0228-676868

Capoeira	
Angebot:	Trainingsgruppen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene
Trainingsstätte	SSF-Bootshaus Beuel, Sportpark Nord
Auskünfte	Daniel Katayama, 0171-1438107

Floorball (Unihockey)	
Angebot:	Trainingsgruppen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene
Trainingsstätte	Sportpark Nord, Till-Eulenspiegel-Schule und Tannenbusch-Gymnasium
Auskünfte	Anke Tölzer, anke.toelzer@ssfbonn.de

Judo	
Angebot:	Judotraining für Kinder (ab 5 J.), Jugendliche und Erwachsene, Judogymnastik
Trainingsstätte	Sportpark Nord
Auskünfte	Andreas Hartmann (Erw.), judo-erwachsene@ssfbonn.de Yamina Bouchibane (Kinder), 02224-969545

Ju-Jutsu	
Angebot:	Selbstverteidigung, Kampfttraining und Fitness für Jugendliche ab 16 J. und Erwachsene
Trainingsstätte	Sportpark Nord
Auskünfte	Anika Bundus, jujutsu@ssfbonn.de

Kanu	
Angebot:	Ausbildung, regelmäßige Fahrten, Teilnahme an Wettbewerben und sonstigen Veranstaltungen
Trainingsstätte	Sportpark Nord, SSF-Bootshaus
Auskünfte	Sam Schmitz, 0228-9107530 , abtltr@kanu.ssfbonn.de Walter Düren, 0228-363890

Abteilungsbeitrag: Jgdl. 22,10 € und Erw. 27,20 € pro Jahr

Karate, Ken-Do	
Angebot:	Karate: Für Kinder ab 6 J., Jugendliche und Erwachsene, Anfängerkurse und Trainingsgruppen Ken-Do: Für Jugendliche ab 14 J. und Erwachsene
Trainingsstätte	Sportpark Nord, Karlschule, Ludwig-Erhard-Kolleg, Freie Waldorfschule, Bertolt-Brecht-Gesamtschule
Auskünfte	Norbert Potzner (Karate), 0163-2306620 , norbert@karate-ssfbonn.de Malte Karow (Kendo), mkarow@online.de

Krafttraining / Fitnesstraining	
Angebot:	Individuelles u. wirbelsäulenschonendes Ganzkörpertraining an Geräten, gezieltes Gymnastikprogramm sowie Tests zur Einschätzung des Trainingszustandes
Trainingsstätte	Sportpark Nord SSF-Bootshaus Bonn Beuel
Auskünfte	Beate Gottschalk (Sportpark Nord), 0228-6193755 Inga Rogge (SSF-Bootshaus), 0228-4229272

Abteilungsbeitrag: Sportpark Nord: 120 € pro Jahr
Beuel: 85 € pro Jahr
Beide Studios: 144 € pro Jahr

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

Lacrosse	
Angebot:	Trainingsgruppen f. Jgdl. u. Erw.
Trainingsstätte	Werferwiese Sportpark Nord
Auskünfte	lacrosse.herren@ssfbonn.de lacrosse.damen@ssfbonn.de

Leichtathletik	
Angebot:	Trainingsgruppen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene
Trainingsstätte	Sportpark Nord, Collegium Josephinum Bonn
Auskünfte	Christopher Kluthe, c.kluthe@web.de

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:	Attila Levai, mfk@ssfbonn.de

Schwimmen	
Angebot:	Schwimmkurse/Leistungssport- und Breitensportgruppen (Zusatzbeiträge in einigen Trainingsgruppen)
Trainingsstätte	Sportpark Nord, Frankenbad u. a.
Auskünfte	schwimmen@ssfbonn.de
Masterssport:	Margret Hanke, 0228-622899
Schwimmkurse:	SSF-Geschäftsstelle, 0228-676868

Ski	
Angebot:	Ganzjährige Skigymnastik, Skilauf aktiv, Skiwandern, Skiferien für jedermann, Schlittschuhlaufen, Wanderungen
Trainingsstätte	Sportpark Nord, Heinrich-Herz Berufskolleg
Auskünfte	Jürgen-Ludwig Block, 0172 863 5311, ludwig.block@web.de Peter Bruderreck, 0228-3361730, skipeter@netcologne.de

Abteilungsbeitrag: 7 € pro Jahr

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

Tanzen „Tanz-Turnier-Club ORION“	
Angebot:	Breitensport-Tanzen, Turniertanz Standard
Trainingsstätte	Gottfried-Kinkel-Realschule, SSF-Bootshaus
Auskünfte	Martin Auberger, abteilungsleiter@tanzen.ssfbonn.de
Abteilungsbeitrag:	30,70 € pro Quartal

Tauchen „STA Glaukos“	
Angebot:	ABC-Ausbildung, Ausbildung zum Erwerb aller internationalen Tauchsportabzeichen, Übungstauchgänge im Freigewässer nach Absprache
Trainingsstätte	Sportpark Nord
Auskünfte	glaukos@ssfbonn.de
Abteilungsbeitrag:	25,60 € pro Jahr

Tischtennis	
Angebot:	Trainingsgruppen für Jugendliche, Senioren, Hobby- und Mannschaftsspieler
Trainingsstätte	Jahnschule, Sportpark Nord, Heinrich-Hertz-Schule
Auskünfte	Jörg Brinkmann, tischtennis@ssfbonn.de

Triathlon	
Angebot:	Vielseitigkeitssport: Schwimmen, Laufen, Radfahren
Trainingsstätte	Sportpark Nord
Auskünfte	Ingo Lochmann, abteilungsleiter@ssf-bonn-triathlon.de
Abteilungsbeitrag:	45 € pro Mitglied (auch für Kinder und Jugendliche)

Volleyball	
Angebot:	Wettkampfmannschaften für Kinder und Erwachsene Hobby-Volleyball-Gruppen, Kurse für Anfänger
Trainingsstätte	Hardtberghalle, Beethoven-Gymnasium, Schulzentrum Tannenbusch, KGS Donatusschule, Sportpark Nord
Auskünfte	Birgitta Schaaf, volleyball@ssfbonn.de

Wasserball	
Angebot:	Mannschaften für alle Altersstufen
Trainingsstätte	Sportpark Nord
Auskünfte	Fabian Werkhausen, 0151-46315603 , Fabian.Werkhausen@ssfbonn.de

PARTNERSEITE

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.

- **7G runergy**,
Bahnhofstraße 6 | 53604 Bad Honnef

- **Apura Services GmbH**,
Schenkendorfstr. 6 | 53173 Bonn

- **Aschenbrenner Immobilien**,
Annaberger Str. 128 | 53175 Bonn

- **bonaViva Verwaltung GmbH**,
Dollendorfer Str. 106–110 | 53639 Königswinter

- **BRONX ROCK Kletterhalle GmbH**,
Vorgebirgsstraße 5 | 50389 Wesseling

- **Carboo4U Sport Vertriebs GmbH & Co. KG**
Emil-Hoffmann-Str. 55–59 | 50996 Köln

- **City Fahrschule Bonn**,
Bertha-von-Suttner-Platz 8 | 53111 Bonn
Rochusstraße 230 | 53123 Bonn
Kaiserstraße 96 | 53721 Siegburg

- **Deutsche Vermögensberatung Peter Gammersbach**,
Kölner Str. 234 | 51149 Köln

- **eyespeed/sportoptik online**,
Bornplatz 9 | 56412 Welschneudorf

- **Intersport Sportpartner Bonn**,
Wenzelgasse/Friedrichstr. 45 | 53111 Bonn

- **Klassenzimmer – Kochschule & Restaurant**
Paul-Kemp-Straße 9 | 53173 Bonn

- **Kröber Hören + Sehen**,
Sternstr. 73 | 53111 Bonn

- **Laufladen Bonn**,
Kölustr. 25 | 53111 Bonn

- **Frédéric Letzner, Ernährungsberater/ DGE, Gesund-heitsförderung**
Beratung und Coaching, www.letz-go.de

- **Möbel-Manufaktur Seelscheid**
Weesbacher Strasse 9 | 53819 Neunkirchen Seelscheid

- **Novo GmbH**,
Lieselingsweg 102–104 | 53119 Bonn

- **Original Bootcamp, Michael Adelman**
(Headcoach Bonn) michael@original-bootcamp.com

- **Parfümerie Vollmar GmbH**,
Sternstr. 64 | 53111 Bonn

- **Praxis für Osteopathie & Physiotherapie, Christian Wolski und Carsten Meyer**,
Irmintrudisstr. 19 | 53111 Bonn

- **Radladen Hoenig**,
Hermannstr. 30 | 53225 Bonn

- **Sanitätshaus Hohn**,
Kölustr. 54 | 53111 Bonn

- **Saunapark Siebengebirge**,
Dollendorfer Str. 106–110 | 53639 Königswinter

- **Schlafsysteme Sleeping Art**,
Potsdamer Platz 2, 53119 Bonn

- **Schmidt-Rudersdorf Fliesen**,
Christian-Lassen-Str. 6, | Gewerbegebiet Bonn-Buschdorf

- **Schwerelos – Well Kitchen**
Pützchens Chaussee 56 | 53227 Bonn

- **Ski & Fun GmbH**,
Wiedstr. 7 | 53859 Niederkassel

- **Sportler Apotheken**
Kosmos Apotheke, Rochusstr. 180 | 52123 Bonn;
Einhorn Apotheke, Poststr. 34 | 53111 Bonn;
Adler Apotheke, Kaiserstr. 126 | 53721 Siegburg

- **Sport Olzem**,
Im Mühlenfeld 1/Am Burgweiher | 53123 Bonn

- **Stil & Image**,
Emilie-Heyermann-Weg 9 | 53121 Bonn

- **Unternehmens- und Personalberatung**,
Stefan Rausch,
Kaiserstr. 34 | 53113 Bonn

- **Wonneberger Sauna-Centrum & Physiotherapie**,
Adolfstr. 42–44 | 53111 Bonn

- **Yves Rocher**,
Sternstr. 10 | 53111 Bonn



FREUDE.
JOY.
JOIE.
BONN.

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



Unser Strom vom Dach!

Null Invest. Null Aufwand. Null Risiko.

Eine PV-Anlage, die sich auszahlt.

Wollen Sie Ihren Strom klimafreundlich selbst erzeugen und sich unabhängig von künftigen Preisschwankungen machen? Dann setzen Sie auf unsere Photovoltaik-Anlage, mit der Sie Ihren Strom im eigenen Haushalt verbrauchen. Ohne Investitionskosten und ohne Sorgen, denn Installation und regelmäßige Wartung sind inklusive. Alle Infos und Ihr individuelles Angebot gibt's auf **stadtwerke-bonn.de** im Internet.