

SPORT-PALETTE

Schwimm- und Sportfreunde Bonn 1905 e. V.



50 Jahre Betriebsführerschaft der SSF Bonn
für das Schwimmbad im Sportpark Nord | Seite 12-14

SSF Sommerfest 2019 | Seite 7

Fit im Park – drei Outdoor-Übungen | Seite 15



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

Theatergemeinde BONN

Kultur.
Vielfalt.
Erleben.

Oper - Musical - Tanz - Schauspiel - Kabarett -
Varieté - 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-ABOS MIT VIER VORSTELLUNGEN.
ODER EIN KABARETT-ABO.**

**EIN ABO MIT TANZ-GASTSPIELEN?
ODER EIN JUGEND-ABO ODER EIN KINDER-ABO (AB 3 JAHRE).**

**MEHR ALS 70 VARIANTEN WARTEN AUF SIE.
FÜR KINDER, JUGENDLICHE, ERWACHSENE:
DA IST FÜR JEDE(N) ETWAS DABEI.**



Gerne senden wir Ihnen unseren umfangreichen Spielzeitführer mit vielen Angeboten für Groß und Klein kostenlos und unverbindlich zu.

Anruf genügt: 0228 91 50 30. Oder Mail an: info@tg-bonn.de



www.theatergemeinde-bonn.de



50 JAHRE SCHWIMMBAD IM SPORTPARK NORD

Liebe Mitglieder der Schwimm- und Sportfreunde Bonn,

In diesem Jahr können wir den 50. Geburtstag unseres Schwimmbades im Sportpark Nord feiern. Auch wenn die SSF Bonn in diesem Jahr 114 Jahre alt sind, ist der Bau des Schwimmbades ein zentraler Meilenstein in der Clubgeschichte. Sowohl was die Mitgliederentwicklung des Vereins angeht von in etwa 2000 Mitgliedern in 1969 bis heute fast 10.000 Mitglieder, als auch die Entwicklung der SSF Bonn vom reinen Schwimmverein zum klassischen Mehrspartenverein. Vieles von dem was die SSF Bonn heute sind, hatte seinen Ursprung im Bau des neuen Schwimmbades.

Dabei war das Schwimmbad beim Bau des Sportpark Nord Ende der 1960er Jahre ursprünglich gar nicht geplant. Als aber der Sandboden unter der Sporthalle absackte und ein großer Hohlraum entstand, nutzte der damalige SSF Vorstand um seinen Vorsitzenden Herrmann Henze die Gunst der Stunde und schlug vor, ein Schwimmbad unter die Sporthalle zu bauen. Auch wenn das heute unvorstellbar erscheint, das Bad wurde innerhalb von 8 Monaten von Ernst van Dorp als Architekt geplant und mit Hilfe von Bundes- und Landesmitteln gebaut, so dass die Stadt Bonn außer Grund und Boden nur einen geringen Finanzierungsanteil zu tragen hatte.

Es entstand eines der ersten 50 Meter Hallenbäder in Deutschland, das - auch das war damals ein Novum - von einem Sportverein betrieben wurde. Zur Eröffnung wurde Wasser aus mehreren Olympiabecken aus der ganzen Welt eigens nach Bonn gebracht und ins Beckenwasser des Sportpark Nord eingelassen.

Die „Hoch-Zeit“ des Leistungsschwimmsports in Bonn, die SSF Bonn stellen bei den Olympischen Spielen in München 1972 und Montreal 1976 einen Großteil der Deutschen Schwimm Mannschaft, lag an den hervorragenden und damals einmaligen Schwimmbedingungen in Bonn. Aber auch die Olympiateilnahmen der Bonner Schwimmer in Los Angeles 1984 und Barcelona 1992 sowie der Modernen Fünfkämpferinnen in Sydney 2000, Peking 2008, London 2012 und Rio 2016 sind eng mit den guten Trainingsbedingungen im Sportpark Nord verbunden.

Aber als Lena Schöneborn als Moderne Fünfkämpferin den ersten Olympiasieg für die SSF Bonn im Jahr 2008 holte, war bereits klar, dass das Aluminiumbecken dringend saniert werden musste. Erneut gefördert von

Bundes- und Landesmitteln, diesmal aber auch mit städtischen Mitteln in Höhe von 1,6 Mio. Euro gelang dies im Jahr 2014. Die damals durchgeführte energetische Sanierung und der Ersatz des Alu-Beckens durch ein Edelstahl Becken sind eine Garantie, dass das Becken im Sportpark Nord eine nachhaltige Zukunft vor sich hat.

Das Modell der SSF Bonn sowohl den Leistungssport wie auch den Breitensport zu fördern hat sich in vielfältiger Weise gelohnt. Kein anderes Bad in Bonn hat tag, täglich eine Frequenz von 1000 Badnutzern. Die fast 10.000 Vereinsmitglieder, die aus allen Bonner Stadtgebieten kommen, unter ihnen über 2000 Mitglieder mit Migrationshintergrund aus mehr als 20 Nationen haben die Möglichkeit das Schwimmen als eine der gesündesten Live-Time Sportarten jeden Tag auszuüben. Das gemeinsame sportliche Miteinander fördert die Integration und Kommunikation der Vereinsmitglieder. Fast 20 Bonner Schulen sowie etwa 2500 Kinder und Jugendliche der SSF Bonn nutzen das Schwimmbad. So kommen die SSF Bonn ihrem Auftrag der Schwimmausbildung in vielfältiger Hinsicht nach. Nicht zuletzt lernen jedes Jahr ca. 300 Kinder das Schwimmen in den diversen Schwimm- und Wassergewöhnungskursen. Die SSF Abteilungen Schwimmen, Triathlon, Moderner Fünfkampf, Kanu, Tauchen und Wasserball nutzen das Bad mehrfach in der Woche für die Ausbildung und das Training ihrer Abteilungsmitglieder. Das Badpersonal der SSF Bonn wurde vom Verein mit Unterstützung der DLRG und der Stadt Bonn selber ausgebildet. Gleiches gilt für die Rettungsschwimmer, die zu großen Teilen aus Vereinsmitgliedern bestehen.

Gerade wenn wir die endlose Diskussion zur Zukunft der Bonner Bäder betrachten und feststellen müssen, dass auch nach mehr als 30 Jahren der Diskussion keine Bonner Bäderlösung in Sicht ist, stelle ich fest, dass die jeweiligen Vorstände der SSF Bonn zu ihrer Zeit gute und sinnvolle Entscheidungen getroffen haben und diese gemeinsam mit der Politik und Verwaltung der Stadt Bonn umsetzen konnten. 50 Jahre Schwimmbad im Sportpark Nord sind 50 gute Jahre für den Schwimmsport in Bonn.

Michael Scharf
Ehrenvorsitzender

INHALTSVERZEICHNIS



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

VEREINSNACHRICHTEN

<i>Termine und Neuigkeiten</i>	S. 05
<i>Einladung zur Mitgliederversammlung</i>	S. 05
<i>TOP 8 – Satzungsänderungen</i>	S. 05
<i>Was gibt es Neues in Sachen „Sanierung Sportpark Nord“?</i>	S. 06
<i>Jährliche Grundreinigung im Schwimmbad wieder erfolgreich abgeschlossen</i>	S. 06
<i>Reparatur der Trennleinen im Schwimmbad</i>	
<i>Ein Zeichen der Ehrenamtskultur bei den SSF Bonn</i>	S. 07
<i>Einradwettkampf</i>	S. 07
<i>SSF Sommerfest 2019</i>	S. 07
<i>Fünf Medaillen für Alhassane Balde bei den Deutschen Meisterschaften im Rennrollstuhlfahren</i>	S. 08
<i>Zwei Medaillen für Annika Zeyen bei den Deutschen Meisterschaften im Handbiking</i>	S. 08
<i>Paracycling: Silbermedaille für Annika Zeyen beim Cycling Road World Cup</i>	S. 08
<i>Jano Rübo verliert bei den Junioren Europameisterschaften im Achterfinale</i>	S. 08
<i>Zwei DM-Medaillen für Rebecca Dany</i>	S. 09
<i>EM Nominierung für Malin Fischer</i>	S. 09
<i>Neuberufung des Topteams und des Perspektivteam 2019 / 2020</i>	S. 09
<i>Großer Tag der Karlsruh- i- Dötzingen</i>	S. 10

SSF KOPF

<i>SSF Kopf: Otto Gmeiner</i>	S. 10
-------------------------------------	-------

KINDERSEITE

<i>Knifflige Rätsel für schlaue Kids</i>	S. 11
--	-------

LEITARTIKEL

<i>50 Jahre Betriebsführerschaft der SSF Bonn für das Schwimmbad im Sportpark Nord - Ein Gewinn für die Stadt Bonn und den Verein</i>	S. 12-14
---	----------

FIT IM PARK

<i>Outdoor Special zum Saisonangebot „Sport im Park“, Fokus: Beine + Po</i>	S. 15
---	-------

ABTEILUNGEN

<i>Schwimmen</i>	S. 16
<i>Leichtathletik</i>	S. 17
<i>Lacrosse</i>	S. 17
<i>Judo</i>	S. 18-19
<i>Tischtennis</i>	S. 20-21
<i>Kyudo</i>	S. 22

VEREINSINFOS

<i>Clubinfo</i>	S. 23
<i>Offener Bewegungstreff</i>	S. 24
<i>Kurse</i>	S. 25
<i>Abteilungsinfos</i>	S. 26
<i>Unsere Partner</i>	S. 27



Topteam Annika Zeyen und Alhassane Balde Seite 8



Neuland für die Bonner Löwinnen Seite 17



Deutscher Mannschaftsmeister U16 Seite 18



IMPRESSUM

Sport-Palette

Herausgeber:

Schwimm- und Sportfreunde Bonn
1905 e. V.

Redaktion:

Anne-Marie Nierkamp,
Maika Schramm und Fabian Welt

Redaktionsanschrift:

SSF Bonn 1905 e. V.
„Sport-Palette“
Kölstr. 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

Titelfoto:

Stephan Gatzten

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

25.09.2019	Mitgliederversammlung
28.09.2019	1. Hilfe Lehrgang im Bootshaus Beuel
12.10. – 20.10.2019	Übungsleiter - C Lehrgang im Sportpark Nord
21.10. – 25.10.2019	Herbstcamp

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

EINLADUNG ZUR MITGLIEDERVERSAMMLUNG

Die Mitglieder der Schwimm- und Sportfreunde Bonn 1905 e.V. werden hiermit zur Mitgliederversammlung am Mittwoch, 25.09.2019, um 19.30 Uhr im Restaurant Pastacasa im Sportpark Nord, Kölstr. 250, 53117 Bonn, eingeladen.

Die Tagesordnung:

- TOP 1 Feststellung der Tagesordnung
- TOP 2 Bericht des Vorstandes
- TOP 3 Ehrungen
- TOP 4 Haushaltsrechnung 2018
- TOP 5 Bericht des Rechnungsprüfungsausschusses
- TOP 6 Bericht des Datenschutzbeauftragten
- TOP 7 Entlastung des Gesamtvorstandes
- TOP 8 Satzungsänderungen
- TOP 9 Wahl des Rechnungsprüfungsausschusses
- TOP 10 Wahl des Schiedsgerichtes
- TOP 11 Wahl des Präsidiums (künftig: „Beirat“)
- TOP 12 Erhöhung der Mitgliedsbeiträge zum 1.1.2020

- TOP 13 Entscheidung über Einzelvorhaben des Clubs
- TOP 14 Anträge
- TOP 15 Verschiedenes

Anträge der Mitglieder zu den einzelnen Punkten der Tagesordnung oder zur Tagesordnung selber sind der Geschäftsstelle bis spätestens 11.09.2019 (Poststempel oder persönliche Abgabe) zuzuleiten.

Bonn, den 12.08.2019

Jürgen Baró Pizà – Vorsitzender

TOP 8 – SATZUNGSÄNDERUNGEN

Änderungsantrag Nr. 1

Die Vereinssatzung wird wie folgt geändert:
In § 13 Spiegelstrich 3 werden die Wörter „das Präsidium“ durch die Wörter „der Beirat“ ersetzt. In § 14 Abs. 3 Nr. 4, § 16 Abs. 2 und 3 sowie § 21 Abs. 4 Satz 2 wird das Wort „Präsidiums“ durch das Wort „Beirates“ ersetzt. In der Überschrift des § 16 werden die Wörter „Das Präsidium“ durch die Wörter „Der Beirat“ ersetzt. In § 16 Abs. 1 Satz 1 und Abs. 4 werden die Wörter „das Präsidium“ durch die Wörter „den Beirat“ ersetzt. In § 16 Abs. 1 Satz 3 und 4 wird das Wort „Präsidium“ durch das Wort „Beirat“ ersetzt. In § 16 Abs. 2 wird das Wort „Präsidenten“ durch das Wort „Beiratsvorsitzenden“ und das Wort „Vizepräsidenten“ durch die Wörter „stellvertretenden Beiratsvorsitzenden“ ersetzt.

Begründung:

Durch die Umbenennung des Präsidiums in den Beirat (mit entsprechender Umbenennung seiner Mitglieder) erhält dieses eine Bezeichnung, die seine unterstützende Funktion bei der operativen Leitung des Vereins verdeutlicht. In der Vergangenheit ist es bei Geschäftspartnern wiederholt zu Missverständnissen hinsichtlich der Zuständigkeitsverteilung zwischen dem – operativ leitenden – Vorstand und dem – die operative Leitung unterstützenden – Präsidium gekommen.

Änderungsantrag Nr. 2

Die Vereinssatzung wird wie folgt geändert:
In § 24 Abs. 1 wird der folgende neue Satz 2 eingefügt: „Die Wahl der Mitglieder eines Organs kann blockweise erfolgen, wenn dies zuvor mit zwei Dritteln der Stimmen der anwesenden, stimmberechtigten Mitglieder beschlossen wird.“

Begründung:

Die Blockwahl beschleunigt Wahlgänge erheblich. Da sie den Wahlberechtigten aber die Möglichkeit verwehrt, zwischen den Mitgliedern einer Blockwahlliste zu differenzieren, schränkt sie das Wahlrecht derjenigen Wahlberechtigten ein, die damit nicht einverstanden sind. Dem gesetzlichen Leitbild für Vereinswahlen entspricht anerkanntermaßen nur das uneingeschränkte Wahlrecht. Eine solche Abweichung vom gesetzlichen Leitbild ist nach § 40 Satz 1 des Bürgerlichen Gesetzbuches (BGB) nur durch Satzungsbestimmung möglich. Mit dem Erfordernis einer Zwei-Drittel-Mehrheit soll hier verhindert werden, dass künftig die Versammlungsleitung oder auch eine knappe Versammlungsmehrheit das Wahlrecht der anderen Versammlungsteilnehmer einschränken kann.

WAS GIBT ES NEUES IN SACHEN „SANIERUNG SPORTPARK NORD“?

Im Februar 2019 hatten wir berichtet, dass die geplante Sanierung des Sportpark Nord seitens der Stadt Bonn auf 2021 verschoben wurde. Daran hat sich bei heute nichts geändert.

Derzeit planen die Verantwortlichen der Stadt Bonn zunächst stadtintern, welche Sanierungsmaßnahmen im Einzelnen durchgeführt werden sollen und wie hoch die Kosten dafür sind.

In regelmäßigen Treffen des Vorstands der SSF Bonn mit der Leitung des Sport- und Bäderamtes der Stadt Bonn deutet der umfassende Katalog angedachter Sanierungsmaßnahmen darauf hin, dass die Sanierung und die damit verbundene Schließung des Sportpark Nord sicherlich länger dauern wird als die bisher vorgesehenen 6 Monate. Dies umfasst alle Sportgruppen, die in dieser Sportstätte trainieren. Derzeit vermuten wir, basierend auf unverbindlichen Aussagen der städtischen Ämter, dass der Sportpark Nord ca. 2 Jahre nicht nutzbar sein wird.

Da die Sportstättensituation in Bonn bekanntlich schon jetzt sehr angespannt ist, können wir leider nicht davon ausgehen, dass die Stadt Bonn in der Lage sein wird, uns für die Schließzeit des Sportpark Nord ausreichend städtische Sportstätten zur Verfügung zu stellen. Daher macht der Vorstand der SSF Bonn sich schon jetzt intensiv Gedanken mögliche Ausweichmöglichkeiten für unseren „nassen“ und unseren „trockenen“ Sportbetrieb zu finden.

Nach jetziger Einschätzung ist es unumgänglich, dass wir hierfür entweder temporäre oder permanente Sportstätten schaffen müssen. Hierbei hoffen wir natürlich auf Unterstützung durch die Stadt Bonn und sind schon jetzt mit Herrn Günther, dem Leiter des Sport- und Bäderamtes, im Gespräch. Fest steht aber, dass der Verein für die Schaffung der Ausweichmöglichkeiten in erheblichem Umfang eigenes Geld in die Hand nehmen muss.

Dies macht es erforderlich, die bereits bestehenden Rücklagen in den nächsten Jahren so weit wie möglich an den Bedarf anzugleichen. Der positive Jahresabschluss 2018 wurde aus diesem Grunde im Wesentlichen den Rücklagen zugeführt. Das sich tendenziell positiv verlaufende Geschäftsjahr 2019 wird in gleicher Weise genutzt.

Seit der letzten Beitragserhöhung zum 1.1.2016 (der grösste Teil entfiel auf die Mehrkosten wg. der Komplettübernahme SPN, 3 Euro p.a. wurden für allg. Kostensteigerungen verwandt) haben sich die Kosten des Vereins weiter erhöht. Ein wesentlicher Anteil entfällt auf die Personalkosten durch die erforderliche Doppelbesetzung der Schichten im Schwimmbad und die stark gestiegenen Kosten für Aushilfen aufgrund der Marktlage. Während es in der Vergangenheit noch möglich war durch stetiges und starkes Mitgliederwachstum einen Grossteil der Kostensteigerungen zu kompensieren, ist dies seit einigen Jahren kaum noch möglich.

Angesichts der zukünftig weiter zu erwartenden Kostensteigerungen reicht die Spanne zwischen voraussichtlichen Einnahmen des Vereins und den für den Sportbetrieb und die Vereinsverwaltung notwendigen Ausgaben allerdings nicht mehr aus, die notwendige Erhöhung der finanziellen Grundlage für die Umsetzung geeigneter Ausweichmöglichkeiten in der erforderlichen Höhe zu gewährleisten.

Der Vorstand hat aus den beschriebenen Gründen beschlossen, bei der nächsten Mitgliederversammlung am 25.09.2019 eine Erhöhung des Mitgliedsbeitrages ab dem 01.01.2020 um 1,25 € pro Monat pro Erwachsenen zu beantragen. Damit erhöht sich der Jahresbeitrag von derzeit 165 € pro Erwachsenen auf 180 €. Nur so kann es uns gelingen, die Herausforderung „Sanierung Sportpark Nord“ so gut wie möglich zu meistern. (Maika Schramm)

///

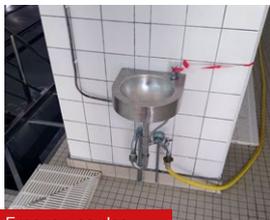
JÄHRLICHE GRUNDREINIGUNG IM SCHWIMMBAD WIEDER ERFOLGREICH ABGESCHLOSSEN

Die drei Wochen Schließung des Schwimmbades in den Sommerferien sind in jedem Jahr notwendig, um die Schwimmhalle, die Becken und die Nebenräume von Grund auf zu reinigen, sowie notwendige Reparaturen durchzuführen. Hier soll einmal kurz erläutert werden, was in dieser Zeit alles gemacht wird bzw. wurde.

- Diverse Heizkörper wurden getauscht.
- Die Kaltwasserduschen am Beckenrand und dazugehörigen Edelstahlbecken wurden erneuert.
- Alle Armaturen in den Duschen wurden überprüft und instandgesetzt. Für einige Armaturen sind noch Ersatzteile bestellt.
- Die Aluminium-Decken-Paneele, die sehr stark von Aluminium-Rest betroffen waren, wurden ausgetauscht.
- Diverse Fliesenschäden im gesamten Bad, den Umkleiden und sanitären Anlagen wurden instandgesetzt.
- Die komplette Heizungsanlage wurde gewartet, ein neuer Warmwasserspeicher eingebaut und die Anlage neu programmiert.
- Die Chlorgasanlage wurde gewartet.
- Die gesamte Bad-Technik wurde gewartet, diverse Filter, Rohre und Anlagen gereinigt und neu eingestellt, notwendige Reparaturen wurden durchgeführt.
- Der durch die Betreibung des Schwimmbades entstehende Schlamm wurde abgesaugt und entsorgt.

- Diverse Filter der Schwimmbecken wurden ausgetauscht, gereinigt und wieder eingesetzt. Dies ist nur in der Schließzeit möglich. Bei einem Blick in die entsprechenden Schmutzsiebe wird auch klar, warum das mindestens einmal im Jahr gemacht werden muss.
- Der alte Schornstein wurde abgerissen
- Die Föne wurden gewartet, drei davon waren defekt und wurden ausgetauscht.
- Diverse Ausbesserungs- und Anstreicherarbeiten an den Wänden wurden durchgeführt.
- Die kompletten Edelstahlbecken wurden händisch mit Bürsten mit entsprechenden Reinigungschemikalien behandelt, welche nach einer entsprechenden Wirkdauer dann abgespritzt wurden.
- Die Halle und die Umkleiden wurden komplett gereinigt.
- Diverse Türen, Wände und Decken wurden instandgesetzt.
- Der Reinigungstauroboter wurde gewartet und instandgesetzt.
- Die Trennleinen zwischen den Bahnen wurden überprüft und neu aufgezogen.
- Die Oberlichter an den Kopfseiten des Beckens sollen noch repariert werden. Die entsprechenden Ersatzteile sind bestellt.

Auch wenn es nicht immer danach aussieht, es wurde viel getan. In der dreiwöchigen Schließzeit war hier im Sportpark viel Betrieb an Handwerkern, Mitarbeitern, Reinigungskräften und anderen fleißigen Händen. (Torsten Sasse)



Erneuerung des Kaltwasserbeckens



Malerarbeiten



Reinigung der Filter



Reparatur der Fliesen



Reparaturarbeiten an der Decke

REPARATUR DER TRENNLEINEN IM SCHWIMMBAD EIN ZEICHEN DER EHRENAMTSKULTUR BEI DEN SSF BONN

Am Samstag, dem 17. August, trafen sich 16 Vereinsmitglieder pünktlich um 10:00 Uhr in der Schwimmhalle im Sportpark Nord, um gemeinsam die stark ramponierten Trennleinen auszubessern. Die tatkräftige Unterstützung unserer Aktiven, Top- und Perspektivteam Mitglieder, Vertreter aller schwimmsporttreibenden Abteilungen (Moderner Fünfkampf, Triathlon, Schwimmen und Wasserball), der Masters und auch Elternteilen machten dieses Projekt zu einem großen Erfolg in der ehrenamtlichen Zusammenarbeit unserer Mitglieder. An dieser Stelle spreche ich allen Teilnehmern meine besondere Hochachtung und ganz herzlichen Dank aus!

Überrascht wurden wir alle von dem Ausmaß defekter und nicht mehr verwendbarer Leinenelemente. Der Ausschuss lag deutlich über 10 Prozent, was schlussendlich einer kompletten Trennleine entspricht. Auch der Aufwand für das Entfernen aller Plastikelemente und Schwimmer wurde deutlich unterschätzt. Nach intensiver Arbeit der vier getrennt agierenden Teams und mit tatkräftiger Unterstützung unseres Badpersonals konnte nach 4 Stunden die erste Leine als neu bestückt gefeiert werden. Um 16:30 Uhr also nach insgesamt 6,5 Stunden oder insgesamt über 100

Ehrenamtsstunden harter Arbeit waren dann 5 der 8 Leinen in Stand gesetzt - eine wahre Sisyphos-Leistung! Offensichtlich führt die Dauerbeanspruchung und der Einsatz von Chlor zu einem erhöhten Verschleiß der Trennleinen, dem schlussendlich nur eine nicht unerhebliche Neuinvestition (Ca. 1.300 € pro Leine) gerecht werden kann.

(Jürgen Barò Pizà)



Foto: Jürgen Barò Pizà

EINRADWETTKAMPF

Am 16. Juni haben einige Kinder des KiA Einradkurses am Wettkampf in Bottrop teilgenommen. Neben Neulingen nahmen auch viele erfahrene Einradfahrer teil, u.a Welt-, und deutsche Meister. Dementsprechend schwer war es für unsere Teilnehmer, für die es erst der zweite Wettkampf war. Dennoch schlugen sich alle sehr gut und es gab neue persönliche Bestleistungen. Insgesamt war der Tag für alle Teilnehmer ein erfolgreicher und alle freuen sich schon auf den nächsten Wettkampf.

(Anne-Marie Nierkamp)



Fotos: Anne-Marie Nierkamp

SSF SOMMERFEST 2019

Das diesjährige SSF Sommerfest fand bei strahlendem Sonnenschein am 29.07.2019 im Stadion im Sportpark Nord statt. Unter dem Motto „Sport für Groß und Klein“ hatten alle Besucher die Möglichkeit sich sportlich zu betätigen. Alle Kinder im Alter von 4-12 Jahren hatten die Chance sich in einem sportlichen Wettkampf gegenseitig zu messen. Sie traten in den Disziplinen Laufen, Springen und Werfen gegeneinander an. Außerdem hatten alle Kinder und auch Erwachsenen die Möglichkeit das Deutsche Sportabzeichen abzulegen. Hierzu hatte an diesem Tag der Stadtsportbund Bonn die Organisation übernommen.

Für Getränke und kleine Snacks war bei den heißen Temperaturen eben-

falls gesorgt. Das Team der OGS Karlschule verteilte den ganzen Tag Obst und Wasser für alle Athleten.

Ein weiteres Highlight in diesem Jahr war der große Kletterfelsen, welcher im Sportpark Nord aufgebaut war. Hier konnten sich alle so richtig austoben. Zusätzlich unterstützten uns an diesem Tag noch unsere Floorballer und Lacrosser. Beide hatten jeweils eine ihrer Sportart entsprechende Aktion aufgebaut. So konnten alle Kinder die beiden Sportarten näher kennen lernen. Abschließend kann man festhalten, dass es wieder einmal ein sehr gelungenes Familienfest war, welches wir im kommenden Jahr gerne erneut ausrichten werden. Wir freuen uns jetzt schon auf 2020.

(Fabian Welt)



Fotos: Jakob Grau



TOPTTEAM

FÜNF MEDAILLEN FÜR ALHASSANE BALDE BEI DEN DEUTSCHEN MEISTERSCHAFTEN IM RENNROLLSTUHLFAHREN

Bei den internationalen deutschen Meisterschaften der paralympischen Leichtathleten in Singen am Bodensee startete unser Rennrollstuhlfahrer Alhassane Balde nicht nur über die langen Distanzen, sondern auch in den für ihn eher ungewohnten Sprintrennen.

Diese Vielseitigkeit wurde mit fünf Medaillen belohnt: über 100 m, 400 m, 800 m und 1500 m gewann Alhassane jeweils die Goldmedaille. Über 5000 m wurde er zweiter und gewann damit die Silbermedaille.

(Maïke Schramm)



Annika Zeyen und Alhassane Balde

Foto: Alois Gmeiner

ZWEI MEDAILLEN FÜR ANNIKA ZEYEN BEI DEN DEUTSCHEN MEISTERSCHAFTEN IM HANDBIKING

Am 06. und 07. Juli fanden in Elzach im Schwarzwald die diesjährigen deutschen Meisterschaften im Para-Cycling statt, verbunden mit einem Wettkampf des Para-Cycling Europacups.

Ausgetragen wurde ein Bergzeitfahren am Samstag und ein Rundstreckenrennen am Sonntag. Dabei konnte die SSF Athletin Annika Zeyen insgesamt drei Medaillen im Handbiking für sich verbuchen, zwei im Rahmen der Deutschen Meis-

terschaft und eine im Rahmen der Europacup-Wertung.

Beim Bergzeitfahren über 9,6 km am Samstag errang sie die Bronzemedaille bei der Deutschen Meisterschaft und belegte den vierten Platz in der Europacup-Wertung.

Am Sonntag konnte sie sich dann weiter steigern und gewann jeweils die Silbermedaille bei der Deutschen Meisterschaft und in der Europacup-Wertung im Rundstreckenrennen über 32 km.

Dabei war sie schneller als Katerina Antosova, die derzeitige Weltranglisten Erste in der für Annika geltende Wertungsklasse 3, die in dem Rennen den vierten Platz belegte.

Die Drittplatzierte, Dorothee Vieth, gratulierte Annika mit den Worten „Ich freue mich, dass du jetzt beim Handbiking mitmachst. Du bist ein großer Gewinn für unsere Sportart.“

(Maïke Schramm)



Silbermedaille für Annika Zeyen beim Weltcuprennen in Kanada

Foto: M Schramm

PARACYCLING: SILBERMEDAILLE FÜR ANNIKA ZEYEN BEIM CYCLING ROAD WORLD CUP

Im Rahmen der Weltcupserie im Paracycling nahm die SSF Athletin Annika Zeyen an dem „Cycling Road World Cup“ in Baie-Comeau in Kanada teil.

Nachdem es im Time Trial (Zeitfahren) und Team Relay (Staffel) auf Grund von technischen Problemen mit ihrem Bike nicht so gut lief, konnte

sie sich dann im Straßenrennen die Silbermedaille erkämpfen. Kommentar von Annika: „Es war ein extrem hartes Rennen auf einem schwierigen Kurs und ich freue mich riesig über die Podestplatzierung.“

(Maïke Schramm)

JANO RÜBO VERLIERT BEI DEN JUNIOREN EUROPAMEISTERSCHAFTEN IM ACHELFINALE

Bei den Junioren Europameisterschaften in Warschau gewann Jano Rübo von den SSF-Bonn in seinem Auftaktkampf -66kg gegen den 73. der Weltrangliste Ihar Batsishcha aus Weissrußland.

Im nächsten Kampf steigerte sich Jano nochmal und besiegte den 9. der Weltrangliste, Samuel Salvo aus Italien, vorzeitig mit einer Würgetechnik und verhinderte damit eine weitere Medaille der starken italienischen Delegation.

Im entscheidenden Kampf gegen den aus Estland stammenden Randel Paastel geriet Jano, nachdem er 3 Minuten den Kampf dominierte und sein Gegner schon 2 Strafen kassiert hatte, durch einen missglückten Angriff in Rückstand.

Leider lief Jano die Zeit weg, denn nur noch wenige Sekunden mehr und der Gegner hätte wahrscheinlich seine dritte Strafe bekommen.

Weil dieser in seinem nächsten Kampf gegen den späteren 2., Shabikhanov aus Rußland, verlor, kam Jano nicht mehr in die Trostrunde.

Mit zwei gewonnenen Kämpfen blieb Jano der beste männliche deutsche Starter. Momentan steht Jano auf Rang 93 der Junioren-Weltrangliste.

Direkt vom Flughafen aus fuhr Jano zum Verbandsliga Kampftag seiner Bonner Mannschaft und verhalf den SSF-Bonn mit 4 gewonnenen Kämpfen zu zwei Mannschaftssiegen. 7:3 gegen Viktoria Mühlheim und 8:2 gegen PSV Duisburg 2.

(Yamina Bouchibane)



Jano Rübo

Foto: Privat

TOPTTEAM + PERSPEKTIVTEAM

ZWEI DM-MEDAILLEN FÜR REBECCA DANY

Mit 4 Bestzeiten über 4 Strecken war Rebecca Dany (Jg. 2001) vom Perspektivteam auf den Punkt fit für die Deutschen Meisterschaften im Schwimmen vom 01.-04.08.2019 in Berlin.

Gleich am ersten Tag gewann sie über 1500 m Freistil die Silbermedaille in der Juniorenwertung in der Zeit von 17:24,56. Dies bedeutete gleichzeitig den hervorragenden 6. Platz in der offenen Wertung!

Eine weitere Bronzemedaille bei den Juniorinnen (10. Platz in der offenen Klasse) ließ Rebecca am letzten Wettkampftag über 800 m Freistil in 9:11,49 folgen.

Die beiden Tage zwischen den Medaillen „überbrückte“ sie mit zwei B-Finalteilnahmen in der offenen Klasse über 400 m Freistil (4:27,99, 5. Platz Juniorinnen, 15. Platz offen) und 200 m Lagen (2:23,52, 6. Platz Juniorinnen, 15. Platz offen).

(V. Krajenski)



Rebecca Dany

Foto: M. Magunia

EM NOMINIERUNG FÜR MALIN FISCHER

S SF-Bonn Judoka und Mitglied des SSF-Top-Teams Malin Fischer schrammte auf dem European Cup in Berlin knapp an einer Medaille vorbei.

Auf ihrem ersten Wettkampf nach ihrer Schleimbeutelverletzung am Knie startete sie mit einer Niederlage gegen die spätere Erste und Welttranglisten-Fünfte Vitoria Andrade aus Brasilien -57kg.



Malin Fischer

Foto: M. Magunia

Doch die positive SSF-Kämpferin motivierte sich nochmal für die Trostrunde und gewann gegen die 51. der Weltrangliste, Mafalda Ezequiel, aus Portugal.

Im nächsten Kampf stand ihr die zwei Jahre ältere italienische Meisterin und 11. der Weltrangliste, Silvia Pelliteri, gegenüber. Doch Malin ließ der Italienerin keine Chance und gewann nach 2:09 min vorzeitig.

Auch die 32. der Weltrangliste, Andrea Karman, aus Ungarn konnte Malin nichts entgegensetzen. Somit stand Malin im kleinen Finale keiner geringeren als Shannon van de Meeberg gegenüber. Konnte Malin die letzte Begegnung gegen die Niederländerin gewinnen, so stand es nach Ablauf der regulären Kampfzeit unentschieden und sie mussten in den golden score. Nach 7:08 min bekam Malin ihre 3. Strafe und verlor dieses Mal gegen die 7. der Weltrangliste.

Platz 5 bedeutet zwar keine Medaille, aber Malin bewies dem Bundestrainer, Lorenz Trautmann, dass sie in der Lage ist, hochdekorierte Kämpferinnen zu schlagen. Ob es allerdings für eine Nominierung zur EM U21 im September in Finnland reicht, ließ er noch offen.

Malin reiste von Berlin direkt nach Köln ins Internat, dann nach Bonn um Wäsche zu waschen, denn montags ging der Flieger zum zwei wöchigen Trainingslager nach Japan. Dort erhielt sie dann die Nachricht ihrer Nominierung zur EM U21 am 12.09.2019 in Finnland.

Im letzten Jahr konnte sie auf der EM U18 in Sarajewo, -57kg den 7. Rang erreichen. Mal sehen wie es in ihrem ersten Jahr der U21 klappen wird.

(Yamina Bouchibane)

NEUBERUFUNG DES TOPTTEAMS UND DES PERSPEKTIVTEAMS 2019 / 2020

Wie üblich wurden auch in diesem Jahr zum 01.08.2019 die Teammitglieder für das Topsteam und das Perspektivteam neu berufen.

Dem Topsteam gehören jetzt an:

- Alhassane Balde - Rennrollstuhl
- Annika Zeyen - Handbiking
- Mona Laaroussi - Moderner Fünfkampf
- Randi Kleerbaum - Floorball
- Florian Weisskirchen - Floorball
- Malin Fischer - Judo
- Jano Rübo - Judo

Das Perspektivteam besteht aus:

- Jannis Honnef - Rennrollstuhl
- Alexandra Sudermann - Moderner Fünfkampf
- Timon Levai - Moderner Fünfkampf
- Tom Clemens - Moderner Fünfkampf
- Nike Bartz - Floorball
- Elena Bröker - Floorball
- Safak Temel - Floorball
- Rebecca Dany - Schwimmen
- Till Krajenski - Schwimmen
- Islam Noamany - Schwimmen
- Tom Hartmann - Judo
- Lino Dello Russo - Judo
- Nouri Günther - Judo
- Gianluca Wessling - Triathlon
- Hannah Stegmaier - Triathlon
- Marike Schneehagen - Triathlon



Foto: Bettina Overstolz

GROSSER TAG DER KARLSCHUL- I- DÖTZCHEN

Endlich war es wieder so weit: Aufgeregte Erstklässler des neuen Schuljahres 2019/20 wurden eingeschult. Es sind rund 200 KarlsruherInnen. Davon besuchen weiterhin 101 Grundschul Kinder die OGS unseres Vereins. Besonders deutlich wurde dies bei der Ehrung der Sieger der Bundesjugendspiele am Ende des vergangenen Schuljahres. Da standen in der Überzahl OGS-Kinder aus allen vier Klassenstu-

fen glücklich auf der Bühne. Die regelmäßige Teilnahme an den täglich angebotenen OGS-Sport-Arbeitsgemeinschaften zu den unterschiedlichsten Themen dürfte ihres dazu beigetragen haben. Unser OGS-Team kann ganz schön stolz auf diese Leistungen sein.

(Bettina Overstolz)

SSF KOPF: OTTO GMEINER

Kurzvita:

SSF Mitglied seit 1998

2006 – 2012: Kassenwart der Schwimmabteilung

2013 – 2019: Rechnungsprüfer des Vereins

Interview:

1. Wie bist du zu den SSF Bonn gekommen?

Als unsere Familie mit drei Kindern 1998 in die Bonner Gegend gezogen ist, suchten wir einen Schwimmverein, bei dem die Kinder ihren Leistungssport weiterbetreiben konnten. Und so wurde die ganze Familie Mitglied.

2. Welche Tätigkeiten hast du schon alles bei den SSF Bonn ausgeübt?

Über viele Jahre hinweg war ich Kampfrichter am Beckenrand - nur mit genügend dieser Freiwilligen kann bekanntlich der Schwimmsport überhaupt stattfinden.

Nach Beendigung meiner "sportlichen Karriere" übernahm ich für einige Jahre das Amt des Kassenwarts der Schwimmabteilung. Mit einem Volumen von fast 250.000 Euro ist dieser Haushalt mit Abstand der größte Einzelposten bei den SSF Bonn. Danach wurde ich gebeten, mich als Rechnungsprüfer zur Verfügung zu stellen.

3. Gibt es besondere Erlebnisse/Anekdoten, an die du dich besonders gerne zurückerinnerst?

Mit Freude sehe ich, dass - soweit ich das überblicken kann - wir nun in allen Abteilungen eine sehr transparente und gut nachvollziehbare Kassenführung haben. Es war und ist mir ein sehr großes Anliegen, dass mit den Mitgliedsbeiträgen sorgfältig und sparsam umgegangen wird.

4. Welche sportlichen Angebote nutzt du im Verein?

Das Schwimmbad - aber viel zu selten!

5. Wie siehst du die Vereinsentwicklung aktuell und welche Entwicklungen wünschst du dir für die Zukunft?

Der Verein hat sich finanziell sehr solide aufgestellt und kann so eine wunderbare Plattform für unser äußerst vielseitiges Sportangebot abgeben. Die weitgehende Autonomie der einzelnen Abteilungen unter Kontrolle einer zentralen Leitung, des Vorstands des Hauptvereins, ist sicherlich der Schlüssel, ein so großes Spektrum an Sportaktivitäten in einem Verein zusammenhalten zu können. Mein großer Dank gilt den Verantwortlichen, die den Sportpark Nord mit seinen Wasserflächen für die nächsten Jahre für die Vereinnutzung sichern konnten. Wenn man auf die noch vorhandenen Hallenbäder in Bonn schaut, weiß man, welchen Schatz wir hier für die Schwimmer und für die Kinder (Schwimmkurse) haben.

Unter leistungssportlichen Gesichtspunkten fehlen mir derzeit Aushängeschilder, Identifikationspersonen und Profilierung. Es ist, selbst in Bonn, nicht immer einfach zu erklären, in welchem Verein man sich tummelt.



Foto: Privat

6. Das wollte ich schon immer einmal loswerden

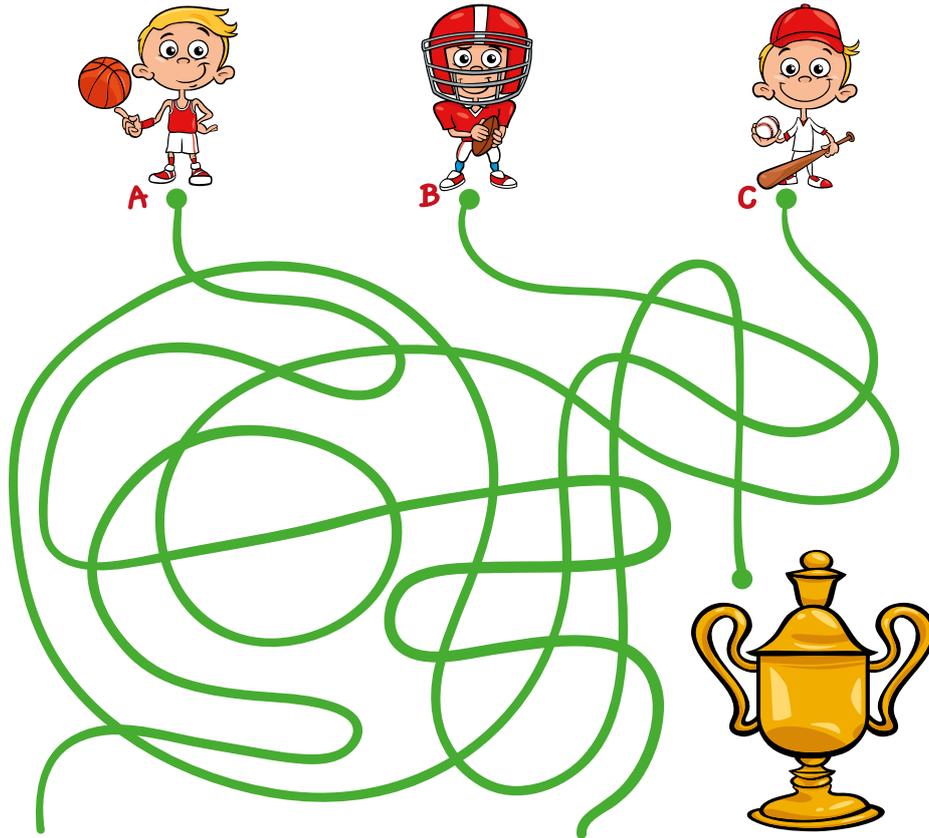
Ein Verein lebt m.E. davon, dass sich alle irgendwie und -wo in die Aktivitäten einbringen. Manchmal beschleicht mich aber das Gefühl, dass immer mehr nur nehmen wollen. Die Bezahlung des Mitgliedsbeitrags, der sicherlich im Geldbeutel fühlbar aber unumgänglich ist, sichert und finanziert keine perfekte Rundumversorgung durch Festangestellte. Es macht z.B. einem Kassenwart nicht unbedingt Freude, in seiner Freizeit zum dritten Mal den fälligen Sportbeitrag einzufordern.



Willkommen auf der Kinderseite!

Pokalrennen

Weißt du wer den richtigen Weg zum Pokal findet?



Sport Sudoku

○○○

○○○

○○○

50 JAHRE BETRIEBSFÜHRERSCHAFT DER SSF BONN FÜR DAS SCHWIMMBAD IM SPORTPARK NORD - EIN GEWINN FÜR DIE STADT BONN UND DEN VEREIN

50 Jahre ist es nun alt – „unser“ Schwimmbad im Sportpark Nord.



Foto: Stephan Gatzert

Die Entstehungsgeschichte des Bades wird in dem nebenstehenden Artikel aus der SSF Chronik von 1980 ausführlich beschrieben. Bedingung seitens der Stadt Bonn für den Bau des Bades war es seinerzeit, dass die SSF Bonn die Betriebsführerschaft des Bades übernehmen. Obwohl dies damals für den Verein eine große Herausforderung darstellte, waren die Verantwortlichen des Vereins bereit, sich dieser Aufgabe zu stellen. So fand im Oktober 1969 die offizielle Einweihung des Bades statt, verbunden mit der Schlüsselübergabe an die SSF Bonn.

Zweite Bedingung der Stadt Bonn war, dass das Schwimmbad im Sportpark Nord kein öffentliches Bad sein sollte, sondern vor allem für den Leistungssport und das Schulschwimmen genutzt werden sollte. Daher wurden auch die Umkleiden und sanitären Anlagen nur sehr spartanisch geplant und gebaut.

Bei den Vertragsverhandlungen waren sich die Beteiligten einig, dass die SSF Bonn einen Ausgleich für das Schulschwimmen erhalten müssten, das im Sportpark Nord stattfindet, und dass der Verein in Bezug auf den eigenen Trainingsbetrieb finanziell nicht wesentlich schlechter gestellt werden dürfte als die anderen wassersporttreibenden Vereine der Stadt, deren Wasserzeiten von der Stadt bezuschusst wurden und auch heute noch werden.

In dem ersten Überlassungsvertrag wurde daher folgende Kostenverteilung festgelegt:

- die SSF Bonn tragen die gesamten Betriebskosten incl. der Energiekosten für das Bad.
- die Stadt Bonn ist für die Instandhaltung des Bades verantwortlich
- Für die Nutzung durch das Schulschwimmen erhält der Verein ein Nutzungsentgelt in der gleichen Höhe, wie es für die anderen städtischen Bäder festgelegt ist.
- Außerdem zahlt die Stadt Bonn dem Verein einen Betriebskostenzuschuss von 100.000 € pro Jahr.

Insbesondere weil wegen fehlender Unterzähler eine Trennung der Energiekosten zwischen dem Schwimmbad und dem Rest des Sportparks Nord schwierig war, wurde zum 01.01.1979 ein zweiter Vertrag mit geänderten Vertragsbedingungen ausgehandelt mit folgender Kostenverteilung:

- die Stadt Bonn übernimmt die Energiekosten für das Bad incl. Kanalbenutzungs- und Müllabfuhrgebühren und ist für die Instandhaltung verantwortlich. Außerdem stellt die Stadt Bonn eine Fachkraft, die für die Wartung der Badtechnik verantwortlich ist, mit einem Stundenumfang von 29 Stunden pro Woche.
- der Verein trägt alle übrigen Betriebskosten (wobei die mit dem Betrieb des Bades verbundenen Personalkosten den größten Anteil ausmachen).
- Für das Schulschwimmen erhält der Verein ein Nutzungsentgelt in Höhe der von ihm getragenen Aufwendungen, die jährlich aufgrund der Nachweise des Vereins neu festgesetzt werden.

Um eine drohende Kündigung des Überlassungsvertrages seitens der Stadt Bonn zu verhindern, erklärten sich die SSF Bonn ab dem 01.01.2006 zu folgenden Zugeständnissen bereit:

- die Wartung der Badtechnik durch einen städtischen Mitarbeiter wurde von 29 Stunden auf 5 Stunden pro Woche gekürzt. Die übrigen Wartungsarbeiten wurden von hauptamtlichen SSF Mitarbeitern übernommen.
- das Nutzungsentgelt für das Schulschwimmen wurde auf eine Pauschale von 10.000 € reduziert.

Insgesamt ergaben sich dadurch Einsparungen im städtischen Haushalt in Höhe von ca. 50.000 € pro Jahr zu Lasten der SSF Bonn.

Nach der Sanierung des Beckens und der Badtechnik in 2014 wurde der Überlassungsvertrag aus 1979 dann durch die Stadt Bonn gekündigt mit dem Ziel, mit den SSF Bonn einen neuen Vertrag abzuschließen, bei dem der Verein sich noch mehr als bisher an den Kosten des Bades beteiligt.

Nach zähen, fairen Verhandlungen entstand der aktuelle gültige Vertrag, gemäß dem die SSF Bonn nicht mehr nur für den Betrieb des Schwimmbades, sondern auch für den Betrieb der Sporthallen im Sportpark Nord zuständig sind.

Auch jetzt ist es noch so, dass die Stadt Bonn für die Bauunterhaltung zuständig ist und die für das Objekt anfallenden Energiekosten trägt incl. Kanalbenutzungs- und Müllabfuhrgebühren. Außerdem erhalten die SSF Bonn eine pauschalen Zuschuss für die Reinigung der Sporthallen in Höhe von 18.000 €, der aber nicht kostendeckend ist.

Die SSF Bonn tragen die übrigen Betriebskosten, insbesondere die für den Betrieb des Bades und der Sporthallen erforderlichen Personalkosten. Außerdem stellen die SSF Bonn das Bad und die Sporthallen zu festgelegten Zeiten für den Schulsport zur Verfügung. Einen Kostenausgleich hierfür gibt es nicht mehr.

Für die Stadt Bonn ergibt sich durch diesen neuen Vertrag eine weitere Kosteneinsparung von ca. 100.000 € pro Jahr, die vom Verein über eine Beitragserhöhung finanziert wurde.

Da die SSF Bonn sich von Beginn an mit dem Schwimmbad im Sportpark Nord identifiziert haben, hat der Verein außerdem zusätzlich zu den ver-

traglichen Verpflichtungen auch immer in nicht unerheblichem Maße freiwillig in die Bauunterhaltung investiert und dadurch die Stadt entlastet.

Wenn man jetzt auf die letzten 50 Jahre zurückblickt, kann man feststellen, dass das Modell der Betriebsführerschaft des Städtischen Bades im Sportpark Nord durch die SSF Bonn sowohl für den Verein als auch für die Stadt Bonn ein Gewinn war und noch ist.

Die SSF Bonn haben im Sportpark Nord eine sportliche Heimat gefunden und konnten sich zu dem entwickeln, was sie heute sind: ein Großverein mit 10.000 Mitgliedern.

Die Stadt Bonn hat ein städtisches Bad, das für das Schulschwimmen und von den Bonner Bürgern genutzt wird (denn unsere Mitglieder sind ja auch überwiegend Bonner Bürger), das aber den städtischen Haushalt, bezogen auf die Kosten pro Badnutzer, nachgewiesenermaßen wesentlich weniger belastet als die übrigen Bonner Bäder.

Als Wunsch für die Zukunft bleibt aus meiner Sicht, dass dieses bewährte Betriebsmodell für den Sportpark Nord noch lange Bestand hat und dass es nach Möglichkeit auch auf andere Sportstätten der Stadt Bonn übertragen wird. Die Bereitschaft hierzu ist sowohl bei den SSF Bonn als auch bei zahlreichen anderen Bonner Sportvereinen gegeben. (Maika Schramm)

DIE "SCHWIMMSPORT-TRAININGSSTÄTTE" WIRD GEBOREN

Der mit der Baumaßnahme "Sportpark Nord" betraute Architekt Ernst van Dorp, versuchte den erheblichen Gründungsschwierigkeiten, die während des Baus auftraten, - verursacht durch Fließsand in einem vor 300 Jahren vorhandenen Seitenarm des Rheins - eine positive Seite abzugewinnen. Er schlug den SSF'ern Nettersheim und Henze vor, unter der Stadiontribüne eine 100 m (!) Schwimmbahn einzurichten. Unter die Sporthalle wollte er Schießanlagen für die Bonner Schützen placieren, was im ersten Augenblick eine Schnapsidee schien, wuchs sich bei den Gesprächspartnern zu einer verlockenden Möglichkeit für die Zukunft des Bonner Schwimmsports aus.

In drei Gesprächen (an einem einzigen Tag) mit Dr. Cornelius von Hovora, - Sportreferent der Bundesregierung - mit Friedel Schirmer - Sportreferent der Landesregierung - und Dr. Franz Meyers, der damals in Bonn die Rechte des noch nicht gebildeten Rates der neuen größeren Stadt Bonn wahrnahm, war die Finanzierung und dann

war der Bau des 50 m Beckens unter der Sporthalle gesichert. Meyers, der frühere NRW-Ministerpräsident, verlangte zu seinem "Beschuß" vom Klubvorsitzenden die Zustimmung der Mehrheitsfraktion. Der damalige Fraktionsführer Dr. Hans Daniels stimmte unter der Bedingung zu, daß nicht die Stadt, sondern die "Schwimmsportfreunde" das Bad in eigener Verwaltung und Verantwortung betreiben mußten.

In knapp drei Wochen durchlief die Planung die parlamentarischen Stationen und nach unglaublich kurzen neun Monaten Bauzeit übergab am 3. Oktober 1969 Oberstadtdirektor Dr. Wolfgang Hesse Schlüssel und Bad in die Obhut des Klubvorsitzenden.

Durch die vorhandenen internationalen Verbindungen unseres Vorsitzenden und mit Hilfe der Deutschen Lufthansa war ein besonderer Gag für die "Weihe" des Bades möglich. Wasser aus den Olympiaschwimmbekken von Amsterdam, Los Angeles, Berlin, Helsinki, Rom, Tokio, Melbourne

und Mexico, wurde von den Medaillengewinnern dieser Spiele, Erich Rademacher, Erwin Sietos, Ernst Küppers, Leni Henze, Gisela Jacob, Ursula Happe, Gerhard Hetz und Michael Holthaus in das Sportbecken geschüttet!

Der Klub hatte eine zukunftssträchtige Heimstatt und der seit einigen Monaten in Bonn wirkende Trainer Gerhard Hetz nun Voraussetzungen für eine beispiellose Erfolgsserie!

Zu dem "Husarenstück" Badbau in Bonn schrieb der Kölner Stadtanzeiger am Tage der Grundsteinlegung für das Bundesleistungszentrum Schwimmen in Köln. "In Bonn wurde gebaut, während in Köln seit vier Jahren geplant wird" ferner, daß in Bonn auf dem kommunalpolitischen, parlamentarischen Gebiet eine unglaubliche, einmalige Leistung vollbracht worden sei; von der Geburt einer Idee, über Sport- und Bauausschuß bis zur Genehmigung durch den Rat, dazu habe es nur 14 Tage bedurft!

Aus dem Jubiläumsheft „75 Jahre Schwimm- und Sportfreunde Bonn“ vom Mai 1980



Schwimmbadeinweihung:
Von links nach rechts: Leni Henze-Lohmar, Ernst Küppers, Reni Küppers-Erkens, Ursula Happe-Krey, Heinz Günther Lehmann, Wiltrud Haverkamp-Urselmann, Gerhard Hetz, Michael Holthaus



Momentaufnahme von der ersten Füllung des Beckens im Sportpark Nord: Architekt Ernst van Dorp (Bildmitte) und die Verantwortlichen des Vereins, Hermann Henze (li.) und Hermann Nettersheim (3. v. li.).

Artikel von Hermann Henze im Mitteilungsblatt Nr. 191 der SSF Bonn von Oktober 1969:

DIE GRÖßERE ZUKUNFT HAT BEGONNEN

.....

Von jetzt an müssen wir lernen, in größeren Dimensionen zu denken und zu handeln. Der seit zwei Jahren auf die Zahl 2000 eingefrorene Mitgliederbestand kann nun vergrößert werden. Die Sperre wird aufgehoben; Werbung für und Eintritt in den Klub sind jetzt also wieder aktuell. Seit 1. Oktober betreiben wir das Sporttrainingsbecken, 50 m lang, 20 m breit, acht 50-m-Bahnen, zwanzig 20-m-Bahnen, im Sportpark Nord. Zwar präsentieren sich Baukörper -und Umgebung noch als Baustelle, aber im untersten Teil des Sporthallenbaues tut sich schon einiges; denn seit 15. September trainiert Cheftrainer Gerhard Hetz mit seinen Schützlingen, obgleich die notwendigen Umkleide- und Duschräume zur Zeit nur provisorisch nutzbar sind. Es wird noch einige Zeit dauern, ehe das gesamte Bauwerk vollendet ist und ohne Einschränkung genutzt werden kann.

Wir können also nur behutsam Schritt um Schritt den allgemeinen Übungsbetrieb und die Trainingsstunden der einzelnen Sparten und Abteilungen vom Frankenbad in unsere neue Trainingsstätte verlagern. Vollständig werden wir uns jedoch nicht vom Frankenbad trennen, denn die spartanisch. einfache Ausstattung der Umkleideräume im Sportpark Nord mag nicht nach jedermanns Geschmack sein.

Für "gehobene" Ansprüche bleibt uns auf die fernere Zukunft gesehen mindestens eine Donnerstagstunde im Frankenbad erhalten.

Der Engpaß, den wir 9 Monate lang schmerzlich empfunden, aber im Interesse vordringlicher Aufgaben hingenommen haben, gehört jetzt der Vergangenheit an. Jeder Schwimmsportfreund hat nun wieder Platz im Frankenbad, mehr als je zuvor. Das Sportbecken des Frankenbades wird nicht mehr von der Sportmannschaft benutzt, sie hat auf unserer 50-m-Schwimmbahn ideale Trainingsvoraussetzungen gefunden.

Umgezogen sind auch die Jünger Glaukos', unsere Sporttaucher, die als Novum, speziell für sie geplant und gebaut, einen Tauchzylinder für ihre Unterwasserarbeit benutzen können.

Nach längerer Interimszeit können nun auch die Wasserballer auf einem Spielfeld mit den vorgeschriebenen Maßen trainieren und spielen. Ein Neuaufbau dieser Sportart ist nun möglich und notwendig.

In einigen Monaten werden 1-m Sprungbretter und eine 3-m-Plattform für das Springen verfügbar sein.

Mit dem Bau eines Lehrschwimm- und Aufwärmbeckens wird in diesen Tagen begonnen, womit sich der schwimmerische Bereich komplettiert.

In welcher Weise wir die Wünsche der Kunstschwimm-Abteilung optimal erfüllen können, bedarf noch einiger Überlegungen.

Nachdem Abteilungen das Frankenbad verlassen haben, geben wir unsere bisherigen beiden Montagübungsstunden ab 1. Dezember an andere Bonner Vereine mit Schwimmabteilung ab; die zahlreichen Sonntagtrainingsstunden haben wir bereits seit 1. September aufgegeben. Ob sich dafür andere Interessenten finden werden, ist bei der Höhe der Kosten zweifelhaft.

Wir werden später nach der Fertigstellung des Lehrschwimmbeckens auch mit dem Schwimmlehrbetrieb in das Vereinsschwimmbad übersiedeln.

Zu gegebener Zeit, aber keinen Tag früher, werden wir im Frankenbad noch auf eine von den beiden Donnerstagübungsstunden verzichten.

In dieser Maßnahme eine Einschränkung des Angebots des Klubs an seine Mitglieder zu sehen oder gar die Einschränkung der Übungsmöglichkeit zu erblicken, wäre falsch. Denn wir werden vom frühestmöglichen Zeitpunkt an (dieser Zeitpunkt wird bestimmt von der Fertigstellung der Umkleideräume und eines gefahrlosen Zugan-

ges zu unserer Trainingsstätte) allen Mitgliedern unseres Klubs zu dem von ihnen gewählten Zeitpunkt unsere Vereinsschwimmstätte mit einer eigens für sie reservierten Bahn öffnen. Von dieser Regelung ausgenommen werden nur wenige Stunden sein, zu denen wir das Becken global an Schulen oder andere Sportgemeinschaften vermieten.

Die Übernahme der neuen Schwimmsporttrainingsstätte verlangt vom Klub unternehmerisches Handeln. Wir müssen z.B. Personal einstellen, das zum Betrieb eines Bades notwendig ist. Wir werden Trainer und Übungsleiter dem größer gewordenen Angebot anpassen müssen. Wir brauchen ab 01.01.1970 eine Halbtagsbürokräft mit guten buchhalterischen Kenntnissen. Wir brauchen ehrenamtliche Mitarbeiter auf den verschiedensten Gebieten. Es wird sicher notwendig sein, für die Verwaltung und den Betrieb der Vereinsschwimmhalle mehrere versierte Klubmitglieder in einem Arbeitsausschuss zusammenzufassen. Wir werden solche Arbeitsausschüsse z.B. auch für das Gebiet des Finanzwesens bilden. Der große Arbeitsanfall auf dem Gesellschaftssektor wird vom Ein-Mann-Management auf eine Gruppe zu verlagern sein. Wir werden baldigst die durch Satzungsänderung beschlossene Umstrukturierung in der Verwaltungsspitze des Klubs vornehmen; wir werden flexibel, aber nicht überstürzt die Aufgaben angehen, die sich nun zwangsläufig ergeben.

.....

Dem Klub und all seinen Mitarbeitern wünsche ich zum neuen Engagement ein herzhaftes „Glück auf“

(Hermann Henze)



Das Schwimmbecken im Sportpark Nord 1969

Foto aus Archiv

„FIT IM PARK“

Outdoor Special zum Saisonangebot „Sport im Park“, Fokus: Beine + Po

1. Treppen-Froschsprünge

Ziele: Stärkung der gesamten Oberschenkel- und Gesäßmuskulatur

Zielmuskeln:

- Vierköpfiger Oberschenkelmuskel - musculus quadriceps femoris
- Beinbizeps - musculus biceps femoris
- Großer Gesäßmuskel - musculus gluteus maximus

Belastung: 3-4 x Treppen hochspringen und langsam wieder runtergehen (Pause)

Ausführung: Stelle dich etwa einen Schritt vor die Treppe. Die Füße sind hüftbreit voneinander entfernt und jeweils leicht nach außen gedreht. Knie und Zehenspitzen zeigen in die gleiche Richtung. Senke nun dein Gesäß ab und gehe in die Kniebeugeposition, bei der die Beine mindestens einen 90° Beugewinkel haben. Die Hände bleiben vor dem Körper um das Gleichgewicht zu bewahren.

Sprünge kräftig ab und strecke die Hüfte dabei voll durch. Lande dann wieder in einer tiefen Kniebeuge auf der nächsten Treppenstufe.

Je nach Treppenform bzw. Breite der Stufen kannst du entweder von Stufe zu Stufe springen oder auch einzelne Stufen überspringen.

Tipp: Wenn du Probleme hast das Gleichgewicht zu halten, stütze dich zunächst bei der Landung auf den vorderen Stufen ab.

Zur Erleichterung:

- kleinere Sprünge
- größere Pausenzeiten (nach jedem Sprung die Beine wieder voll strecken)

Zur Steigerung:

- größere + höhere Sprünge
- mit Zusatzgewicht in den Händen arbeiten
- geringere Pausenzeiten



1



2



3

2. Treppen-Entengang

Ziele: Stärkung der gesamten Oberschenkel- und Gesäßmuskulatur und Steigerung der Hüftmobilität

Zielmuskeln:

- Vierköpfiger Oberschenkelmuskel - musculus quadriceps femoris
- Beinbizeps - musculus biceps femoris
- Großer Gesäßmuskel - musculus gluteus maximus

Belastung: 3-4 x Treppen hochgehen (Belastung) und dann aufrecht wieder runtergehen (Pause)

Ausführung: Stelle dich etwa einen Schritt vor die Treppe. Die Füße sind hüftbreit voneinander entfernt und jeweils leicht nach außen gedreht. Knie und Zehenspitzen zeigen in die gleiche Richtung.

Senke nun dein Gesäß ab und gehe in die Kniebeugeposition, bei der die Beine mindestens einen 90° Beugewinkel haben. Die Hände bleiben vor

dem Körper, um das Gleichgewicht zu bewahren. Hebe nun im Wechsel das rechte und linke Bein und gehe die Treppe Stufe für Stufe nach oben. Der Po bleibt dabei immer tief.

Tipp: Wenn du Probleme mit dem Gleichgewicht hast, stütze dich zunächst mit den Händen auf den vorderen Stufen ab.

Diese Übung erfordert sehr viel Hüftmobilität. Wenn du damit Probleme hast, taste dich erst im Stand an den tiefen Squat heran, indem du dich z.B. an einer höher liegenden Stange oder an einer Türklinke (Füße rechts und links von der geöffneten Tür, Hände an jeweils einer Türklinke) festhältst und tief in die Kniebeuge gehst.

Zur Erleichterung:

- Hände auf den vorderen Stufen abstützen
- zwischen den Stufen pausieren

Zur Steigerung:

- mit Zusatzgewicht in den Händen bewegen
- ohne Zwischenpausen arbeiten



1



2

3. Einbeinige Treppensprünge

Ziele: Stärkung der gesamten Oberschenkel- und Gesäßmuskulatur und Steigerung von Balance und Stabilität

Zielmuskeln:

- Vierköpfiger Oberschenkelmuskel - musculus quadriceps femoris
- Beinbizeps - musculus biceps femoris
- Großer Gesäßmuskel - musculus gluteus maximus

Belastung: 3-4 x Treppen hochspringen und langsam wieder runtergehen (Pause)

Ausführung: Stelle dich etwa einen Schritt vor die Treppe. Die Füße sind hüftbreit voneinander entfernt. Verlagere nun dein Gewicht auf das rechte Bein, während du das linke Bein anhebst. Senke nun dein Gesäß leicht ab und bringe die Hände dabei gestreckt hinter den Körper. Sprin-

ge dann explosiv ab, strecke die Hüfte dabei voll durch. Lande jetzt wieder in einer leichten Beugeposition auf deinem rechten Bein und springe dann sofort weiter von Stufe zu Stufe.

Je nach Treppenform bzw. Breite der Stufen kannst du auch einzelne Stufen überspringen. Achte beim Sprung immer darauf, dass dein Knie stabil bleibt und sich nicht nach innen schiebt.

Wenn du die oberste Treppenstufe erreicht hast, wiederhole die Übung mit dem anderen Bein

Tipp: Wechsle von Intervall zu Intervall das Sprungbein; nicht während eines Intervalls.

Zur Erleichterung:

- kleinere Sprünge
- größere Pausenzeiten (nach jedem Sprung die Beine wieder voll strecken)

Zur Steigerung:

- größere + höhere Sprünge
- mit Zusatzgewicht in den Händen arbeiten
- geringere Pausenzeiten



1



2

Wer Lust an Outdoor Fitness mit Marie hat, kann gerne unseren Kurs donnerstags von 18:00 - 19:00 Uhr in Beuel besuchen kommen. Kursbeginn ist der 31.10.2019. Infos und Anmeldungen findet ihr auf unserer Homepage unter: <https://ssfbonn.de/outdoor-fitness.html>

SCHWIMMEN



Foto: Maïke Schramm



Foto: Maïke Schramm

NACHRUF AUF EINEN LIEBEN SCHWIMMKAMERADEN

Lieber Gerhard,

nach langer, schwerer Krankheit hast Du uns am 23.08.2019 endgültig verlassen.

In 2011 bis Du mit Ute zu den SSF Bonn gewechselt und warst von Anfang an ein großer Gewinn für unsere Mastersmannschaft. Ein Weltrekord über 100 m Lagen, 3 Gold-, 3 Silber- und 3 Bronzemedailles bei Mastersweltmeisterschaften, 3 Gold- und 5 Silbermedailles bei Masterseuropameisterschaften und zahlreiche Titel bei deutschen Meisterschaften waren Deine reiche Ausbeute der letzten Jahre. Dazu kommen die zahlreichen Staffelmanuten, die die SSF Mastersschwimmer dank Deiner Verstärkung gewonnen haben.

Aber nicht nur mit Deinen sportlichen Erfolgen hast Du unser Team bereichert. Du warst ein

ganz außergewöhnlicher und stets gut gelaunter, positiv denkender Mensch und damit ein Vorbild für alle, die Dich näher kannten. Immer konnte man sich auf Dich verlassen und Du hast Dich eher um andere gesorgt, als um Dich selbst. Lange hast Du versucht Deine Krankheit zu besiegen und dabei trotz großer Leiden nie geklagt. Im Gegenteil: Bis zu Letzt lag Dir das Wohlergehen Deiner Mannschaftskameraden am Herzen und auch die diversen Geburtstage hast Du nicht vergessen.

Du warst ein Teil von uns und Dein Weggang hinterlässt eine große Lücke. Wir werden Dich sehr vermissen.

Dein SSF Masterschwimmer-Team



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

SCHÖNE ERFOLGE DER SSF-MASTERS BEI DEN NRW-MEISTERSCHAFTEN

Wieder einmal sehr erfolgreich kam eine kleinere Gruppe der Masters von den NRW-Meisterschaften zurück. Bei herrlichem Wetter wurde im Freibad von Kamen um Siege geschwommen.

Mit 10 Goldmedaillen im Einzel und 4 x in den Staffeln, sowie 12 x Silber im Einzel und 5 x in den Staffeln und 4 Bronzemedailles im Einzel konnten sich die SSF-Masters im NRW-Vergleich wieder ganz vorne finden.

Alle 15 Teilnehmer kamen mit einer Medaille nach Bonn zurück.

Zwei bzw. drei Goldmedaillen konnten Vanessa Bering (AK 25), Elke Schmitz (AK 55), Margret Hanke (AK 70) und Christian Hylla (AK 40) erkämpfen.

In den verschiedenen Staffeln schwammen Monika Warnusz, Christine Klütemeyer, Vanessa Bering, Marie Tigges, Esther Werling, Franz Wierig, Marion Freundel, Elke Schmitz, Margret Hanke, Julia Hermes, Christian Hylla, Siegfried Wernsdorf, Bernt Dittrich, Uwe Klotzowski, Claus Lewandowski.



vlnr.: Joana, Christine, Franz, Marie



vlnr.: Christian, Steffi, Uwe, Elke

Fotos: Unbekannt

LEICHTATHLETIK

ALOIS GMEINER VOM DEUTSCHEN BEHINDERTENSORTVERBAND ZUM BLOCKTRAINER FÜR RENNROLLSTUHL ERNANNT

Im Rahmen der Internationalen Deutschen Para Leichtathletik Meisterschaften in Singen am 13./14.07. wurde der SSF-Trainer Alois Gmeiner zum Blocktrainer für Rennrollstuhl im Deutschen Behindertensportverband (DBS) ernannt.

„Als Heimtrainer werde ich natürlich Alhassane Baldé weiter trainieren und auf die WM im November und die Paralympics 2020 in Tokyo vorbereiten. Daneben werde ich jetzt aber auch für alle anderen Rennrollstuhlfahrer im Bereich des DBS zuständig sein. Ich habe vor, alle 4-6 Wochen die Aktiven nach Bonn einzuladen und Trainingsmaßnahmen durchzuführen“, so der Kommentar von Alois Gmeiner.

Bonn ist inzwischen das Zentrum des Rennrollstuhlsports in Deutschland. Das zeigt sich auch an der Tatsache, dass die Nationalmannschaft der Vereinigten Arabischen Emirate bereits die fünfte Woche in Bonn zu Gast ist und sich unter der Leitung von Alois Gmeiner auf die WM vorbereitet.

Auch die Paratriathleten, die neben Schwimmen und Handbiken auch Rennrollstuhl fahren, holen sich in Bonn technische Unterstützung im Rennrollstuhl.

Die leitende Bundestrainerin Marion Peters möchte Bonn zu einem Leistungsstützpunkt ausbauen.

Dazu gehört natürlich auch Handbikerin Annika Zeyen, die sich mit Alois Gmeiner als Trainer auf den Weltcup im August in Kanada und die WM im September in den Niederlanden vorbereitet.

(Alois Gmeiner / Maïke Schramm)



Alois Gmeiner und Alhassane Baldé

Foto: denniswilhelmsphotografie

LACROSSE

NEULAND FÜR DIE BONNER LÖWINNEN



Foto: Hannah Altschuck

Nach einem erfolgreichen Turniersommer starten die Löwinnen in der neuen Saison 2019/2020 das erste Mal seit der Neugründung vor sieben Jahren eigenständig in den Lacrosse-Ligabetrieb.

Self-Start

Die Vorbereitung hat begonnen und dieses Mal feilen die Bonner Lacrosse-Damen besonders an der Technik, Fitness und ihren Spielzügen. Denn die Ligasitzung der 2. Bundesliga West hat sich für das Ende der Spielgemeinschaft der Cologne Lacrosse Damen und den Bonner Löwinnen ausgesprochen. Die Mannschaft hat sich daraufhin gemeinschaftlich entschieden es ohne die Hilfe von auswärtigen Vereinen, als eigenständiges Team, zu versuchen.

Neue Regeln

Dieser große Schritt wird auch durch die Regeländerungen des Deutschen Lacrosse Verbandes (DLAXV) für die Mannschaft ermöglicht. Seit der letzten Saison 2018/2019 spielen die Damen statt mit zwölf, nur noch mit zehn Spielerinnen, inklusive Torwartin, auf dem Feld. Durch die Verkleinerung müssen die Kader nicht mehr so groß sein. Außerdem gibt es mehr Pausen, da die Spielzeit in vier 15-minütige Quarter aufgeteilt wurde. Vorher gab es in dem 60-minütigen Spiel nur eine Halbzeit.

So viele neue Möglichkeiten

Jetzt heißt es auf eigenen Beinen stehen und dafür wird hart trainiert. Drei Mal die Woche steht Spieler-Trainerin Leoni Voß auf dem Platz und motiviert ihre Teamkolleginnen. Es sei zwar

schade, dass die tolle Gemeinschaft der beiden Damenteams jetzt getrennt wird, aber es sei auch eine Chance, die sie nutzen wollen, so Voß. Die neuen Möglichkeiten zeigen sich auch in der Platzwahl. Die Damen veranstalten in der kommenden Saison auch ihre ersten Heimspiele auf Bonner Rasen und erhoffen sich davon auch ein bisschen Werbung. Für Anfänger ist dann die Hemmschwelle nicht mehr so hoch am Ligabetrieb teilzunehmen. Der noch relativ unbekanntere Lacrosse-Sport kann so auch bei den Zuschauerinnen in der ehemaligen Bundeshauptstadt populärer werden und wachsen.

(Hannah Altschuck)



Foto: Marie Feldmann

JUDO MANNSCHAFT DER SSF-BONN WIRD DEUTSCHER MANNSCHAFTSMEISTER U16



Foto: Yamina Bouchibane

oben v.l.: Josef und Mark Ivtschenko, Kieran Martins Trempeck, Hagen Boothe, unten v.l. Tim Janssen, Arthur Akopjan, Ben Hartmann, Nouri Günther, Lino Dello Russo

Erstmalig in der Vereinsgeschichte der SSF-Bonn gelang es einer Mannschaft der Judoabteilung Deutscher Mannschaftsmeister zu werden.

In einem Feld von 30 Mannschaften setzten sich die Nachwuchsjudoka in der MBS-Arena im brandenburgischen Potsdam eindrucksvoll in Szene. An zwei Tagen wurde um die Titel in der U16 Mannschaft gekämpft.

Am Samstag ging es zuerst darum, aus den zugewiesenen Pools in die Hauptrunde zu kommen.

Die SSF-Bonn hatten als ersten Gegner den amtierende Vizemeister, die RSV Eintracht/Frankfurt a.d. Oder. In welcher beeindruckender Form das SSF-Team war, zeigt das Resultat von 5:0. Ganz nebenbei besiegte Lino Dello Russo den amtierenden Deutschen Meister Anton Frey!

In der zweiten Begegnung erging es der KG Fuldaer JC/HTG Bad Homburg nicht anders, mit einem deutlichen 5:0 unterlagen sie den Bonner Jungs. Ebenso erging es dem KSV Esslingen und mit dem 5:0 erreichten die SSF-Bonn in einem "perfect game" die Hauptrunde. Dies gelang nur noch dem Team des Ausrichters UJKC Potsdam.

Mit der SUA Witten Annen standen die Verbandskameraden aus NRW in der Liste der Hauptrunde. Dort gaben die SSF ihren ersten Punkt ab und beendeten die Runde mit einem 4:1.

Im Poolfinale traf man auf den amtierenden Deutschen Mannschaftsmeister des Bushido Berlin. Ob es daran lag, dass die erfolgsgewöhnten Berliner nicht mit der Klasse der SSF Bonn rechneten und sich insgeheim schon im Halbfinale wähnten oder woran es sonst lag weiß man nicht, aber seit Beginn des ersten Kampfes heizten die mitgereisten Berliner Eltern die Stimmung durch unqualifizierte Bemerkungen, Beleidigungen und Gesten unnötig auf. In diesem Hexenkessel behielten die Bonner einen kühleren Kopf und gewannen mit 4:1. Nach diesem Ergebnis eskalierten die Berliner Eltern komplett und wurden sogar handgreiflich. Hinzueilende DJB Funktionäre beschuldigten allerdings die Bonner Schuld an der Eskalation zu sein. Welchen Grund hätte man, bei einem deutlichen 4:1 zu einer Eskalation haben sollen?! Man könnte vermuten, dass mit den SSF-Bonn ein Team im Halbfinale steht, welches nicht im Halbfinale hätte stehen dürfen. Doch nach 25 Kämpfen, von denen 23 gewonnen wurden, standen sie nunmal mehr als verdient und souverän im Halbfinale.

Am nächsten Tag hießen die Halbfinalgegner KG Heubach/JT Steinheim. Hochmotiviert, das Finale zu erreichen, erkämpften sich die Jungs wieder ein souveränes 5:0 Ergebnis. Die Sensation war perfekt!

Im Finale traf man auf die KG TSV Großhadern/TV 1848 Erlangen. Großhadern hat eine lange erfolgreiche Vereinsgeschichte und brachte schon Welt- und Europameister heraus, nicht zu vergessen die Bronzemedailien vom aktuellen Nationaltrainer Richard Trautmann bei diversen Olympischen Spielen. Auf der anderen Seite standen die 5 Jungs der SSF-Bonn. Im ersten Kampf -46kg kämpfte sich Mark Ivtschenko regelrecht in einen Rausch. Seine unaufhörlichen Angriffe brachten seinen Gegner zwar zu Fall, welches aber ohne Wertung blieb. Mark attackierte 3 min lang und sein Gegner wehrte diese zwar ab, attackierte aber nicht, wurde aber auch nicht bestraft. Nach Ablauf der Kampfzeit ging es in den golden score. Marc blieb bei seiner Marschrouten und sein Gegner wurde immer schwächer. Jedoch wurden seine Ausweichmanöver, die das Verlassen der Matte beinhalteten, auch nicht bestraft. Nach weiteren 3 Minuten kam es zum Kampfrichterentscheid. Sie mussten Mark den Sieg zusprechen und die SSF gingen in Führung.

Nun war Lino Dello Russo -52kg an der Reihe. Den ersten Angriff seines Gegners fing Lino spektakulär mit einer Radwende ab, beim 2. landete er nach der Wende auf den Bauch welches mit einer zweifelhaften Wertung für seinen Gegner bewertet wurde. Leider brachte ihn dies aus seinem Konzept und kurz darauf erzielte Großhadern den Ausgleich. Mit Arthur Akopjan stand nun -58kg der einzige Fremdstarter der SSF auf der Matte. Die Regeln verlangen, dass man in diesem Fall nur als KG starten darf, deshalb kämpften die SSF unter dem Team Namen KG SSF-Bonn/TSV Hertha Walheim. Dass sie mit Arthur die richtige Wahl getroffen hatten, bewies sein souveräner Sieg mit einem fulminanten Sodetsurikomigoshi. Wieder gingen die SSF in Führung.

Nouri Günther -66kg hatte es in der Hand den Sack zu zumachen. Allerdings stand ihm der Gewinner der Sichtungsturniere aus Duisburg und Erfurt gegenüber. Schon in der ersten Minute bekam Nouri eine Bestrafung und nach 1.47 die zweite. Keiner konnte den anderen werfen, aber im golden score bekam Nouri die dritte Strafe und Großhadern holte auf zum 2:2. Jetzt schickten die SSF mit Tom Hartmann +66kg den Gewinner aus Erfurt und Duisburg ins Rennen und schon bald ging er mit einer Wazzari Wertung in Führung. Allerdings erwischte ihn sein Gegner und bekam ebenfalls eine Wertung und es blieb spannend. Doch Toms enorme Entwicklung, in diesem Jahr ließ es nicht zu, zu verlieren und mit Kampfgeist holte er im golden score die ersehnte zweite Wertung und machte die Sensation perfekt!

Dass die Bundesjugendleiterin es für richtig hielt, den SSF-Jungs, als einziger Mannschaft nicht zu gratulieren, schmälerte nicht den Triumph, sondern steigerte ihn. Auch die Berichterstattung auf der DJB Homepage, in dem der Sieg gerade mal mit zwei Sätzen erwähnt wird, aber über das Halbfinale, in dem der UJKC Potsdam stand, mit 5 Sätzen berichtet wird, lässt einigen Spekulationen freien Raum. Die Kämpfer der SSF-Bonn haben in 35 Kämpfen nur 4 verloren und haben es sich souverän verdient auf dem Treppchen über allen zu stehen! Respekt vor dem Team, in dem folgende Kämpfer standen: Kieran Martins Trempeck, Mark und Josef Ivtschenko, Lino Dello Russo, Arthur Akopjan, Tim Janssen, Hagen Boothe, Nouri Günther und Matchwinner Tom Hartmann!

(Yamina Bouchibane)

LINO DELLO RUSSO GEWINNT DIE RUHR GAMES

In bestechender Form präsentierte sich SSF-Bonn Judoka Lino Dello Russo am vergangenen Wochenende auf den Ruhr Games in Duisburg. Zu diesem Event waren nur die besten U18 KämpferInnen aus NRW zugelassen.

Schon in seinem ersten Kampf -55kg musste er gegen den vermeintlichen Favoriten Florian Böcker antreten. Die letzten Begegnungen entschied der Bottroper und diesjährige Erfurt Gewinner für sich. An diesem Tag drehte Lino den Spieß um und ging zuerst mit seiner Spezialtechnik in Führung und sicherte sich den Sieg mit einer zweiten Technik in die andere Richtung. Auch die beiden weiteren Kämpfe konnte Lino vorzeitig gewinnen.

Da die Finalkämpfe erst am Nachmittag und draußen stattfanden, musste Lino fast 6 Std warten. Am Ende des Tages belohnte er sich unter Duisburger Sonne mit einem 1. Platz, nach einem sehr schnellen Finale.

Vereinskamerad Tom Hartmann sicherte sich Platz 3 in der Gewichtsklasse bis 90kg.

Vereinskameradin Soraya Günther, die erstmalig nach ihrer Schulteroperation wieder auf der Matte stand, gewann ihre Auftaktbegegnung -57kg und hatte im weiteren Verlauf ziemliches Pech. Sie verlor ihren zweiten Kampf mit 3 Shidos, von denen einer fürs Kleiderordnen vergeben wurde, eine neue "Erfindung" der IJF (Internationalen Judo Federation). Im 3. Kampf warf sie ihre Gegnerin, nachdem sie in Rückstand lag und hielt diese auch noch im Haltegriff, doch die Wertung wurde ihr nicht gegeben.

Am nächsten Tag reisten die drei SSF-Bonn Athleten zum Mannschaftsevent der Ruhr Games an. Die Teams bestanden aus den besten U18 Judoka der jeweiligen Bezirke plus einer Gastmannschaft aus den Niederlanden. Gleichzeitig kämpften die besten Judoka der U15 in Bezirksmannschaften gegeneinander.



Soraya Günther, Lino Dello Russo und Tom Hartmann

Foto: Bilderdienst Bonn

Während die U15 Platz 3 erreichten, standen die U18 Judoka des Bezirkes Köln gegen die Mannschaft aus Limbourg im Finale. In spannenden Kämpfen, wieder unter freiem Himmel, gewannen die Kölner mit 7:6.

Für die Bezirksauswahl wurden folgende SSF-KämpferInnen von den BezirkstrainerInnen nominiert:

U18: Lino Dello Russo, Jano Rübo, Tom Hartmann, Soraya Günther, Elgin Vanderschaeghe,

U15: Kieran Martins Trempeck, Marc und Josef Ivchenko, Nouri Günther, Ariane Weniger.

(Yamina Bouchibane)

Nah dran sein ist einfach.



sparkasse-koelnbonn.de/baskets

Wenn sich Fans den Topscorer fürs Portemonnaie holen: die Sparkassen-BasketsCard.

Mit ihr können Sie Tickets, signierte Bälle oder Trikots gewinnen und natürlich bequem bargeldlos bezahlen. Unvergessliche Momente mit den Telekom Baskets Bonn und der Sparkassen-BasketsCard erleben – das lässt jedes Fan-Herz höher schlagen.



Wenn's um Geld geht

 **Sparkasse
KölnBonn**

TISCHTENNIS

AUSBLICK AUF DIE SAISON 2019/2020

Wie jedes Jahr versuche ich mich auch vor der kommenden Saison mal an einer Prognose. In den vergangenen Jahren habe ich damit ja immer ganz gut gelegen. Allerdings wird es immer schwieriger, da man letztlich nicht einschätzen kann, in welcher Aufstellung die einzelnen Mannschaften tatsächlich antreten. So könnte es bei uns z.B. auch sein, dass Mert Meral, Lennart Burgunder und Kushale Fernando in der 3. Mannschaft auflaufen, obwohl sie eigentlich in der 2. Herren spielen. Genau so haben wir am letzten Spieltag zum Leidwesen unserer 1. Mannschaft festgestellt, dass der Gegner auch mal mit sechs Ersatzleuten antreten kann. Wie sieht's denn in der Landesliga aus, wo unsere **1. Mannschaft** mit neuem Gesicht aufschlägt? Zunächst einmal muss man feststellen, dass die Spielklasse durch die Neuorganisation im WTTV deutlich stärker geworden ist. Es gibt jetzt eine Verbandsliga- sowie eine Landesliga-Gruppe weniger. Daher ist eine direkte Rückkehr unserer 1. Mannschaft durchaus kein Selbstläufer. Von der Aufstellung her sollte DJK spinfactory Köln 2 favorisiert sei. Sie haben das ausgeglichene Team. Ebenfalls um den Aufstieg werden TTC RG Porz 3 und DJK Eitorf mitspielen. Da wollen dann unsere Jungs natürlich auch mitmischen, die mit unserem neuen Spitzenspieler Leon Biedermann den punktstärksten Spieler stellen. Allerdings wird es bei uns durchaus vorkommen, dass Leon oder unser zweiter Neuzugang Omiros Grigoreas nicht zur Verfügung stehen und Niklas Schmickler einspringen wird. Ein wichtiger Faktor, um das Team zu puschen, wird auch wieder der 7. Mann - die Fans - sein.

Niklas wiederum ist in der Bezirksklasse einer der stärksten Spieler und soll unsere **2. Mannschaft** zum Klassenerhalt führen. Hier muss sich unser Team gegen TV Kall, TTG Witterschlick 3, TTV Euskirchen 2 und TuS Zül-pich durchsetzen. Viel wird daher davon abhängen, wie oft Niklas mitspielen kann. Favorisiert sind in dieser Gruppe TTC Fritzdorf und TTC Uedorf, die mit Alexander Bartel auch den stärksten Spieler stellen. Auch Aufsteiger TTC Alfter dürfte vorne ein Wörtchen mitreden.

In der Kreisliga benötigt man zum Klassenerhalt traditionell immer viele Zähler. Ob unsere **3. Mannschaft** das Klassenziel erreichen kann, ist sicherlich sehr davon abhängig (wie bereits oben beschrieben), ob Mert, Lennart und Kushale des Öfteren mal mitspielen werden. Ansonsten schrumpfen die Chancen auf ein Minimum. Ganz vorne ist CTF Bonn 2 zu

erwarten, wenn die denn wirklich wollen. Sie stellen mit Uli Kemski den stärksten Spieler der Kreisliga. Alle anderen Mannschaften werden sich wohl zunächst eher Gedanken um den Klassenerhalt machen, ehe sich dann überraschend doch noch eines dieser Teams auf einem Aufstiegsplatz wiederfindet.

Ebenfalls um den Klassenerhalt geht es für die **4. Mannschaft** in der 1. Kreisklasse. Erstmals wird mit Vierer-Mannschaften gespielt, wodurch die Spielstärke der Klasse natürlich deutlich angehoben wird. So wird es bei unserem Team darauf ankommen, möglichst häufig in stärkster Besetzung anzutreten. Den TTC Alfter 2, FC RW Lessenich 2 und TTC Uedorf 3 sollte man also hinter sich lassen. Vorne wird voraussichtlich die TuRa Oberdrees 4 sein, vorausgesetzt der Spitzenmann Stefan Kuhlmann kommt zum Zuge. Aber auch ESV BR Bonn 4 und der Bonner SC 2 werden ein Wörtchen um den Aufstieg mitreden wollen.

Unsere **5. Mannschaft** hatte sich ja in der vergangenen Saison in der 2. Kreisklasse versucht und nur wenige Erfolge verbuchen können. Mit der gemachten Erfahrung sollte man in der 3. Kreisklasse aber wieder in die Spitzengruppe vorstoßen können. Ob es reicht die Spitzenteams TTG Witterschlick 6, SV Ennert 4 oder TuRa Oberdrees 5 zu ärgern, wird sich zeigen.

Auch die **6. Mannschaft** tummelt sich in der 3. Kreisklasse. Hier sollen viele Spieler zum Zuge kommen, u.a. auch einige unserer Jugendlichen. Aufgrund der damit verbundenen unregelmäßigen Aufstellung ist eine Prognose schwierig. Irgendwie wird unser Team sicherlich im Mittelfeld landen. Ganz vorne erwarte ich TV Rheinbach und TTC Duisdorf 6.

In der neuen Hobbyklasse haben wir zwei Mannschaften gemeldet. Hier werden sicherlich alle Teams kräftig durcheinander gewirbelt, denn häufig wurden hier 15 und mehr Spieler gemeldet. Unsere **7. Mannschaft** sollte dabei eine sehr gute Rolle spielen. Aufsteigen kann hier zwar keiner, aber wenn unsere "Jungs" komplett sind, könnten sie durchaus den Platz an der Sonne erreichen. Insbesondere wird man sich dabei mit TTG Witterschlick 3 und SV Villich-Müldorf 3 auseinandersetzen müssen. Für unsere **8. Mannschaft** heißt es, dabei sein ist alles. Viele Spieler schnuppern erstmals Wettkampfluft und so sollte sicherlich der Spaß an erster Stelle stehen.

Allen Teams wünsche ich viel Erfolg und Spaß!

(Jörg Brinkmann)

///

HEIMSPIELE UNSERER 1. HERREN-MANNSCHAFT (LANDESLIGA)

Sa. 31.08.2019	18:30	SSF Bonn	TTG Niederkassel II
Sa. 21.09.2019	18:30	SSF Bonn	DJK Eintracht Eitorf
Sa. 05.10.2019	18:30	SSF Bonn	TTC Lövenich
Sa. 02.11.2019	18:30	SSF Bonn	TTC BW Brühl-Vochem III
Sa. 16.11.2019	18:30	SSF Bonn	TuRa Oberdrees III
Sa. 23.11.2019	18:30	SSF Bonn	TTF Bad Honnef

Alle Heimspiele finden in der Turnhalle Alte Jahnschule, Herseler Str. 3, 53117 Bonn-Graurheindorf statt.

Alle, die unsere Mannschaft unterstützen wollen und tollen Tischtennis-Sport erleben wollen, sind herzlich eingeladen. Eintritt kostenlos.

VEREINSMEISTERSCHAFTEN JUNGEN UND SCHÜLER



Foto: Jörg Brinkmann

Louis Krupp

Louis Krupp überraschend Vereinsmeister bei den A-Schülern

In zwei Gruppen und mit neun Teilnehmern konnte sich Louis vor Max Bawej durch einen 3:2-Sieg im Finale durchsetzen. Auf Platz 3 landete Max Smolarz, der im kleinen Finale klar gegen Erich Eger gewann. Besonders erwähnenswert ist auch der Sieg in der Gruppenphase von Louis über Favorit John Reitz, der 5. wurde.

Max Smolarz gewinnt bei den B-Schülern

13 Schüler nahmen in zwei Gruppen am Wettkampf teil. Louis konnte seine Form vom Vortag bestätigen und wurde ohne Satzverlust vor Max Smolarz, Matei Preda und Ari Abdullah Gruppenerster. In der zweiten Gruppe setzte sich Erich vor Lukas Jeblawei, Isa Montenarh und Adrian Sheremeti durch. Im Achtelfinale gewann Louis gegen Adrian, Max gegen Isa, Lukas gegen Matei und Erich gegen Ari. Im Halbfinale schlug Lukas Louis im Entscheidungssatz in der Verlängerung und traf im Finale auf Max Smolarz der sich gegen Erich durchsetzen konnte. Max brachte Lukas mit seinem konstanten Spiel aus der Halbdistanz immer wieder dazu, Fehler im Angriff zu machen und gewann nach starker Leistung den Titel bei den B-Schülern. Erich wurde Dritter im kleinen Finale vor A Schüler Vereinsmeister Louis.

Max Bawej wird Sieger bei den Jungen

Die Jungenkonkurrenz wurde mit sieben Teilnehmern im Jeder-gegen-Jeden-System ausgespielt. Nach vielen knappen Spielen und großer Anstrengung stand Max durch Siege über Monan Jülch, John Reitz, Louis Krupp, Sinan Medve und Shijie Liao und einer Niederlage gegen Lukas Jeblawei mit 15:4 Sätzen gegenüber John mit 15:7 Sätzen als Vereinsmeister fest. Dritter wurde Louis vor Lukas auf Platz Vier. Fünfter wurde überraschend Shijie, der sowohl Sinan als auch Monan durch sein sicheres Schupf- und Blockspiel besiegen konnte. Sinan wurde mit neun gewonnenen Sätzen und nur einem Sieg unglücklich Sechster vor Monan.

(Simon Tewes)

CITY
FAHRSCHULE

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
Siebengebirgsallee 2
Tel: 02241 / 976 50 10

Siegburg - Zentrum
Kaiserstr. 96
Tel: 02241 / 59 10 10

Gefällt mir

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

+ 1 Tag kostenlos VW 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, Siebengebirgsallee 2 • Tel. 02241- 976 50 10
BONN, Rochusstr. 230 • Tel. 0228-937 99099 • cf-berufskraftfahrer.de

MACH MIT – HALT DICH FIT: TISCHTENNIS- SENIORENGRUPPE

Das Training der Seniorengruppe findet immer dienstags und donnerstags von 15-17 Uhr im Heinrich-Hertz-Europakolleg, Herseler Str. 5, 53117 Bonn statt. Unser Trainer Jan Gilge betreut freitags die Spieler. 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

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 sowie sonntags von 15.00-18.00 Uhr in der Turnhalle Jahnschule an.

CLUB-INFO (Stand 01.01.2019)

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: DE5437050198000007203

Geschäftsstelle

Adresse: Kölnstraße 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

Jürgen Baró Pizà:	Vorsitzender / Spitzen- und Leistungssport
Christoph Mertens:	stellv. Vorsitzender / Koordination Vereinsorgane / Sponsoring
Maike Schramm:	Stellv. Vorsitzende / Öffentlichkeitsarbeit
Harald Göbel:	Finanzen
Andreas Hartmann:	Sportstätten / Liegenschaften
Frank Herboth:	Breitensport / Koordination der Fachabteilungen
Max Hürter:	abteilungsübergreifende Maßnahmen
Dr. Ferdinand Krause:	Vereinsverwaltung / Recht- und Sozialangelegenheiten
Ulla Meurer:	Jugend / Soziale Projekte

Sport-Service-Bonn GmbH

Geschäftsführer: Anke Tölzer
Adresse: Kölnstraße 313 a | 53117 Bonn
Telefon: 0228-5594112
Fax: 0228-5594129
E-Mail: info@sport-service-bonn.de

Physiotherapie

Beate Göke
Adresse: Kölnstraße 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: Kölnstraße 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: Kölnstraße 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: Badekappentpflicht! 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:	Königsstraße 413, 53117 Bonn
Fechtinternat:	Am Neuen Lindenhof 2, 53117 Bonn
Freie Waldorfschule:	Stettiner Straße 21, 53119 Bonn
Gestüt Aluta im Heidetel:	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
GGG Karlschule Bonn:	Dorotheenstraße 126, 53111 Bonn
KGS Donatusschule:	Donatusstraße 12, 53175 Bonn
Ludwig-Erhard-Berufskolleg:	Königsstraße 235, 53117 Bonn
Robert-Wetzlar-Berufskolleg:	Dorotheenstraße 126, 53111 Bonn
Schulzentrum Tannenbusch:	Hirschberger Straße 3, 53119 Bonn
Seniorenheim Josefshöhe:	Am Josefium 1, 53117 Bonn
Sportpark Nord:	Königsstraße 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: Kölnstraße 250 | 53117 Bonn
Telefon: 0228-6193755
Auskünfte: Anke Bauz
Öffnungszeiten: Mo–Fr: 08.00–21.30 Uhr
Sa: 08.00–17.00 Uhr
So: 09.00–15.00 Uhr

SSF-Bootshaus Beuel

Adresse: Rheinaustraße 269 | 53225 Bonn
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 01.08.2019)

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 verlieren zum Jahresende ihre Gültigkeit und müssen in jedem Jahr 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.

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

- 40 € für Mitglieder
- 90 € für Nichtmitglieder

Jahreskarte für 1 Angebot (nur für Mitglieder)

- 80 € bis 59 Jahre
- 70 € ab 60 Jahre

Multijahreskarte für alle Angebote (nur für Mitglieder)

- 130 € bis 59 Jahre
- 110 € ab 60 Jahre

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

DAS ANGEBOT

Wirbelsäulengymnastik

Montag	09.00–10.00 Uhr	Sportpark Nord
Montag	18.30–19.30 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	09.00–10.30 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

Senioren-gymnastik

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
----------	-----------------	----------------

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	10.45–11.45 Uhr (mit Musik)	Sportpark Nord
Freitag	10.00–10.45 Uhr (mit Musik)	Sportpark Nord
Freitag	10.45–11.30 Uhr (mit Musik)	Sportpark Nord

Wassergymnastik mit Power

Donnerstag	19.00–20.00 Uhr	Sportpark Nord
------------	-----------------	----------------



Gutschein

einmal kostenlos an einer Kursstunde
des offenen Bewegungstreffs teilnehmen



Kursangebot

Besucher: Vorname und Nachname

KURSE (Stand 01.08.2019)

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: 50 € Nichtmitglieder: 100 € Bei Buchung beider Angebote gibt es Sonderkonditionen für Mitglieder und für Nichtmitglieder		

Aquapower | Sportpark Nord

schwimmtief	donnerstags	19.00–19.45 Uhr
	donnerstags	19.45–20.30 Uhr
stehtief	dienstags	20.00–20.45 Uhr
Preise je 10 Einheiten Mitglieder: 50 € Nichtmitglieder: 100 €		

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!

Bei Interesse bitte melden unter kurse@ssfbonn.de

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: 50 € Nichtmitglieder: 100 €		

Schwimmkurse für Erwachsene | Sportpark Nord

10-14 Einheiten, außerhalb der Schulferien, 9 Euro pro Einheit, Anmeldung nur online möglich; ssfbonn.de/schwimmkurse.html. Keine Badeshorts erlaubt! Badekappenpflicht!

Schwimm- und Wassergewöhnungskurse für Kinder

Umfangreiches Angebot. Alle genauen Termine erhalten Sie über die Internetseite. Auskünfte unter: buchung@ssfbonn.de
Anmeldung nur online möglich unter: ssfbonn.de/schwimmkurse.html

montags bis freitags ab 15.00 Uhr
samstags und sonntags ab 11.00 Uhr

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.

Outdoor Fitness | Bootshaus Beuel

	donnerstags	17.45–18.45 Uhr
Preise je 10 Einheiten: Mitglieder: 50 € Nichtmitglieder: 100 €		

Outdoor Fitness | Sportpark Nord

	freitags	17.15–18.15 Uhr
--	----------	-----------------

Yoga | Bootshaus Beuel

Anfänger	mittwochs	16.00–17.00 Uhr
Fortgeschrittene	mittwochs	17.15–18.15 Uhr
Preise je 10 Einheiten: Mitglieder: 50 € Nichtmitglieder: 100 €		

Zumba | Turnhalle Karlschule

	freitags	18.30–19.30 Uhr
Preise je 10 Einheiten: Mitglieder: 50 € Nichtmitglieder: 100 €		

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	Enrico Liedtke (Erw.), judo-erwachsene@ssfbonn.de Yamina Bouchibane (Kinder), 02224-969545

Ju-Jutsu	
Angebot:	Selbstverteidigung, Kampftraining 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	Anke Bauz (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	Leonard Wöhleke

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
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	Bernd Neuwinger, 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	wasserball@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, Siegburg, Troisdorf**
Bertha-von-Suttner-Platz 8 | 53111 Bonn
Rochusstraße 230 | 53123 Bonn
Kaiserstraße 96 | 53721 Siegburg
Siebengebirgsallee 2 | 53840 Troisdorf
- **Deutsche Vermögensberatung Peter Gammersbach,**
Kölner Str. 234 | 51149 Köln
- **eyespeed/sportoptik online,**
Bornplatz 9 | 56412 Welschneudorf
- **Intersport Sportpartner Bonn,**
Wenzelgasse/Friedrichstr. 45 | 53111 Bonn
- **Kröber Hören + Sehen,**
Sternstr. 73 | 53111 Bonn
- **Laufladen Bonn,**
Kölustr. 25 | 53111 Bonn
- **Frédéric Letzner, Ernährungsberater/
DGE, Gesundheitsförderung**
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.



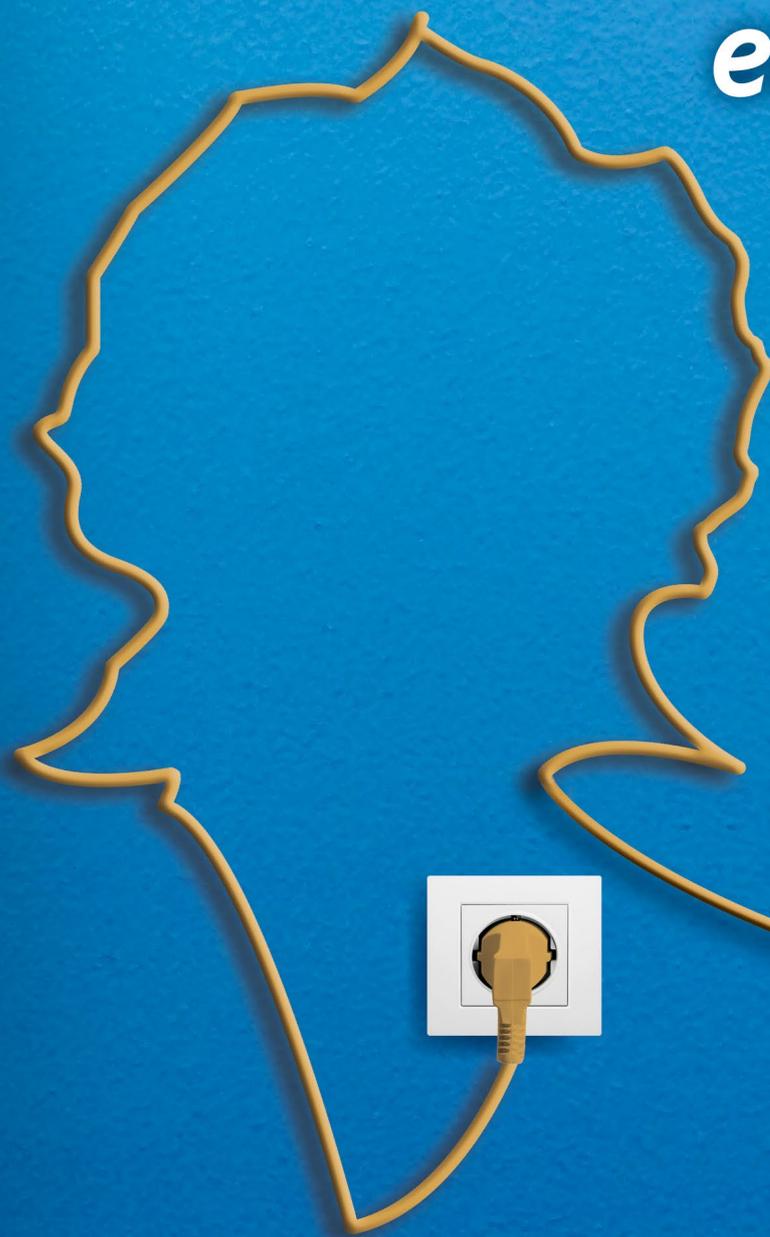
SWB

Energie und Wasser

Starke Partner. Bonn/Rhein-Sieg.

Günstig. Garantiert. Und gut fürs Klima!

BEETHOVEN • STROM *elektrisiert!*



Jetzt mit
nextbike 
Freiminuten.

Welch eine Komposition: Entdecken Sie unseren BEETHOVEN • STROM und freuen Sie sich auf klimaschonende Energie zu einem hervorragenden Preis, garantiert bis zum 30. April 2021. Unsere Willkommensprämien und viele weitere Vorteile runden unser Powerpaket ab – überzeugen Sie sich jetzt auf [beethovenstrom.de](https://www.beethovenstrom.de).



BEETHOVEN STROM