

SPORT-PALETTE

Schwimm- und Sportfreunde Bonn 1905 e. V.



Das SSF Archiv

Ein aktueller Sachstand | Seiten 12–19

Maritimes Sicherheitstraining auf der Aggertalsperre | Seite 24

Jugendausschuss bei den SSF Bonn | Seiten 6–7

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

GEMEINSAM IN DIE NEUE „NORMALITÄT“

Liebe Mitglieder,

Die CORONA Pandemie ist und bleibt auch weiterhin in aller Munde und für uns alle merklich spürbar: daran wird sich wohl auch auf absehbare Zeit nichts ändern.

In den vergangenen Monaten mussten wir alle eine Vielzahl von Veränderungen hinnehmen sowie in unseren Alltag integrieren, dabei beispielsweise auf die spontane Teilnahme an einem Angebot im Offenen Bewegungstreff oder aber das morgendliche Schwimmen in unserem geliebten Schwimmbad im Sportpark Nord verzichten und uns den geänderten Umständen anpassen. Um den Schutz vor einer Infektion zu erhöhen, standen stattdessen Sport im Freien, Anmeldepflichten, Abstandsgebote und Mund-Nase-Bedeckungen an der Tagesordnung und werden es – wenigstens in Teilen – sicher auch noch einige Zeit lang tun.

Umso wichtiger ist es nun, den Weg in die neue „Normalität“ weiterhin gemeinsam zu beschreiten und effektive Maßnahmen zusammen konsequent zur Anwendung zu bringen, um schrittweise lieb gewonnene und gewohnte Angebote wieder in unseren Alltag reintegrieren zu können. In den letzten Wochen haben wir alle zusammen den Beweis dafür angetreten, dass ein Sportbetrieb unter Einhaltung gewisser Regeln möglich sowie auch verantwortbar ist. Ausdrücklich bedanken möchten wir uns



dabei für das von Ihnen in überwältigender Mehrheit entgegengebrachte Verständnis, Ihre Treue zum Verein sowie Ihre Mitwirkung in Bezug auf unsere neue „Normalität“.

Seit Mitte August öffnete nun auch wieder unser Schwimmbad im Sportpark Nord seine Türen, ab September dann sogar wieder von früh morgens bis spät abends. Die Kursangebote sowie die Angebote unserer „Kids in Action“ Reihe nehmen ihren Betrieb wieder auf und auch die Umkleidekabinen und Duschen können wieder – wenn auch mit verringerter Kapazität und unter Einhaltung strengster Hygiene-Regeln – genutzt werden.

Lassen Sie uns auch in den nächsten Monaten diese zurückgewonnene Freiheit in „unserem Verein am Rhein“ verteidigen, indem wir die gebotenen Regeln konsequent und gemeinsam einhalten sowie uns gegenseitig an eben jene Regeln erinnern, wenn wir diese einmal im Trubel des Alltags vergessen haben sollten.

Bleiben Sie gesund und uns gewogen.

Maike Schramm & Sascha Pierry

(stellv. Vorsitzende & Geschäftsführer)

INHALTSVERZEICHNIS



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

VEREINSNACHRICHTEN

Gründung einer Einradgruppe	S. 05
Ferienspaß trotz Corona	S. 05
Herbstcamps 2020	S. 05
Jugendausschuss bei den SSF Bonn	S. 06-07

NEUES AUS DER KARLSCHULE

Sommerferien in der OGS Karlschule	S. 08-09
------------------------------------	----------

VON MITGLIEDERN FÜR MITGLIEDER

Der Corona-Sommer 2020	S. 10
------------------------	-------

SSF KOPF

Jan Patocka	S. 11
-------------	-------

LEITARTIKEL

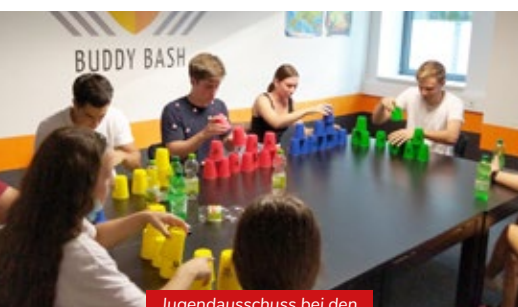
Das SSV Archiv – ein aktueller Sachstand	S. 12
Interessantes aus der SSF Geschichte vor 100, 90, 80 ...Jahren	S. 13-19

ABTEILUNGEN

Floorball	S. 20-21
Judo	S. 22-23
Kanu	S. 24
Schwimmen	S. 25-27
Tischtennis	S. 28-30

VEREINSINFOS

Club-Info	S. 31
Offener Bewegungstreff	S. 32
Kurse	S. 33
Abteilungsinfo	S. 34
Partnerseite	S. 35



Jugendausschuss bei den
SSF Bonn | Seiten 6-7



Das SSF Archiv
Ein aktueller Sachstand | Seiten 12-19



Maritimes Sicherheitstraining auf der
Aggertalsperre | Seite 24



IMPRESSUM

Sport-Palette

Herausgeber:

Schwimm- und Sportfreunde Bonn
1905 e. V.

Redaktion:

Anne-Marie Nierkamp,
Maïke Schramm und Fabian Welt

Redaktionsanschrift:

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

E-Mail: palette@ssfbonn.de

Redaktionsschluss:

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

Erscheinungsweise:

4 x jährlich:
März
Juni
September
Dezember

Herstellung:

Schwimm- und Sportfreunde Bonn
1905 e. V.

Design/Layout/Satz

intention Werbeagentur GmbH
www.intention.de

Druck:

Druckmüller GmbH, Malsfeldstraße 18,
57539 Roth

Papier:

Chlorfrei gebleicht

Titelfoto:

Alexander Glass

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.

GRÜNDUNG EINER EINRADGRUPPE



Foto: Anne-Marie Nierkamp



Über viele Jahre hat sich der Einradkurs bei den SSF Bonn etabliert. Im Rahmen der KiA gibt es bisher wöchentlich einen Kurs mit einem festen TeilnehmerInnen Kreis, die zu einem Einradteam herangewachsen sind. Deshalb war auch schnell der Name des Teams „EinRad – EinTeam“ gefunden, der seit dem Frühjahr auf den selbstdesignten Einradtrikots steht. Denn neben dem jährlichen Auftritt bei der SSF Nikolausfeier haben die EinradfahrerInnen im letzten Jahr zum ersten Mal an Wettkämpfen teilgenommen. Dieses Jahr sind leider

alle Wettkämpfe coronabedingt ausgefallen, so dass viel Zeit fürs Training im Stadion bleibt. Einige der TeilnehmerInnen sind mittlerweile aus dem KiA Alter herausgewachsen und da regelmäßige Wettkampfteilnahme in der KiA auch nicht vorgesehen ist, hat der Vorstand genehmigt, eine eigene Einradgruppe ab 2021 zu gründen. Anfänger und Fortgeschrittene sind gerne gesehen und können bis zum Ende des Jahres am Kurs teilnehmen oder ab Januar in die Gruppe einsteigen.

Anne-Marie Nierkamp

FERIENPASS TROTZT CORONA

Trotz der noch immer anhaltenden CORONA Pandemie konnten wir in den vergangenen Sommerferien 3 Wochen Ferienspaß anbieten. Aufgrund der veränderten Gegebenheiten hatte wir uns kurzfristig dazu entschieden das Betreuungsangebot weiter auszubauen und den Kindern eine willkommene Abwechslung zum doch sehr eingeschränkten „CORONA-Alltag“ zu bieten. Immer orientiert an der aktuell geltenden Hygieneschutzverordnung boten unsere Übungsleiter den Kindern ein durchaus buntes und abwechslungsreiches Ferienprogramm. Bei dezimierter

Gruppengröße spielten die Kinder verschiedenste Lauf-, Fang- und Geschicklichkeitsspiele. Team- und Mannschaftsspiele wurden getestet und kleine Ausflüge in der nahen Umgebung boten ein vielseitiges Programm. Ein kleiner Leichtathletikwettbewerb inklusive anschließender Siegerehrung und Urkunde war ein weiteres Highlight der Betreuung.

Uns haben die „CORONA-Camps“ viel Freude bereitet, die Teilnehmer waren sehr zufrieden. Trotzdem hoffen wir alle, schon bald wieder Camps unter „normalen“ Bedingungen anbieten zu können.

Fabian Welt

HERBSTCAMPS 2020

Aufgrund der aktuellen Situation rund um die CORONA-Pandemie haben wir unser Betreuungsangebot in den Herbstferien ausgebaut. Wir bieten in diesem Jahr unser Herbstcamp in beiden Wochen der Ferien an. Natürlich halten wir uns immer an die aktuell geltenden Hygienevorschriften. Trotz allem wird das Camp wieder voller Abwechslung sein. In der jeweiligen Woche werden wir verschiedene Sportarten ausprobieren und weitere Freizeitaktivitäten durchführen. Langweilig wird es

bestimmt nicht, und wenn du nicht alleine mitmachen möchtest, dann frag doch einfach mal deine Freunde, ob sie ebenfalls dabei sein wollen.

Die Teilnehmerzahl ist sehr begrenzt. Zögert daher nicht mit einer Anmeldung. Infos und Anmeldeformulare findet ihr auf unserer Homepage unter: www.ssfbonn.de/freizeiten

Wir freuen uns auf euch!

Fabian Welt



Fotos: Anne-Marie Nierkamp

JUGENDAUSSCHUSS BEI DEN SSF BONN

Nachdem es längere Zeit keinen aktiven Jugendausschuss bei den SSF Bonn gab, sollte dies nun wieder geändert werden. Der Jugendausschuss vertritt die Interessen der Kinder/Jugendlichen im Verein, plant Aktionen, initiiert sportliche Angebote und networkt zwischen den einzelnen Jugendlichen der Abteilungen. Im Rahmen der jährlichen Jugendversammlung, zu der alle Jugendlichen des Vereins eingeladen werden, wird der Jugendausschuss für ein Jahr gewählt. Der Jugendausschuss besteht aus einem Jugendwart/in, einem Stellvertreter/in und bis zu 20 Beisitzern/Beisitzerinnen.

Der Jugendausschuss ist wichtig für den Verein, denn die Jugend kann ihren Verein mitgestalten und für die Zukunft aufstellen.

Mitte Juni trafen sich interessierte Jugendliche aus verschiedenen Abteilungen zu einem ersten Treffen, um mehr über die ehrenamtliche Arbeit im Jugendausschuss zu erfahren. Am Ende des Treffens konnten sich fast alle TeilnehmerInnen vorstellen, sich im Verein zu engagieren und so wurde ein erstes Event zum besseren Kennenlernen geplant.

So fuhren sie am 10.08.2020 zum Buddy Bash nach Köln, dass ist ein Teamevent ähnlich der

Spielshow „Schlag den Raab“. In zwei Teams traten sie in verschiedenen Minispielen, u.a. Bogenschießen, Wissensquiz, Reaktionsspielen, Domino gegeneinander an und sammelten Punkte. Alle hatten viel Spaß und kamen ins Gespräch. Die Jugendlichen sind alle bereit, sich bei der nächsten Jugendversammlung in den Jugendausschuss wählen zu lassen, haben schon viele Ideen für gemeinsame Aktionen und werden diese bei der Versammlung vorstellen. Über weitere Jugendliche, die sich engagieren möchten, freuen sie sich sehr.

Anne-Marie Nierkamp



EINLADUNG ZUR JUGENDVOLLVERSAMMLUNG DER SCHWIMM- UND SPORTFREUNDE BONN 1905 E.V.

am 07.10.2020 um 18:30 im Pasta Casa, Kölnstr. 250, 53117 Bonn

Tagesordnung

Top 1	Begrüßung und Eröffnung
Top 2	Die Jugend bei den SSF Bonn
Top 3	Wahlen
Top 4	Vorstellung der Ideen für die zukünftige Jugendarbeit bei den SSF
Top 5	Weihnachtsturnier
Top 6	Wünsche und Vorschläge
Top 7	Anträge
Top 8	Verschiedenes

Stimmberechtigt sind alle Jugendlichen der SSF Bonn, die mindestens 6 Monate Mitglied bei den SSF Bonn sind. Wählbar sind sowohl jugendliche als auch erwachsene Vereinsmitglieder.

Die Jugendordnung kann im Internet unter www.ssfbonn.de eingesehen werden.

Anträge zur Jugendversammlung müssen bis zum 01.10.2020 in der Geschäftsstelle eingegangen sein.

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.: 0228/93799099

Troisdorf-Zentrum
Siebengebirgsallee 2
Tel.: 02241/976 50 10

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

Wir sind Mitglied und Kooperationspartner

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

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

Geschenke* kostenlos:

- DriversCam für digitale Fahrstunden
- ADAC-Mitgliedschaft für das 1. Jahr kostenlos + Sicherheitstraining kostenlos
- Freunderabatt ... bis zu 50,-€ sparen UND **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 BKRFGQ (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

SOMMERFERIEN IN DER OGS KARLSCHULE



In diesem Jahr konnte das Sommerferienprogramm für die Kinder der OGS Karlschule trotz der Corona Pandemie stattfinden, wenn auch mit einigen Einschränkungen.

In den ersten beiden Sommerferienwochen konnten sich die Kinder auf viele tolle Aktionen freuen, wie aufs Töpfern, auf Minigolf, einen Kletterausflug, einen Besuch des Labyrinths in der Rheinaue und zur Abkühlung ging es dann auch mal an die Sieg.



Fotos: Bettina Overstolz

Für alle Ausflüge standen uns 2 SSF Busse zur Verfügung, die es uns erst ermöglichten überhaupt diese tollen Ausflüge zu unternehmen. Auch dieses Ferienprogramm ist viel zu schnell vergangen. Aber wir freuen uns alle schon auf die nächsten Ferien mit spannenden Erlebnissen.

Kerstin Gilles



Spaß beim Töpfern



Besuch des Labyrinths



Abkühlung in der Sieg



Hoch hinaus beim Kletterausflug



VON MITGLIEDERN FÜR MITGLIEDER

Liebe SSF - Schwimmfreunde und – freundinnen,

Corona hat uns in diesem Jahr unsere Schwimm- und Trainingspläne kräftig durch einander gewirbelt, uns viele Möglichkeiten eingeschränkt, uns zu manchen unbequemen Kompromisslösungen gezwungen.

Jetzt endlich steht es uns allen wieder offen:

Unser schönes Schwimmbad im Sportpark Nord. Natürlich – wie könnte es in Corona-Zeiten anders sein – mit den erforderlichen risikomindernden Einschränkungen und Auflagen. Im eigenen Interesse müssen und wollen wir sie ernst nehmen. Und dennoch: Mit Verständnis und gutem Willen lassen sie sich ertragen und leicht umsetzen.

Was uns wider Erwarten geblieben ist, ist unser Freibadsommer 2020:

Entgegen vielen pessimistischen Voraussagen konnten die Bonner Freibäder akzeptable Zeitrahmen und praktikable Sicherheitskonzepte entwickeln, und uns so ein brauchbares, fortlaufendes Schwimmtraining ermöglichen.

Seit Mai hatte jeder und jede von uns bei einiger Flexibilität die Möglichkeit, seine oder ihre Bahnen zu schwimmen – ohne wesentlich höheres Kollisionsrisiko als bei uns im Nordpark.

Vor allem aber: ohne doppelte Kosten.

Für den langen Ausfall unseres eigenen Schwimmbads hat uns unser Verein großzügig und mitgliederfreundlich entschädigt: mit der Rückvergütung unserer Eintritts-Tickets für alle Freibäder im Bonner Raum. Viele von uns nutzen diese Chance, senden ihre gebrauchten Schwimmbad-Tickets ein – manche täglich! – und erhalten das Vorauslagte alsbald zurück erstattet.

Und es kommt noch besser:

Trotz der Wiederöffnung im Sportpark Nord will uns unser Verein unsere Freibad-Tickets bis zum Ende der Bonner Freibad-Saison 2020 – vermutlich bis Ende August – weiter vergüten.

Allen Beteiligten der SSF – so meine ich – schulden wir Dank und Anerkennung für diesen unkonventionellen Einsatz und den dadurch für uns alle erreichten Erfolg.

Christian und Sabine Ueberschaer



Wie ein Profi online Geld anlegen und digital verwalten?

Kundin & Kunde der Sparkasse KölnBonn



sparkasse-koelnbonn.de/direktfiliale

Ja klar!

Mit der App „bevestor“ Geld einfach online nach einem fundierten Investmentkonzept anlegen und professionell verwalten lassen.

Persönlich. Digital. Direkt.



 **Sparkasse
KölnBonn**

SSF KOPF: JAN PATOCKA

*geboren am 26.12.1980 in Svitavy, Tschechien,
verheiratet, zwei Kinder*

Berufliche Tätigkeit:

Geschäftsleiter bei der Renew Unihoc Zone Group GmbH

Schulische und akademische Abschlüsse:

06/1999

Abitur, Gymnasium in Svitavy, Tschechien

03/2009

Erwerb des Diploms in Volkswirtschaftslehre
an der Universität Bonn

Trainerausbildung:

C-Trainer Lizenz in der Sportart Floorball

Ehrenamtliche Tätigkeiten:

08/2004

Gründung der Floorball-Abteilung beim TV Refrath

09/2006

Gründung der Floorball-Abteilung bei den SSF Bonn



Foto: Privat

1. Wie bist du zu den SSF Bonn gekommen?

Im Jahr 2006 habe ich in Bonn nach einem passenden Verein für die Entwicklung einer neuen Sportart Floorball gesucht. Ich war mit mehreren Vereinen in Kontakt und bei den SSF Bonn wurde ich am besten aufgenommen. Die SSF waren von Anfang an offen für eine neue Sportart, haben mir direkt eine Hallenzeit angeboten und mich dabei unterstützt diese wunderbare Sportart in Bonn zu entwickeln und zu etablieren. Mittlerweile hat unsere Abteilung ca. 250 aktive Mitglieder, 14 Mannschaften im Spielbetrieb, die 1. Herren- und Damenmannschaft spielen in der 1. Bundesliga und zudem unterstützen uns wunderbare Fans! Diese tolle Entwicklung macht uns alle sehr stolz.

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

In der Floorball-Abteilung war ich bisher Abteilungsleiter und Trainer diverser Jugend-Mannschaften sowie Trainer der 1. und 2. Herrenmannschaft. Während der Studienzeit habe ich viele sportliche Ferienprogramme für Kinder unterstützt. Zum Ende meines Studiums habe ich das Projekt an der Karlschule als Sporttrainer begleitet.

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

In den vielen Jahren bei den SSF Bonn habe ich sehr viele schöne Momente erlebt. Am liebsten hatte ich die lustigen Auswärtsfahrten und Turniere mit meiner Mannschaft.

4. Welche sportlichen Angebote nutzt du im Verein?

Früher habe ich sehr viele SSF-Angebote genutzt wie den Fitnessraum, Schwimmbad oder das Stadion. Aufgrund meines Umzugs nach Köln und Rösrath kann ich nicht mehr so häufig in Bonn sein, aber ich spiele selbstverständlich weiterhin hobbymäßig Floorball so oft ich kann.

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

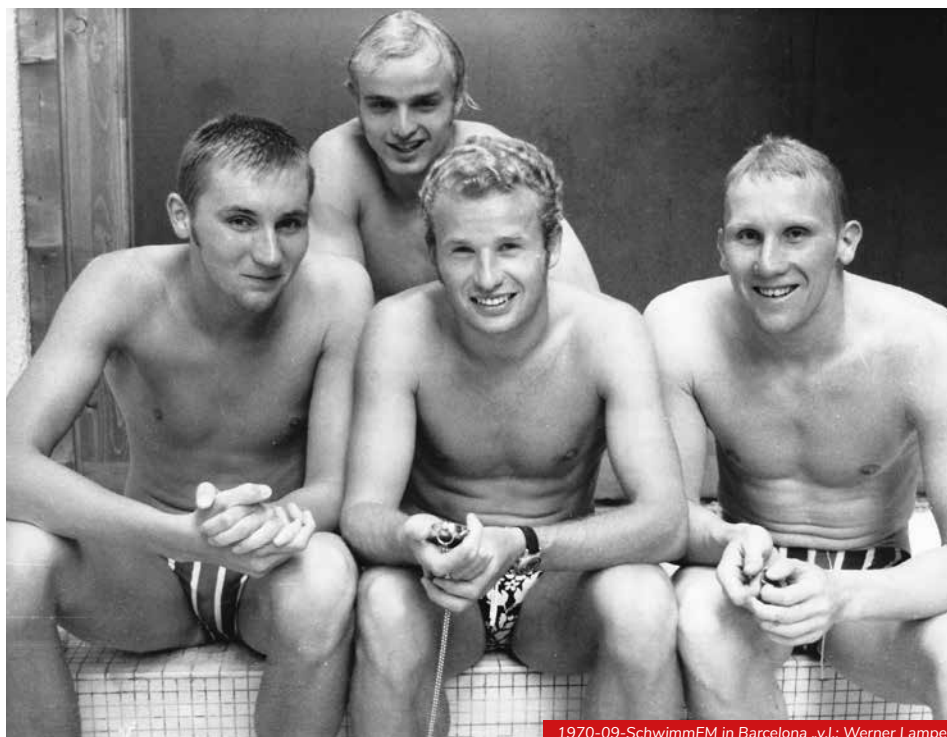
Die Geschäftsführung macht eine sehr gute Arbeit. In den vielen Jahren, in denen ich bei den SSF Bonn bin, hat sich viel Positives entwickelt. Wo uns der Schuh am meisten drückt, ist die mangelnde Anzahl an Hallenzeiten. Ich würde mir wünschen, dass sich in diesem Bereich noch einiges tut, damit wir uns weiter entwickeln und unseren Mitgliedern optimale Trainingsbedingungen bieten können. Insgesamt bin ich aber sehr froh, dass ich vor 14 Jahren diesen Verein für meine Pläne und ehrenamtliche Tätigkeiten gewählt habe. Ich möchte mich deswegen an dieser Stelle für die Unterstützung des Vereins bedanken!

6. Das wollte ich schon immer einmal loswerden ...

Das wollte ich schon immer einmal loswerden: Floorball ist die geilste Droge der Welt. Wer sie einmal probiert hat, kann nicht mehr aufhören.

DAS SSF ARCHIV – EIN AKTUELLER SACHSTAND

Wie bereits in der Sportpalette vom Winter 2018 berichtet, bin ich seit dem Frühjahr 2018 mit der Aktualisierung und Pflege des SSF Archivs beschäftigt, da dieses seit ca. 1980 nicht mehr bearbeitet wurde.



1970-09-SchwimmEM in Barcelona „v.l.: Werner Lampe, Norbert Verweyen, Gerhard Hetz, Hans Lampe

Als erstes habe ich dabei Unterlagen in den Ordnern gesichtet und digitalisiert, die eine kleine Gruppe Vereinsmitglieder bis Anfang der 1980er Jahre in mühevoller Kleinarbeit zusammengetragen hatte. Insbesondere bei den Dokumenten aus der Zeit vor dem 2. Weltkrieg war die Digitalisierung dringend erforderlich, da sie teilweise inzwischen bei Berührung auseinanderfallen.

Anschließend habe ich dann die Dokumente und Fotos zusammengetragen, die sich in den letzten 40 Jahren in der Geschäftsstelle angesammelt hatten.

Eine besondere Herausforderung war die Sichtung und Digitalisierung unserer Vereinszeitung, seit 1945 immerhin 459 Exemplare, wobei anfänglich die Jahrgänge 1955 bis 1970 fast komplett fehlten. Dank des Hinweises eines Vereinsmitglieds konnte ich einen Großteil der fehlenden Ausgaben im Stadtarchiv finden und dort in einer Tagesaktion für uns einscannen, so dass sie

jetzt im SSF-Archiv wenigstens in digitaler Form vorhanden sind. Einige weitere nicht vorhandene Exemplare habe ich inzwischen von anderen Vereinsmitgliedern erhalten, so dass jetzt von den 459 Vereinszeitungen der letzten 75 Jahre nur noch 19 Exemplare fehlen.

Bei der Sichtung der Vereinszeitungen ging es mir z.B. darum, Protokolle von Versammlungen des Vereins und der Abteilungen zu archivieren und an Hand der Protokolle in Tabellen festzuhalten, wer im Verein und den Abteilungen wann in welcher Funktion tätig war. Außerdem galt es, die auf unserer Homepage veröffentlichten Tabellen der sportlichen Erfolge auf Basis der diversen Berichte zu ergänzen oder zu korrigieren.

Außerdem habe ich im Archiv für jede Abteilung einen getrennten Ordner angelegt – sowohl in Papierform als auch digital – und dort Dokumente, Berichte und Fotos gesammelt, die die jeweilige Abteilung betreffen.

Derzeit bin ich dabei, die ca. 30 Ordner mit Presseartikeln zu sichten, die sich seit 1985 im Keller der Geschäftsstelle angesammelt haben, diese nach Abteilungen zu ordnen und die wichtigsten Artikel einzuscannen und abzuspeichern. Auch hier finde ich immer wieder interessante Dokumente mit wichtigen Details zur Vereinsgeschichte.

Außerdem wartet eine größere Kiste mit DIAs darauf, mit neuerer Technik digitalisiert zu werden.

Eine große Herausforderung wird es noch sein, bei den ca. 2000 abgespeicherten Fotos soweit wie möglich festzuhalten, bei welcher Gelegenheit sie aufgenommen wurden und wer darauf abgebildet ist. Hier werde ich bei dem Großteil der Fotos auf die Zuarbeit der Abteilungen und altgedienter Vereinsmitglieder angewiesen sein. Insgesamt umfasst das Archiv inzwischen ca. 10.000 Dateien mit einem Umfang von 18 Gigabyte, in Papierform abgeheftet in mehr als 70 Ordnern.

Im Folgenden finden Sie einen kleinen Auszug aus der Dokumentensammlung.

Wer sich darüber hinaus für die Vereinsgeschichte interessiert, kann die wichtigsten Daten der Vereinschronik auf unserer Homepage nachlesen ergänzt mit einigen Fotos und Dokumenten (Bereich: „Über uns/Geschichte“).

Auch die Tabellen mit den sportlichen Erfolgen können auf unserer Homepage eingesehen werden (Bereich: „Über uns/Sportliche Erfolge“).

Dabei ist das SSF Archiv natürlich ein „lebendes Gebilde“, das ständig aktualisiert werden muss, sowohl mit neuen Dokumenten als auch mit Dokumenten aus vergangenen Zeiten, die evtl. noch bei Vereinsmitgliedern vorhanden sind und die sie uns zur Verfügung stellen.

Maike Schramm

INTERESSANTES AUS DER SSF GESCHICHTE VOR 100, 90, 80 ...JAHREN

1920

Neben Schwimmen und Wasserball gehören auch schon Kanufahren und insbesondere Kunstspringen zum Angebot. Zur erfolgreichen Springergarde des Bonner Schwimmvereins zählen die Brüder Hans, Paul, Joseph und Emil Schemuth.



Die Schemuth-Brüder:
v.l. Hans, Paul, Joseph und
Emil Schemuth in 1920



Kanufahren (ca. 1920)

1930

Auch 1930 gehören Karnevalsfeiern schon zum Veranstaltungsprogramm der Gründungsvereine der SSF Bonn. Bei den Vaterländischen Festspielen gewinnen die Athleten des Bonner Schwimmvereins sechs von acht Wettbewerben im Stromschwimmen.



Karneval 1930



Die Gewinner im Stromschwimmen

FEHLENDE VEREINSZEITUNGEN

Seit der ersten Nachkriegsausgabe der Vereinszeitung der SSF Bonn, die im November 1945 erschienen ist, gab es bis zur aktuellen Ausgabe der Sportpalette insgesamt 459 Ausgaben, die bis auf 19 Ausgaben im SSF Archiv abgespeichert sind.

Es fehlen leider bis jetzt folgende Ausgaben

Nr. 84	(Nov 1953)
Nr. 106	(Nov 1955)
Nr. 107	
Nr. 108	
Nr. 109	(1956)
Nr. 112	(Juli 1956)
Nr. 115	(Okt. 1956)
Nr. 121	(Mai 1957)
Nr. 125	(Okt. 1957)
Nr. 129	(Feb. 1958)
Nr.133	(Sept. 1958)
Nr. 134	(Okt. 1958)
Nr. 139	(1959)
Nr. 152	(1961)
Nr. 154	(Dez. 1961)
Nr. 160	(Dez.1962)
Nr. 213	(Apr. 1973)
Nr. 221	(Nov. 1974)
Nr. 314	(Aug. 1990)

Sofern Jemand über eine oder mehrere der genannten Zeitungen verfügt, wären wir sehr dankbar, wenn er diese dem Verein zur Verfügung stellen würde, entweder zum Verbleib oder als kurzfristige Leihgabe, damit wir diese kopieren und digitalisieren können.



Siegerehrung für Uli Schröder bei den Deutschen Kriegsmeisterschaften im Olympiastadion in Berlin

Uli Schröder, Großdeutscher Meister im 100 m-Rückenschwimmen

Bei den am vergangenen Samstag und Sonntag im Berliner Olympia-Stadion ausgetragenen Großdeutschen Meisterschaften im Schwimmen konnte der Bonner Uli Schröder seine glänzende Form unter Beweis stellen. Am Samstag, dem ersten Tag der Meisterschaften, konnte er in der sehr guten Zeit von 1.11,3 Min. den Titel eines Großdeutschen Meisters im 100 m-Rückenschwimmen erringen und so starke Gegner wie Kriesten (Breslau) und Krebs (Stettin) glatt hinter sich lassen. Aber gegen das große Können und den bestehenden Stil war einfach kein Antkommen möglich. Am zweiten Tag nahm Uli Schröder am Kraulschwimmen über die 200 m teil. Hinter dem neuen deutschen Rekordmann über 1000 m Werner Plath wurde Schröder in der glänzenden Zeit von 2.20,2 Min. Zweiter vor Pastowski (Stettin).

1940

Ulrich Schröder von den Schwimmsportfreunden Bonn wird Großdeutscher Meister über 100 m Rücken in der Halle und über 100 m Rücken im Freiwasser. Und auch in den folgenden Kriegsjahren gewinnt er noch mehrfach Titel bei Deutschen Meisterschaften.

1950

Im März wählen die SSF Mitglieder Hermann Henze zum neuen Vorsitzenden der SSF Bonn. Nachdem die Aktivitäten der Bootsabteilung im Laufe der Kriegsjahre und den ersten Nachkriegsjahren wegen fehlender Räumlichkeiten und fehlender Boote ruhten, findet die Abteilung jetzt im neuen Klubheim im Sommerbad eine Heimat und nimmt den Sportbetrieb wieder auf. Im September veranstalten die SSF Bonn ein Altherrentreffen im Viktoriabad.

23./24. SEPTEMBER 1950

Dr. Wolff bei seiner Ansprache an die SSF-Alte Herren

„Alte Kanonen“ – junge Schwimmerherzen

Altherrentreffen der Schwimmsportfreunde Bonn im Viktoriabad

Das Bassin des Bonner Viktoriabades faßt 450 000 Liter Wasser. Frage: Wenn plötzlich an die 8000 Pfund Lebendgewicht in das Wasser tauchen, läuft das Bassin dann über?

Wir haben nur festgestellt, daß sich der Wasserspiegel gewaltig gehoben hat, als sich die „alten Kanonen“ der Schwimmsportfreunde Bonn — etwa 50 an der Zahl — anläßlich ihres ersten gemeinsamen Altherrentreffens im Wasser wie die Jungen tummelten, als sie von den Brettern die kühnsten Sprünge wagten und sich beim Wasserballspiel nach Herzenslust austoben. Wenn auch die meisten von ihnen, einst Größen im Bonner und deutschen Schwimmsport, schlank und sportgestählt, inzwischen ein wenig übertrieben „supervollschlank“ — darum auch das Steigen des Wasserspiegels — geworden sind, so waren sie dennoch alle genau so schwimmsportbegeistert wie ehemals. Da „litzte“ Dr. Wolff, vor Jahrzehnten deutscher Meister über 200 Meter Brust, über die Bahn, an seiner Seite Helmut Haas, der Kampfspielsieger von 1922 und 1934 über 200 Meter Brust und Rücken sowie zwölfmaliger Sieger von Altherrenmeisterschaften. Da warf Walter Napp, der einmal der Wasserball-Nationalmannschaft angehörte, die Bälle zielsicher zwischen die Pfosten. Da schwamm der einzige noch lebende Gründer der Schwimmsportfreunde, der 70jährige Ernst Hittorf, seine Runden. Viele alte und liebe Bekannte sah man wieder, manchen zum ersten Male nach längerer Zeit: Heinz Bernards, den Nordseemeister, Bert Brünker, eine der besten Stützen der SSF-Staffeln und der Wasserballmannschaft, die drei Kunstspringer Franz Fortmüller, Emil Schemuth aus der bekannten Kunstspringerfamilie Schemuth, sowie Franz Frömbgen. Ferner den Gaumeister im Rückenschwimmen 1924, Josef Heinemann und all die anderen, von denen man einst sprach und die Zeitungen schrieben und deren Leistungen in der Erinnerung fortleben, die man später bei einem Wiedersehensschoppen in gemütlicher Runde auffrischte.

Halten Sie eine Wassertemperatur von 25 Grad, wie die Ausschreibung sagt, nicht für übertrieben?

Warum nur immer wieder von einem Extrem ins andere? Ich glaube für die laufende Hallensaison würde eine Steigerung bis auf 23 Grad auch ausreichen, Wir haben in Bonn bekanntlich immer noch 20 Grad!

Nun mit den besten Grüßen
Ihr
Hermann Henze

Hinweis von Hermann Henze zur Wassertemperatur im Viktoriabad aus einem Schreiben an den Westdeutschen Schwimmverband vom 14.02.1950:

Zeitungartikel "Altherrentreffen"

Neben den Traditionsveranstaltungen „Das bunte Aquarium“ und „Neptuns Reich“ organisieren die SSF Bonn erstmals zusätzlich den „Paradiesvogel“ als dritte Karnevalsveranstaltung des Vereins.

Bericht von Hermann Henze über die Karnevalsveranstaltungen 1960 aus der Vereinszeitung Nr. 146:

Unsere Karnevalsveranstaltungen

Wenn man liest, daß die Schwimmsportfreunde Bonn drei Masken- oder Kostümfeste durchgeführt haben, so könnte man glauben, daß es sich bei uns weniger um einen Sport-Club als um eine Karnevalsvereinigung handelt, denn wir sind in diesem Jahr mit den Veranstaltungen „Das bunte Aquarium“, „In Neptuns Reich“ und „Der Paradiesvogel“ herausgekommen. Daß wir das größte Vergnügungssteueraufkommen aller Vereine hatten, ist der finanzielle Gradmesser dieser außersportlichen Bestätigung.

Neu war in diesem Jahr „Der Paradiesvogel“. Wenn wir geglaubt hatten, ohne wesentliche Propaganda und Reklame ein volles Haus zu bekommen, so haben wir uns verkalkuliert. Auch wir können mit leichter Hand keine solche Veranstaltung hinzaubern. Daß wir trotz großer Investitionen kein Geld zugeschossen haben, vermerken wir als Erfolg, der sich im kommenden Jahr mit gezielter Propaganda auch finanziell auszahlen wird.

In „Neptuns Reich“ wars wieder randvoll. Diese Traditionsveranstaltung am Karnevals-Sonntag hat ihren festen Besucherstamm.

Erstmalig gingen wir heuer in die Beethovenhalle. Wir wußten um die Zugkraft unserer Veranstaltung „Das bunte Aquarium“ und wir haben uns nicht gescheut, zunächst einmal rd. 10000 DM auszugeben, ehe der erste Gast die Beethovenhalle betrat. Alte erfahrene Karnevalisten bezeichnen das zwar als waghalsig, aber ich glaube kaum, dass sich der Blutkreislauf bei unseren Verantwortlichen in dieser Zeit besorgniserregend verändert hat. Unsere Erwartungen haben sich erfüllt: es waren rd. 3200 Personen in den Räumen der Beethovenhalle. Wir haben aus dieser Veranstaltung wieder einiges gelernt und wir sind dafür bekannt, daß wir gerne lernen und das Gelernte auch recht gut verwerten. Das wird sich im Bunten Aquarium des Jahres 1961 zeigen. Daß man dem Außenseiter des Bonner Karnevals, den Schwimmsportfreunden Bonn, die absolute Führungsrolle in Sachen Kostüm- und Maskenfeste nicht überall neidlos gönnt, wen wundert das noch? Wenn man Gerüchten glauben sollte, die schon einige Stunden nach Schluß der Veranstaltung kursierten, dann müßte Bonn sich zumindestens eine neue Beethovenhalle bauen, so sollen die „Aquarianer“ gehaust haben. Wenn aber der Gastronom der Beethovenhalle dazu sagt, es hat durch die über 3000 Besucher des Bunten Aquariums weniger „Bruch“ gegeben, als bei der Silvesterveranstaltung in einem gleichguten Hause mit 60 Besuchern, dann weiß wohl jeder, was von solchen Zweckgerüchten zu halten ist. Wir sind sicher, daß wir im nächsten Jahr bei rd. 4000 Besuchern auch nicht mehr „Bruch“ haben, als bei ähnlichen Veranstaltungen eines ausgewachsenen Kegelklubs!

1960

Wir haben noch in jedem Jahr eine Zeitungsstimme zitiert, die sich mit unserer Veranstaltung befaßte.

Diesmal lassen wir die Koblenzer Rheinzeitung sprechen. Sie schreibt:

Die buntesten Fische im Aquarium

Kostümball der Schwimmsportfreunde in der Beethovenhalle - hgr - BONN. „Aquarium“ – hinter dieser vielsagenden Titulierung verbirgt sich für Bonns närrisches Volk seit Jahren das Kostümfest schlechthin, und wer nicht im „Aquarium“ war, der hat in Bonn keinen vollendeten Karneval gefeiert. Die Attraktion dieses Jahres war der Ort der „Handlung“. Zum erstenmal nämlich war das Aquarium in die Beethovenhalle verlegt worden, die damit zugleich ihre karnevalistische Feuerprobe zu bestehen hatte.

Beethovenhalle und Karneval – das mag sich zunächst wie Feuer und Wasser verhalten und natürlich gibt es nicht wenige in der Bundeshauptstadt, die „Entsetzt“ sind ob solchen „Frevels“, das geweihte Haus mit Karnevalstrubel zu „entwürdigen“. Nicht zuletzt solcher Argumente wegen verummten wir uns, die wir sonst zu „höherem Anlaß“ in der Halle zu weilen verpflichtet sind, und stürzten uns mitten hinein ins turbulente närrische Treiben. Und das fiel keineswegs schwer, denn die Schwimmfreunde hatten das ganze Haus so umzukrempeln verstanden, daß man sich tatsächlich in ein buntes Aquarium versetzt glaubte, in dem nur das Zepter Neptuns Regie führte. Und da die Verwandlung vollkommen war, gab es keinen Anlaß, sich nicht wohl zu fühlen. Unter den wechselnden Farben der Scheinwerfer, unter riesigen Fantasiegebilden aus Luftballons und Meeresgöttern nach den schmissigen Rhythmen zweier Kapellen wogte im großen Saal die Masse des närrischen Volkes, das in den bunten Kostümen ein prachtvolles Bild bot. Was gab es da für herrliche Kostüme, welch grandiose Ideen; vom Steinzeitmenschen bis zum Raumfahrer, von lächelnden, lockenden Nixen über rothäutige Indianer, von grimmig dreinschauenden Kosaken bis zur stil-echten Rokodame und nicht zuletzt die ungezählten Fantasiekostüme füllten die vielen Räume des Hauses mit dem turbulenten Treiben rheinischen Karnevals. Zehn Kapellen sorgten für Rhythmus und Stimmung in den Foyers ebenso wie etwa im prachtvoll ausgestatteten Studio.

Soweit diese Zeitung, die ebenfalls beweist, wie weit rheinauf und rheinab unser Aquarium wirkt, wie man es auch an den Kennzeichen der vor der Halle parkenden Fahrzeuge feststellen konnte.

Zu Schluss: Die Geräuschkulisse des bunten Aquariums in der Beethovenhalle hat man bis ins benachbarte „Finanzamt Bonn-Stadt“ gehört, denn am Aschermittwoch hatte unser Vorsitzender ein freundliches Schreiben dieses Instituts für Wirtschaftsförderung des Inhalts: Seid so nett und schreibst uns bis zum 10. April, was Ihr verdient habt!

Bei so viel Freundlichkeit muß man wohl antworten!

1970

Die SSF Bonn richten in der Kölnstraße 250 eine Geschäftsstelle ein, die montags bis freitags von 14 - 19 Uhr hauptamtlich besetzt ist.

Die Mitgliederversammlung beschließt, die Zukunft des Clubs über ein Präsidium abzusichern. Erster Präsident wird Dr. Hans Riegel.

Bei den Deutschen Meisterschaften vom 06. bis 09. August in Würselen erringen die SSF Schwimmer und Schwimmerinnen 10 Titel und werden „bester deutscher Herrenschwimmverein“ und „bester deutscher Damenschwimmverein“. Werner Lampe schwimmt zwei Europarekorde über 800 m und 1500 m Freistil.

Für die Europameisterschaften in Barcelona haben sich 10 SSF Athleten qualifiziert: Hans und Werner Lampe, Rainer Jacob, Ernst Speidel, Gerhard Schiller, Axel Mitbauer, Norbert Verweyen, Örjan Madsen, Helga Mack und Helga Niemann.

Hans Lampe gewinnt die Goldmedaille über 100 m Schmetterling. Ebenfalls Gold gewinnt sein Bruder Werner Lampe mit der 4 x 200 m Kraulstaffel.

SCHWIMMSPORTFREUNDE BONN 05 e. V.
53 Bonn, Postfach 441

Schwimm- und Trainingsplan im Sportpark Nord

Erläuterung:

JUGENDLICHE: 15 bis 17 Jährige
SCHÜLER: 12 bis 14 Jährige
KINDER: 11 Jährige und Jüngere

Die Einteilung in die Leistungsklassen: I, II oder III erfolgt durch den Übungsleiter.

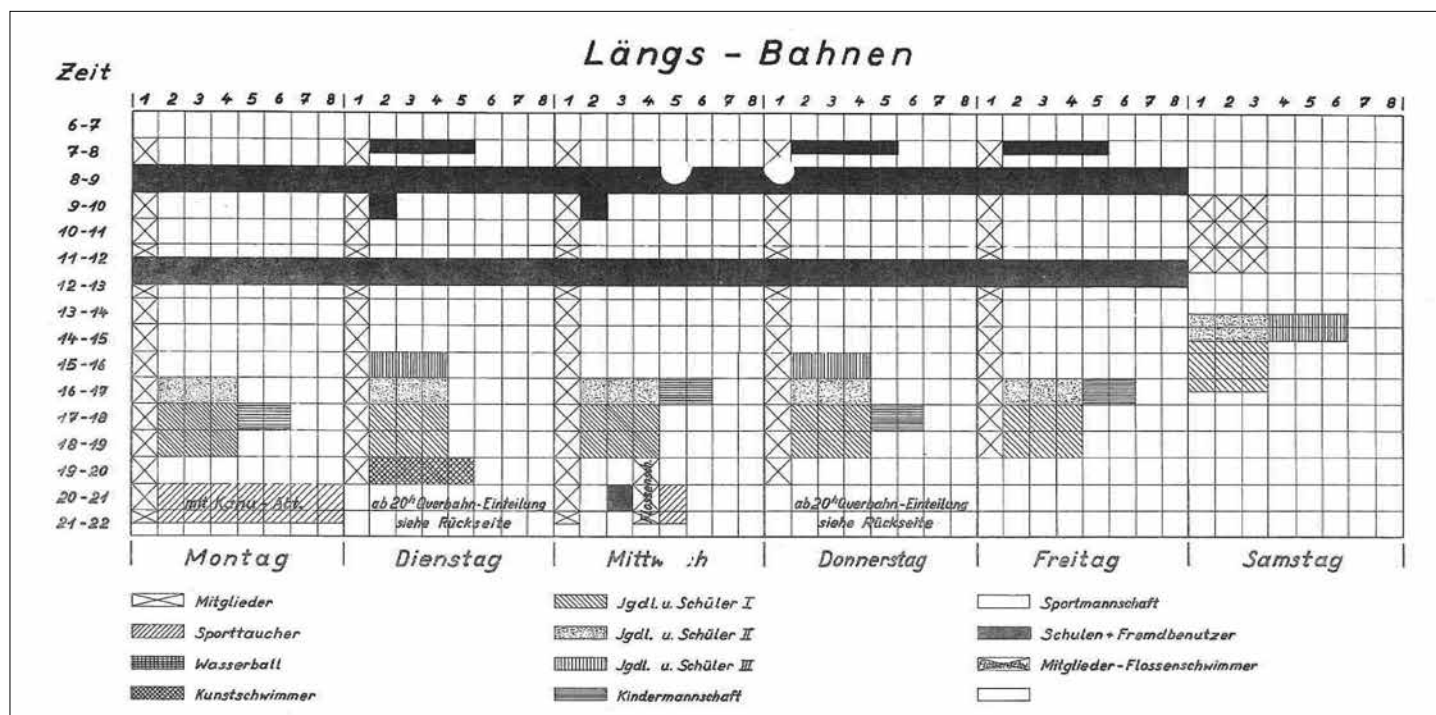
Für Neuanmeldungen oder noch nicht Eingeteilte ist jeden 1. Dienstag im Monat Testschwimmen in der Zeit von 15 - 17 Uhr

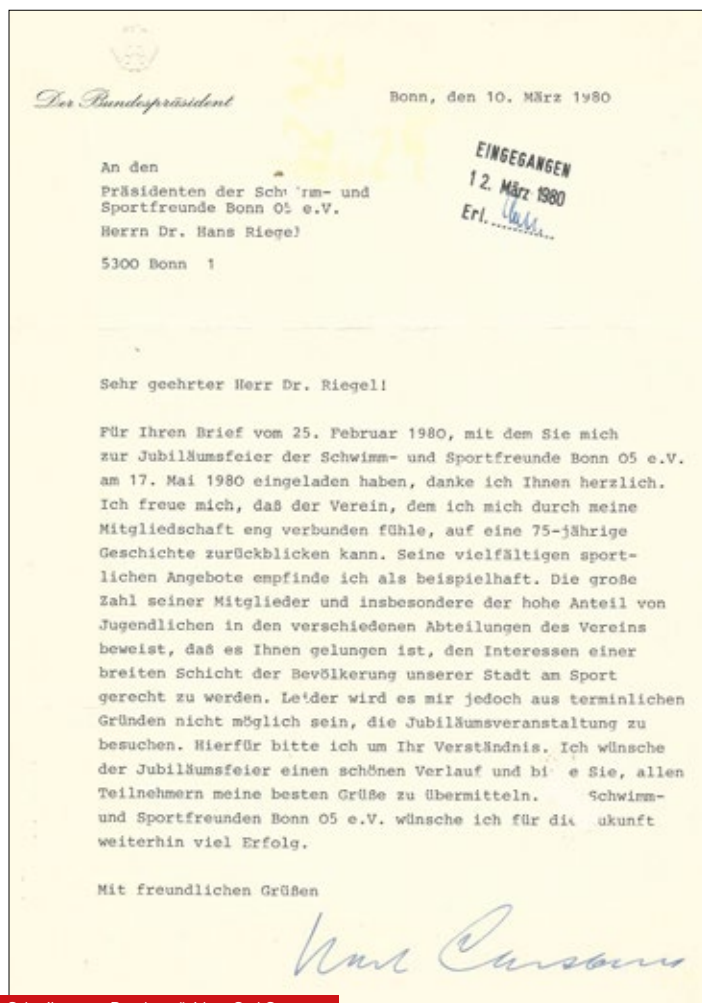
An Sonntagen und an gesetzlichen Feiertagen ist das Bad von 8 bis 12 Uhr für Mitglieder geöffnet.

Das Schwimmbad ist an folgenden Tagen geschlossen:
Neujahrstag, Rosenmontag und Fastnachtdienstag, Ostermontag, Pfingstmontag, 1. und 2. Weihnachtstag.

Am 24. Dezember ist das Bad bis 12 Uhr geöffnet.

Trainingsplan im Sportpark Nord





Schreiben von Bundespräsident Carl Carstens

1980

Die SSF Bonn feiern ihr 75 Jähriges Vereinsjubiläum.

Nachdem er 30 Jahre lang das Amt des Vorsitzenden innehatte, tritt Hermann Henze bei der Wahl des Vorstandes nicht wieder an. Neuer Vorsitzender wird der bisherige stellvertretende Vorsitzende Werner Schemuth. Hermann Henze wird zum Ehrenvorsitzenden der SSF Bonn ernannt.

Die Geschäftsstelle zieht in die Kölnstr. 313 a. Die SSF Bonn stellen erstmals einen hauptamtlichen Geschäftsführer ein.

Die Volleyballabteilung ist mit 17 Mannschaften stärkster Verein in Bonn und drittstärkster Verein im Westdeutschen Volleyballverband.

Die SSF Tänzer Bernd und Sabine Lips werden zum dritten Mal Deutscher Meister der Senioren in den Standardtänzen.



Bernd und Sabine Lips



1990-06-03 Volleyball Senioren II -Deutscher Meister Volleyballmannschaft Senioren II:
v.l. stehend: Kamran Nadjmabadi; Gerd-Peter Güßgen; Otrif von Lüdinghausen;
Jürgen Förster; Hans-Leo Kehl; Gerd Westphal; Hans Hacke; Bernd Lauffmann;
kniend: Helmut Burkhardt; Fritz Hacke; Ivan Tresnak

1990

Die SSF Bonn nehmen Triathlon in ihr Angebot auf, zunächst als Vereinsgruppe ohne Abteilungsstatus. Die SSF Bonn entwickeln ein Konzept zum Bau eines Sportzentrums und bemühen sich in Gesprächen mit der Stadt Bonn um ein Grundstück zum Bau der vereinseigenen Sportanlage.

Die Volleyballer des Vereins werden zum wiederholten Male Deutscher Seniorenmeister, diesmal in den Altersklassen Senioren II und Senioren IV.

Triathlon-Neuigkeiten



Hurra, im SSF gibt es seit Jahresbeginn die neue Gruppe — Triathlon. Etwa 35 Interessenten — davon 1/3 Frauen — haben sich auf den Aufruf vom letzten Dezember hin gemeldet. Es sind Anfänger und Fortgeschrittene im Alter von 14—53 Jahren, die bereits seit kurzem in den Disziplinen Laufen, Radfahren und Schwimmen trainieren. Das Training findet unter der erfahrenen Leitung von Michael Scharf an folgenden Terminen statt:

Schwimmen: Mittwoch von 20.15—21.15 Uhr (Schwimmbad, Bahn 5) und Samstag von 12.00—14.00 Uhr
Laufen: Freitag von 18.00—19.00 Uhr (Stadion Sportpark)

Das Radtraining ist zunächst für den Samstag, nach dem Schwimmtraining, um 14.30 Uhr vorgesehen. Das „Stahlroß“ in der Breite Straße berät hierbei fachkundig beim Fahrradkauf.

Für den Anfänger besteht das Training in einem wohl dosierten Ausdauertraining zum Aufbau der für den Wettkampf benötigten Kondition. In Absprache mit dem Trainer werden dem persönlichen Leistungsniveau entsprechende Trainingseinheiten erarbeitet.

Auf dieser Grundlage besteht für den Fortgeschrittenen die Möglichkeit, an Wettkämpfen teilzunehmen. Diese gehen je nach ihrer Art über unterschiedliche Distanzen bis hin zur offiziellen Langdistanz von 3,8 km Schwimmen, 180 km Radfahren und 42,2 km Laufen, der größten aller Herausforderungen.

Obwohl an eine Teilnahme in dieser Disziplin seitens der Gruppe noch nicht zu denken ist, kommt der sportliche Aspekt dennoch nicht zu kurz. Für wettkampforientierte Gruppenmitglieder kann derzeit der DTU-Startpaß über die Geschäftsstelle beantragt werden.

Ein vereinsinterner Triathlon, der der eigenen leistungsmäßigen Orientierung und dem besseren persönlichen Kennenlernen dienen soll, ist für Anfang Juni geplant.

Da fast jeder seit seiner Kindheit Schwimmen, Radfahren und Laufen kann, hat der Triathlon gute Voraussetzungen, um sich zu einem Volkssport entwickeln zu können. Die besondere Faszination dieses Sports läßt sich schwer beschreiben, da sie sich nur erleben läßt. Alle in diesem Sinne sportlich interessierten Mitglieder, Frauen und Männer, sind daher nochmals zur Teilnahme in der Gruppe eingeladen. Als Ansprechpartner in der Geschäftsstelle erteilt Herr Georg Kirse, Tel. 02 28 / 67 68 68, gerne weitere Auskünfte.

2000

Die SSF Bonn 1905 haben mit der Modernen Fünfkämpferin Elena Reiche nach 16 Jahren wieder eine Olympiateilnehmerin. Sie erreicht in Sydney Platz 21.

Das 1994 eingerichtete Teilzeitinternat, das bisher unter der Federführung des Fördervereins des Olympischen Fechtklubs betrieben wurde, geht in die alleinige Trägerschaft der SSF Bonn über.

Die Schwimmabteilung und die Abteilung für Modernen Fünfkampf erhalten jeweils das grüne Band der Dresdner Bank für ihre vorbildliche Talentförderung. Die Auszeichnung ist mit einer Prämie von je 10.000 DM verbunden.



Scheckübergabe Grünes Band

Mittwoch, 23. August 2000

BONNER SPORT

Nummer 195

Moderne Fünfkämpferin der SSF Bonn sicherte sich einen der nur 24 Startplätze bei Olympia in Sydney – Plötzlich im Rampenlicht

Nur Elena Reiche überstand Qualifikation

Sieben Sportler aus Bonner Vereinen werden zu den Olympischen Spielen in Sydney fliegen: Fünf Fechterinnen und Fechter, eine Moderne Fünfkämpferin und ein Taekwondo-Kämpfer. Die Rundschau stellt sie in den kommenden Wochen einzeln vor.

Von Bernd Joisten

Bonn. Lächelnd, etwas schüchtern sitzt Elena Reiche auf dem Hallenboden der kleinen Sporthalle im Sportpark Nord und packt ihre Pistole aus. Wenn die 21-Jährige ihre 1200 Gramm schwere Waffe hebt, wirkt sie aber keineswegs bedrohlich, vielmehr beeindruckt die Natürlichkeit, die die Vorzeigathletin an den Tag legt.

„Die letzten Tage waren ungewohnt für mich, auf den ganzen Presserummel sind wir nicht vorbereitet“, erklärt die Moderne Fünfkämpferin der Schwimm- und Sportfreunde Bonn (SSF) und blickt dabei auf ihren Trainer Kersten Palmer. „Wir mussten den Ansturm etwas abbremsen, damit das Wesentliche nicht gefährdet ist“, schildert der Coach.

Das Wesentliche – dazu benötigt Elena Reiche nicht nur eine Pistole. Hinzu kommen eine komplette Fechttausrüstung, ein Badeanzug, ein Leichtathletikdress samt Laufschuhen sowie ein Pferd mit dazu gehörigen Reitensattel. Doch das reicht noch immer nicht aus. Mindestens genauso wichtig ist das Flugticket, das die gebürtige Berlinerin am 12. September am Flughafen vorzeigen muss. Der Weg führt Reiche nach Syd-

ney, wo sie erstmals bei den Olympischen Spielen startet. Herauszuheben ist: Die SSF-Sportlerin ist die einzige Deutsche Starterin in diesem Wettbewerb, in dem sich 24 Moderne Fünfkämpferinnen im direkten Endkampf ohne Finalqualifikation um die Medaillen streiten. Die SSF Bonn haben mit Reiche seit 16 Jahren erstmals wieder eine Olympionikin in ihren Reihen. 1984 hatten Ute Hasse und Ralf Diegel in Los Angeles an den Schwimmwettkämpfen teilgenommen.

„Irgendwie ist alles noch wie ein Traum“, bemerkt Reiche, die vor ein paar Monaten ihr Abitur bestanden hat. Seit die Schule beendet ist, könne sie sich besser auf die Vorbereitung konzentrieren. Vorbereitung heißt, alle fünf Disziplinen opti-

Ein Platz unter den ersten zehn wäre für mich in Sydney ein großer Erfolg

ELENA REICHE
Olympiateilnehmerin der SSF Bonn im Modernen Fünfkampf

mal abzudecken. Dazu gehören Schießen, Fechten, Schwimmen (200 Meter Freistil), Reiten im Springparcours sowie ein abschließender 3000-Meter-Geländelauf.

„Wir trainieren in Blöcken, bis zu fünf Stunden täglich“, erläutert Palmer. Der Coach betreut die Olympiateilnehmerin, seit sie mit 15 Jahren in Bonn die Sportart wieder aufnahm, und hat sie kontinuierlich an die internationale Spitze herangeführt. In Berlin war Reiche über das Reiten zum Fünfkampf gekommen, anschließend mit



13 Jahren mit ihrer Familie nach Bonn gezogen.

Zusammen hat es das Duo schon weit gebracht – die Leistungen der erst 21-jährigen Reiche können sich sehen lassen. Ihre Bestleistung im Schießen liegt bei 184 Ringen. Mit rund 70 Prozent Fechtstiegen (um die 1000 Punkte) gehört sie zu den besseren Degen-Fechterinnen.

Reiche hofft noch auf Sponsoren für Trainer

Sie schwimmt um die 2:24 Minuten über 200 m Freistil und hat schon mehr als 1100 Punkte im Reitparcours gesammelt. Ihre Bestzeit über 3000 Meter auf der Bahn liegt bei 10:39 Minuten. Allerdings werden im Modernen Fünfkampf Geländelaufe durchgeführt. In Sydney erwartet die junge Deutsche eine flache Laufstrecke, die ihr „sehr entgegen kommt“ (Palmer).

Reiche bedauert nur, dass Palmer sie nicht nach Australien begleiten kann. In Sydney ist Bundestrainer Irzi Zlatanov vor Ort, zu dem Elena aber außerhalb der Internationalen Wettkämpfe so gut wie keinen Kontakt hat. Seit die Bonnerin mit der Qualifikation für Sydney die Überraschung perfekt machte, gab der Bundestrainer in Interviews plötzlich gerne Auskunft



Vielseitig gefordert: Elena Reiche muss als Fünfkämpferin mit der Pistole gute Nerven und ruhige Hand beweisen (oben), auf der Fechtbahn reaktionsschnell und treffsicher agieren (links) und zum Abschluss beim 3000-Meter-Geländelauf alles aus sich herausholen (rechts), um dort vielleicht die entscheidenden Punkte gegenüber ihren Konkurrentinnen herauszuholen. In Sydney startet die SSF-Athletin in einem Eitelfeld der weltweit 24 besten Fünfkämpferinnen.
Fotos: Norbert Itermann



20 Minuten Zeit, das Pferd kennenzulernen, das in Sydney der Veranstalter stellt. „Reiten ist das Schlimmste“, stöhnt Reiche. Auf dem Aufwärmplatz tummeln sich alle Athletinnen, es gibt kaum Platz für einen ruhigen Sprungversuch.

Alle SSFler werden jedenfalls die Daumen drücken, wenn Reiche in Sydney am Zuge ist. Die Ziele nach Olympia sind schon abgesteckt. Natürlich bringt die SSF-Athletin ihr Talent bei der Berufswahl mit ein und wird an der Sporthochschule Köln ein Studium beginnen. Die sportliche Aufnahmeprüfung verlief problemlos – ihre Pistole kam

Reiche Siebte der Russischen Meisterschaften

Letzten Test bestanden

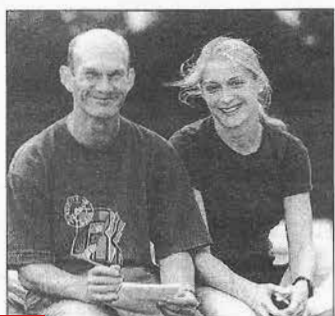
joi Bonn. Einen gelungenen letzten Test absolvierte Elena Reiche vor ihrem Olympia-Start in Sydney: Die junge Bonnerin erkämpfte sich bei den Offenen Russischen Meisterschaften in Moskau mit 5142 Punkten einen guten siebten Platz.

Die Olympionikin startete mit 173 Ringen im Schießen ehmäßig, sammelte auf der Fechtplanche 840 Punkte (12 von 23 Siegen). Die 200 m Freistil-Schwimmstrecke absolvierte sie in 2:24,8 Minuten, allerdings

drei Abwürfen im Springparcours holte die SSFlerin 1010 Zähler und lief die abschließende 3000 m Geländestrecke in hervorragenden 10:48 Minuten. In Australien konnte Reiche vor allem durch ein gutes Ergebnis mit der Pistole sowie einen guten Start beim Fechten noch zulegen.

SSF-Athlet Oliver Strangfeld, der bei der Qualifikation zu den Olympischen Spielen knapp scheiterte, belegte in Moskau mit 5086 Zählern den 17. Platz

Erfolgsge-spann seit Jahren: Elena Reiche mit ihrem SSF-Heimtrainer Kersten Palmer. Die Olympionikin bedauert deshalb, dass Palmer sie nicht mit nach Australien begleiten kann, weil er die Reise aus eigener Tasche bezahlen müsste.



Olympiaquali Elena Reiche

2010

Die 1. Herrenmannschaft der Floorballer steigt in die 1. Bundesliga auf.

Im September stimmt die Delegiertenversammlung der Gründung einer eigenständigen Floorballabteilung zu. Die offizielle Gründungsversammlung der Abteilung findet am 06.11.2010 statt.

Lena Schöneborn gewinnt die Weltcups in Berlin, Budapest und Mexiko sowie den Gesamtweltcup im Modernen Fünfkampf. Bei der WM gewinnt sie die Bronzemedaille in Einzel und mit der Mannschaft, bei der EM Gold mit der Mannschaft und Silber im Einzel und mit der Staffel.



Erste Mannschaft Floorball

INTERSPORT®
SPORTPARTNER

Jetzt noch größer!

Top Beratung

& riesige Auswahl

auf 2000 qm

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

Aus Liebe zum Sport

FLOORBALL



Foto: Ingo Furch

Neuzugang Adrian Braune

BUNDESLIGA SOLL MITTE SEPTEMBER STARTEN – DRAGONS VERSTÄRKEN SICH AUF UND NEBEN DEM FELD:

Die Floorballer der SSF Dragons Bonn stecken mitten in der Vorbereitung auf die neue Saison. Nachdem die vergangene Spielzeit abgebrochen wurde, soll die Bundesliga am 12. September starten. In vielen Bundesländern liegen allerdings noch Beschränkungen vor, die einen normalen Spielbetrieb erschweren würden, ein individuelles Hygienekonzept wird voraussichtlich von Nöten sein. An einem solchen arbeitet auch die Dragons.

Spieler und Trainer sind optimistisch, dass es im September wieder Spiele im Sportpark Nord geben wird. Die Vorbereitung läuft demnach auf Hochtouren: In vier Trainingseinheiten pro Woche wird an der körperlichen Fitness, Spielsystem und Technik gefeilt. Hinzu kommt Ende August ein Trainingslager mit Testspielen. Haupttrainer Tobias Hesse



Foto: Ingo Furch

Rückkehrer Paul Grau

blickt zufrieden auf das Sommertraining: „Seit wenigen Wochen ist nahezu eine für uns uneingeschränkte Vorbereitung möglich, nachdem weitere Lockerungen für den Trainingsbetrieb freigegeben wurden. Daher sehe ich uns bislang in einer sehr guten Phase der Saisonvorbereitung und wir werden die kommenden Wochen weiterhin intensiv nutzen, um für die kommende Spielzeit bestmöglich gewappnet zu sein. Dabei hilft es uns sehr, dass der Verein uns mit weiteren Trainingszeiten in der Halle an den Samstag unterstützt und die Mannschaft nimmt das Angebot entsprechend an.“

Der beliebte erste Gradmesser, das Vorbereitungsturnier „Renew-Cup“ fällt in diesem Jahr aus. Somit wird erst am Eröffnungsspieltag der erste sportliche Härtestest auf die Dragons zukommen. Gegen wen die Bonner die Saison Mitte September einläuten, ist noch unklar. Statt wie in der vergangenen Saison nur neun, gibt es in dieser Spielzeit aber elf mögliche Gegner, denn die Liga wurde mit den beiden Siegern der Zweitliga-Staffeln aufgestockt.

Diese Aufstockung kommt den Dragons zu Gute. Mit ihr steigt die Chance auf einen Platz oberhalb der letzten vier, der den Klassenerhalt garantieren würde. Der Verbleib in der ersten Liga bleibt nach wie vor das klare Ziel des Aufstiegers von 2018/19 – auch wenn sich die Dragons möglicherweise Hoffnung auf mehr machen dürfen. „Das Minimalziel für die kommende Saison ist definitiv wieder der Klassenerhalt und den wollen wir frühestmöglich sichern. Nach oben haben wir kommende Saison zudem mehr Potenzial, da der Kader quantitativ wie qualitativ besser geworden ist. Einen Teil dazu tragen die durchaus positiven Entwicklungssprünge unserer Jugendspieler bei, die sich mehr und mehr für Einsatzzeiten empfehlen möchten. Ich sehe uns in der kommenden Saison gegenüber allen Mannschaften in der Liga als konkurrenzfähig an“, so Hesse.



Trotz Corona: Neuer Sponsor COMPADOR

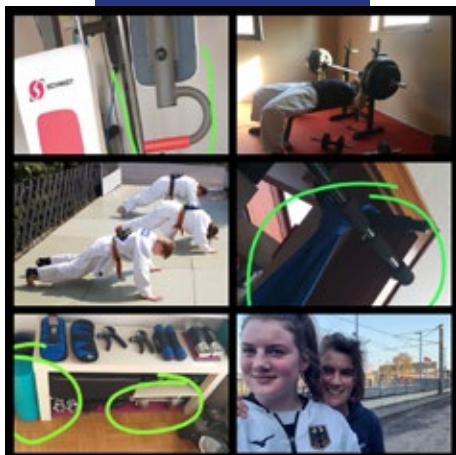
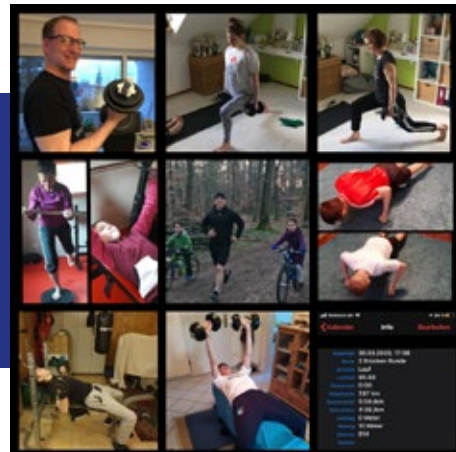
Auch neben dem Feld haben die Dragons einen starken Neuzugang: Den bundesweiten Postdiensleister COMPADOR. Trotz dieser unsicheren Zeit hat der Verein einen echten Coup gelandet und ein herausragendes Unternehmen vom Konzept der Dragons Bonn überzeugt. Denn mit der Compador GmbH und ihrem Produkt „ePost-Box“ konnte nicht nur ein neuer Sponsor, sondern vor allem ein engagierter Partner gewonnen werden, der den Verein bei notwendigen nächsten Entwicklungsschritten tatkräftig unterstützt. Ein wichtiger Deal, um die Dragons dem Ziel sich auf Dauer in der 1. Floorball-Bundesliga zu etablieren, wieder ein Stück näher zu bringen. COMPADOR-Geschäftsführer Matthias Beetz freut sich auf die Zusammenarbeit: „Ganz ehrlich, bis vor drei Monaten kannte ich Floorball gar nicht. Wir suchten jedoch für die bundesweite Einführung unseres neuen Softwareproduktes eine bundesweite Plattform. Die etablierten Sportarten kamen aufgrund ihrer finanziellen Rahmenbedingungen für uns nicht in Frage. Da hat uns dann das Konzept Floorball der Dragons überzeugt: jung, modern, kreativ und vor allem bundesweit, aber auch mit Bodenhaftung. Das sind Attribute, die gut zu uns passen.“

Johan Gallwitz

Das liegt auch an einigen Verstärkungen, die dem Kader neue Spitze und Breite geben. Herauszuheben ist dabei Ex-U19-Nationalspieler Adrian Braune, der von Liga-Konkurrent Schriesheim an den Rhein wechselte. Der 21-Jährige freut sich vor allem auf die Stimmung im Sportpark Nord und in der Mannschaft: „Stark ist im Bonner Team der Teamgeist. Selbst wenn es nicht so gut läuft, feuert jeder jeden an. Die Mannschaft ist neben dem Spielfeld auch ein geschlossenes Team. Ich möchte mit meiner Leistung dazu beitragen, dass wir eine erfolgreiche Saison spielen und vielleicht sogar an die Playoffs denken können.“ Dragons-Leistungsträger Florian Weißkirchen, der mit Braune in der U-19-Nationalmannschaft und bei Chur (SUI) spielte, beschreibt seinen neuen Mitspieler: „Adrian ist ein sehr schneller und flinker Spieler. Er hat eine sehr gute Übersicht und einen sehr guten Abschluss, was wir im Team brauchen.“ Neben Braune haben die Dragons auch zwei tschechische Spieler nach Bonn locken können: Jakub Holes und Jan Zwak kommen aus der zweiten tschechischen Liga. Nähere Details zu diesem Transfer-Coup folgen in Kürze, die beiden Import-Spieler landeten Mitte August in Bonn.

Nicht weniger dürfte die Bonner die Rückkehr zweier alter Bekannter freuen: Paul Grau stößt nach zwei Jahren in Berlin wieder zur Mannschaft, Oguzhan Aydin ist nach einer beruflich bedingten Auszeit wieder mit an Bord. „Spielerisch kann ich in der Defensive was anbieten, ich bin da wo man mich braucht“, so Aydin. Er und Grau spielten seit der Jugend in Bonn. Darüber hinaus rückt Tobias Schroers nach ansprechenden Leistungen in der zweiten Mannschaft in den Bundesliga-Kader.

JUDO

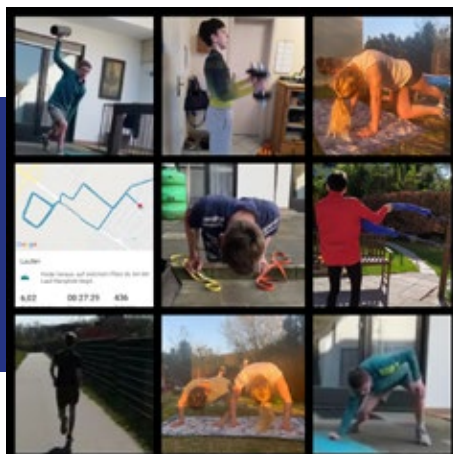
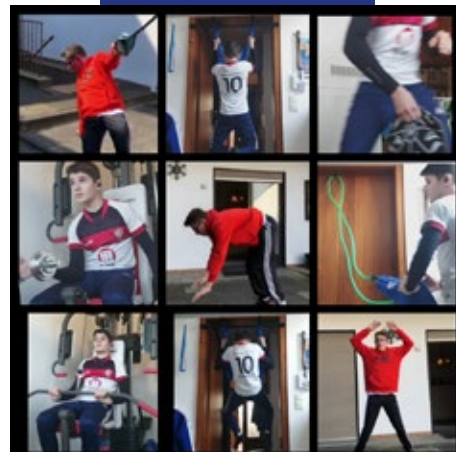


JUDO IN ZEITEN EINER PANDEMIE – ODER: KONTAKTSport OHNE KONTAKT!?

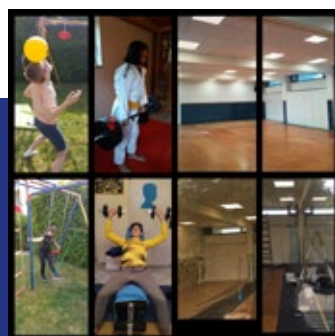
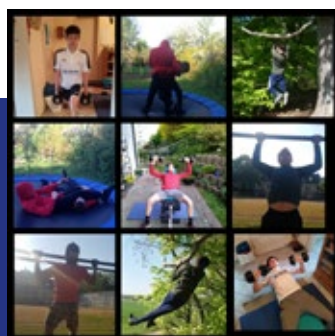
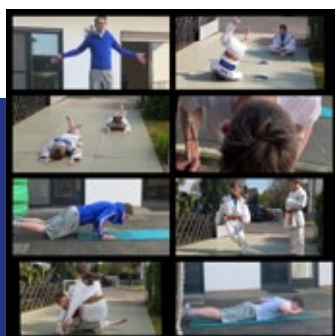
Wir alle schreiben Geschichte und erst im Nachhinein wird sich herausstellen, was richtig oder falsch war, was man besser hätte machen können oder vielleicht sogar besser gar nicht gemacht hätte... Ab dem 13.03.2020 begann die Einleitung einer Phase mit nicht absehbaren Konsequenzen! Ohne empirische Evidenz wurden politische Entscheidungen getroffen und dies bedeutete für uns Judo von heute auf morgen ein Verbot unserer Sportart!

In den nun mehr 5 Monaten, in denen wir uns den Sonderregelungen beugen, von kompletter sozialer Distanz über eine begrenzte Anzahl im Freien ohne Kontakt und mit Kontakt und kontaktlosem Sport innerhalb bis zu „fast normalen“ Trainingsmöglichkeiten, lautet meine subjektive Bilanz:

Judoka haben eine erhöhte Resilienz!¹ Mit stoischem Willen den Umständen trotzend wurden die heimischen „Fitnessstudios“ eröffnet und das getan, was dem Virus am besten entgegensetzen ist: Sport! Die Stärkung des Immunsystems durch Sport be-



1) Resilienz = psychische Widerstandskraft; Fähigkeit, schwierige Lebenssituationen ohne anhaltende Beeinträchtigung zu überstehen



darf keiner erneuten wissenschaftlichen Erhebung, aber wie steht es mit der Verbesserung der Resilienz?! Wie glücklich alle waren, als es zu den ersten gemeinsamen sportlichen Aktivitäten im Freien kam, habt ihr sicherlich alle selbst erfahren. Der Mensch ist ein soziales Wesen und der Judoka im Besonderen, da er zur Ausübung seiner Sportart kein Gerät, sondern einen anderen Menschen benötigt. Hoffnungsvoll und voller Optimismus feilten die Athleten an ihrer Fitness, für den Zeitpunkt der Aufhebung des Verbotes ihrer Sportart. Auch wenn erst einmal nur eine sehr begrenzte Anzahl erlaubt wurde, war man glücklich und der Andrang auf die sechsmal wöchentlich angebotenen Trainingszeiten wurde mittels online Anmeldungen reguliert.

Vor den Ferien absolvierten dann noch knapp 40 Judoka ihre Prüfung zum nächst höheren Gürtel! Das ebenfalls sechsmal die Woche angebotene Feri-

entraining wurde über die online Anmeldung geregelt und so blieben die Nachwuchsjudoka im Trainingsbetrieb. Als die Verordnungen gelockert wurden und eine Kontaktsportart in der Halle mit 30 Teilnehmern erlaubt wurde, war es wieder möglich sich mit mehreren verschiedenen Partnern zu messen.

An einem Sommertag, an dem eine Temperatur von 38 Grad gemessen wurde, trainierten 15 Judoka 2 Stunden lang passioniert und fleißig, dankbar ihre Sportart wieder ausüben zu können, um sich am Ende des Trainings dem beseelten Glücksgefühl der freigesetzten Endorphine hingeben zu können! Gelebte Resilienz stärkt das Immunsystem und das nicht nur in Zeiten einer Pandemie, aber gerade dann ist es von immenser Wichtigkeit...in dem Sinne bleiben wir optimistisch, dass es keine weiteren Einschränkungen für unsere Sportart geben wird und wir alle gesund bleiben dürfen!

Yamina Bouchibane



KANU

MARITIMES SICHERHEITSTRAINING AUF DER AGGERTALSPERRE

Zu einem neuen Ufer brachen die SSF-Kanuten Ende August auf, als sie jetzt erstmals auf der Aggertalsperre ihr maritimes Sicherheitstraining abhielten.



Bei der X-Methode zieht die Retterin das Boot des Gekenterten quer über ihr Boot und leert es aus. Anschließend gibt sie ihm Halt beim Wiedereinstieg.

Auch in diesem Jahr wird im September wieder eine Gruppe zur Gepäckfahrt im Norden aufbrechen. Für alle Teilnehmenden ist vor der Tour ein Rettungs- und Sicherheitstraining obligatorisch. Denn auf Großgewässern kann man nach einer Kenterung meist nicht einfach zum Ufer schwimmen, sondern ist Wellen, Wind, Strömung und nicht zuletzt den meist niedrigen Wassertemperaturen ausgesetzt. Es muss daher schnell reagiert werden und dazu muss in der Fahrtengruppe jeder wissen, was zu tun ist. Als Nebeneffekt wird bei den Übungen wie auch beim regelmäßigen Eskimotiertraining im Schwimmbad das Bootsgefühl geschult und die Gefahr einer Kenterung damit verringert.

Nachdem in den ersten Jahren für die in der Kanu-Abteilung entstandenen Salzwassergruppe zuerst das Hausgewässer Rhein eine passende Location für die Trainings war, stellte sich heraus, dass es viel geselliger ist, ein ganzes Wochenende gemeinsam woanders zu verbringen und sich hier auf den gemeinsamen Urlaub vorzubereiten. Unter den Unterkünften, die in diesem Jahr noch verfügbar waren, schien der Campingplatz an der Aggertalsperre am geeignetsten – und erwies sich als Glücksgriff. Wenn auch „maritim“ dort im Bergischen natürlich ein bisschen weit hergeholt ist.



Dorit wartet als Gekenterte an der Bootsspitze und stabilisiert damit das Boot ihres Retters.



Weil es ihr während der Rundfahrt zu warm wurde probierte Nina spontan noch ein bisschen die „Eskimo-Rettung“, bei der die Gekenterte schnell eine Bootsspitze geboten bekommt.

X-Methode rettet Leben

Zelte und Boote fanden direkt am Seeufer Platz und hier begann Abteilungsleiter Sam Schmitz, erfahrener Seekajaker und Ausbilder in der Salzwasserunion (SaU), zunächst mit theoretischem Rüstzeug: Welche Sicherheitsausrüstung an Bord sein muss und wozu sie dient, wie man durch sein Verhalten das Risiko verringert und wie man zuvor die Fahrt richtig plant und vorbereitet. Nach einer ausgedehnten Mittagspause war die Sonne erträglicher und alle übten auf dem Wasser praktisch, Andere oder sich selbst zurück ins Boot zu bringen. Zentral dabei die X-Methode, bei der man das Boot des Gekenterten quer über das eigene Boot zieht und ausleert. Anschließend gibt man Halt beim Wiedereinstieg. Die Geschicktesten krabbelten derweil ohne Hilfe über das Heck ihres Bootes zurück ins Cockpit. Dort versuchten sie dann aufzustehen und stehenzubleiben und bekamen schnell Gelegenheit erneut den Wiedereinstieg zu proben. Es wurde geprustet und gelacht und glücklicherweise sind Seekajaks so sperrige Sportgeräte, dass man sich beim Üben kaum nah kam. Doch auch hier galt: „keine wechselnden Trainingspartner“, damit der allgegenwärtige Virus wenig Chancen hatte. „Schon müde?“ Da kentert genau vor mir der Ausbilder und signalisiert, dass er Hilfe braucht. Also möglichst routiniert den rettenden Ablauf durchexerzieren und so beweisen, dass die Kameradenhilfe sitzt. Es dauerte gar nicht so lange, bis alle ordentlich müde waren, und nach einem kleinen Bogen um die Wasserfläche waren alle wieder am Camp eingetroffen.

Hier trumpfte Britta mit ihrer Idee auf, auf dem Campingkocher Reibekuchen zu backen. Von Thomas kam griechischer Salat, von Nina Cous-Cous und in gemütlicher Runde an der frischen Luft wurde es ganz spät und die 2020er-Gruppe der SSF-Seekajaker hatte begonnen enger zusammenzuwachsen. Von da an wuchs die Vorfreude auf die zweite Septemberwoche, die wieder eine Gruppe mit Zelten und Booten auf Gepäckfahrt bringt.

Am Sonntag durften bei einer Rundfahrt über die gesamte Aggertalsperre die schlanken Seekajaks endlich einfach über das Wasser gleiten. Dabei kam zeitweise Wind auf und erinnerte an das Meer.

Alexander Glass

Fotos: Alexander Glass

SCHWIMMEN

SCHWIMMKURSE BEI DEN SSF BONN – WIE HAT DIE CORONA-PANDEMIE DEN KURSABLAUF UND DIE KURSPLANUNG VERÄNDERT?



Als Mitte März alle Schulen und die Schwimmbäder geschlossen wurden, standen wir auch im Kursbetrieb der Schwimmabteilung vor einer großen Herausforderung: Was bieten wir unseren Kursteilnehmern und den zahlreichen Eltern an, die froh waren einen Platz für ihre Kinder in einem Schwimmkurs zu haben? Wie geht es weiter?

Sehr schnell war uns klar, dass wir die Kursgebühren natürlich entweder erstatten oder aber für eine nächste Kursbuchung bzw. einen neuen Kursabschnitt anrechnen würden. Was uns zu diesem Zeitpunkt weniger klar war: Wie kann man einen Schwimmkurs unter den Abstandsregeln planen und umsetzen? Was gibt es sonst zu beachten?

Das lange Warten auf Lockerungen

Als sich die Pandemie immer schlimmer entwickelte, wurde uns leider schnell klar: das wird dauern. Zahlreiche KursteilnehmerInnen und Eltern mussten bzgl. eines möglichen Neustarts der Schwimmkurse getröstet werden. Glücklicherweise waren die allermeisten sehr verständnisvoll und teilweise wurde sogar auf einer Rückerstattung der Kursgebühren verzichtet. Gleichzeitig wurde in der Abteilung an einem Konzept für die Wiedereinführung der Schwimmkurse gearbeitet.

Endlich ein Lichtblick Mitte Juni

Als dann Mitte Juni weitere Lockerungen in Kraft getreten sind, konnten wir unsere zahlreichen Kursteilnehmer endlich über einen möglichen Neustart informieren. Leider stand zu diesem Zeitpunkt aber immer noch kein genaues Datum fest. Etwa eine Woche vor den Sommerferien bekamen wir dann die Zusage für mögliche Ferienkurse und planten spontan insgesamt 6 Intensivkurse für Kinder und 4 Kurse für Erwachsene. Die Kurse waren – verständlicherweise – ruckzuck ausgebucht und nun mussten noch genügend ÜbungsleiterInnen und TrainerInnen gefunden werden.

Weitere Lockerungen und ein Neustart

Mitte Juli 2020 gab es dann weitere Lockerungen der Kontaktbeschränkungen und es wurde möglich, dass wir die KursteilnehmerInnen über einen Wiederbeginn der Kurse informieren konnten. Leider konnten wir aber nicht mehr allen Teilnehmern wieder einen Platz anbieten, da die Teilnehmerzahl deutlich verringert werden musste und wir insgesamt weniger Kurse anbieten konnten. Zusätzlich ist zwischen jedem Kurs eine Pause eingeplant.

Trotz allem sind wir sehr froh, dass – nach aktuellem Stand – wieder Schwimmkurse stattfinden dürfen und schätzen uns glücklich, dass wir zu den ersten Vereinen in Bonn gehören, die diesen Schritt gegangen sind.

Weitere Infos und Hinweise zu den Schwimmkursangeboten der Schwimmabteilung finden Sie auch unter

<https://ssfbonn.de/schwimmkurse.html>.

Schwimmabteilung der SSF Bonn



Fotos: SSF Archiv

SCHWIMMEN

SSF BONN VEREINSREKORDE 25M-BAHN

Frauen

Strecke	Schwimmer	Jahrgang	Zeit	Ort	Datum
50F	Verena Ebert	1994	0:25,86	Gelsenkirchen	Nov 11
100F	Lara Heinz	1981	0:55,82	Antwerpen	Dez 01
200F	Katrin Heider	1992	2:00,92	Wuppertal	Nov 12
400F	Sabrina Marzahn	1991	4:13,62	Wuppertal	Nov 13
800F	Christiane Vendel	1985	8:41,33	Bonn	Nov 03
1500F	Christiane Vendel	1985	16:43,76	Gelsenkirchen	Nov 03
50R	Verena Ebert	1994	0:28,53	Essen	Nov 09
100R	Verena Ebert	1994	1:01,53	Gelsenkirchen	Nov 11
200R	Verena Ebert	1994	2:14,20	Wuppertal	Nov 11
50B	Cornelia Bauer	1994	0:32,98	Bonn	Feb 09
100B	Ute Hasse	1963	1:10,60	Wuppertal	Dez 83
200B	Ina Hüging	1980	2:30,12	Gelsenkirchen	Feb 01
50S	Cornelia Bauer	1994	0:27,51	Bonn	Sep 08
100S	Nina Schiffer	1991	1:01,09	Essen	Nov 07
200S	Nina Schiffer	1991	2:11,35	Essen	Nov 07
100L	Cornelia Bauer	1994	1:03,79	Wuppertal	Nov 10
200L	Nina Schiffer	1991	2:15,60	Bonn	Feb 08
400L	Nina Schiffer	1991	4:41,90	Essen	Nov 07

Männer

Strecke	Schwimmer	JG	Zeit	Ort	Datum
50F	Silko Günzel	1971	00:22,0	Bonn	Mär 91
100F	Silko Günzel	1971	00:48,5	Bonn	Mär 91
200F	Michael Krumnow	1969	01:49,6	Bonn	Feb 87
400F	Ralf Diegel	1963	03:55,4	Offenbach	Nov 82
800F	Joseph Kleindl	1989	08:10,7	Essen	Nov 09
1500F	Gerald Schlupp	1962	15:31,5	Offenbach	Nov 82
50R	Pierre Schmitz	1983	00:26,3	Gelsenkirchen	Nov 03
100R	Justin Kraatz	1992	00:55,4	Aachen	Jan 15
200R	Rajko Legler	1971	02:01,9	Bonn	Mär 91
50B	Maximilian Pilger	1996	00:27,9	Wuppertal	Nov 14
100B	Maximilian Pilger	1996	00:59,8	Wuppertal	Nov 14
200B	Maximilian Pilger	1996	02:09,6	Wuppertal	Nov 13
50S	Justin Kraatz	1992	00:25,1	Bonn	Nov 12
100S	Justin Kraatz	1992	00:53,7	Mülheim (Ruhr)	Feb 16
200S	Marius Dittrich	1986	02:01,5	Essen	Nov 04
100L	Jens Kruppa	1976	00:57,1	Gelsenkirchen	Mär 94
200L	Jens Kruppa	1976	02:04,0	Paris	Mär 94
400L	Ralf Diegel	1963	04:20,6	Bonn	Feb 84

Staffeln Frauen

Strecke	Schwimmer	Zeit	Ort	Datum
4x 100F	Alina Knees, Cornelia Bauer, Jessica Warnusz, Verena Ebert	03:53,3	Remscheid	Mär 09
4x 200F	Eva-Maria Vögele, Birgit Urbach, Alja Ringhausen, Sandra Schenke	09:02,1	Dinslaken	Nov 81
4x 100L	Verena Ebert, Larissa Herboth, Cornelia Bauer, Denise Gruhn	04:23,3	Mainz	Sep 09

Staffeln Männer

Strecke	Schwimmer	Zeit	Ort	Datum
4x 100F	Peter Sitt, Silko Günzel, Jens Diegel, Martin Herrmann	03:21,0	Kassel	Dez 90
4x 200F	Eckard Neubauer, Ralf Diegel, Wolfgang Niemann, Gerald Schlupp	07:53,0	Dinslaken	Nov 81
4x 100L	Rajko Legler, Karsten Grote, Martin Hermann, Silko Günzel	07:53,0	Kassel	Nov 90

Staffeln Mixed

Strecke	Schwimmer	Zeit	Ort	Datum
4x 200F	Vera Hundsdörfer, Barbara Niethammer, Sven Leopold, Markus Gürtler	10:01,4	Gau-Algesheim	Jan 18

SSF BONN VEREINSREKORDE 50M-BAHN

Frauen

Strecke	Schwimmer	Jahrgang	Zeit	Ort	Datum
50F	Simone Osygus	1968	00:26,0	Dortmund	Jun 93
100F	Simone Osygus	1968	00:56,3	Potsdam	Jun 93
200F	Simone Osygus	1968	02:01,2	Potsdam	Jun 93
400F	Sabrina Marzahn	1991	04:15,2	Wuppertal	Mai 14
800F	Sabrina Marzahn	1991	08:48,2	Berlin	Mai 14
1500F	Sabrina Marzahn	1991	16:51,7	Eindhoven	Apr 14
50R	Cornelia Bauer	1994	00:30,0	Berlin	Jun 10
100R	Cornelia Bauer	1994	01:04,4	Berlin	Jun 09
200R	Nicole Hasse	1965	02:19,7	Hannover	Jun 83
50B	Cornelia Bauer	1994	00:33,5	Berlin	Jun 10
100B	Ute Hasse	1963	01:11,4	Los Angeles	Aug 84
200B	Ina Hüging	1981	02:33,2	Braunschweig	Mai 01
50S	Cornelia Bauer	1994	00:27,6	Hamburg	Mai 09
100S	Nina Schiffer	1991	01:01,3	Dortmund	Jun 07
200S	Nina Schiffer	1991	02:09,4	Monterrey	Jul 08
100L	Birgit Schulz	1965	02:18,4	Sofia	Jul 85
200L	Nina Schiffer	1991	04:48,9	Berlin	Apr 07
400L	Nina Schiffer	1991	4:41,90	Essen	Nov 07

Männer

Strecke	Schwimmer	JG	Zeit	Ort	Datum
50F	Silko Günzel	1971	00:22,8	Hamburg	Jun 91
100F	Silko Günzel	1971	00:50,1	Hamburg	Jun 91
200F	Peter Sitt	1969	01:50,3	München	Nov 90
400F	Peter Sitt	1969	04:02,8	Remscheid	Jun 85
800F	Frank Savalla	1973	08:27,0	Köln	Mär 92
1500F	Frank Savalla	1973	16:04,3	Köln	Mär 92
50R	Pierre Schmitz	1983	00:27,5	Malta	Jun 03
100R	Klaus Steinbach	1954	00:57,8	Montreal	Jul 76
200R	Joshua Salchow	1999	02:06,8	Berlin	Mai 14
50B	Maximilian Pilger	1996	00:28,6	Berlin	Mai 16
100B	Maximilian Pilger	1996	01:01,5	Nanjing	Aug 14
200B	Maximilian Pilger	1996	02:11,3	Berlin	Apr 15
50S	Justin Kraatz	1992	00:25,4	Hannover	Feb 12
100S	Martin Herrmann	1970	00:54,7	München	Mai 92
200S	Martin Herrmann	1970	02:01,4	München	Mai 90
200L	Ralf Diegel	1963	02:05,5	Remscheid	Jun 85
400L	Ralf Diegel	1963	04:26,6	Berlin	Mär 84

Staffeln Frauen

Strecke	Schwimmer	Zeit	Ort	Datum
4x 100F	Verena Ebert, Katrin Heider, Denise Gruhn, Jessica Warnusz	03:54,2	Berlin	Jun 11
4x 200F	Verena Ebert, Katrin Heider, Nina Youssefian, Denise Gruhn	08:26,2	Berlin	Mai 11
4x 100L	Alina Knees, Cornelia Bauer, Katrin Heider, Verena Ebert	04:24,5	Berlin	Jun 11

Staffeln Männer

Strecke	Schwimmer	Zeit	Ort	Datum
4x 100F	Silko Günzel, Jens Diegel, Martin Herrmann, Peter Sitt	03:24,4	München	Nov 90

TISCHTENNIS

ERSTES TURNIER UNTER CORONA-BEDINGUNGEN – UND DIE SSF BONN LANDEN GLEICH AUF DEM TREPPCHEN



Foto: Omiros Grigoreas

v.l.n.r.: Platz 3 - Sebastian Oehlmann (FV Horas),
Platz 1 - Christian Westhoff (TTC BW Datteln),
Platz 2 - Omiros Grigoreas (SSF Bonn)

Der TV Refrath (Bergisch Gladbach) hat sich als erster Verein in Deutschland getraut, vom 7. bis 9. August ein Turnier unter erschwerten Bedingungen (wegen des Coronavirus) zu veranstalten. Eins lässt sich schon mal sagen: das ist mehr als geglückt und deshalb an dieser Stelle Chapeau an den Vorsitzenden Jakob Eberhardt und sein Team.

Unsere Nummer 2 der ersten Mannschaft, Omiros Grigoreas, nahm an der höchsten Leistungsklasse teil. Insgesamt waren 12 Spieler (aufgeteilt in zwei 6er-Gruppen) aus Rheinland-Pfalz, Hessen und natürlich Nordrhein-Westfalen dabei, und zwar mit TTR-Werten zwischen 1800 und 2070. „Omi“ war mit seinem TTR von 1850 an Position 7 von 12 gesetzt.

Nach einem nicht genutzten Matchball gegen Vincent Kessler vom SV Windhagen musste er leider sein erstes offizielles Match seit März mit 2:3 unglücklich beenden – und sich auf die nächsten vier Spiele der 6er-Gruppe konzentrieren. Die zwei „Pflichtsiege“ fuhr Omi mit 3:0 ein und er konnte sogar gegen die Top-Ge-setzten-Spieler seiner Gruppe mit 3:0 bzw.

3:2 gewinnen. Dadurch ging es in die finale Runde um die Plätze 1-4. Im sechsten Spiel des Tages konnte Omi überraschenderweise gegen den Favoriten des Turniers mit einem TTR von 2070 mit 3:1 gewinnen, verlor jedoch das siebte und letzte Match gegen den späteren Sieger knapp mit 1:3. Somit war Platz 2 auf dem Podest gesichert.

„Kein Seitenwechsel, kein Händeschütteln, die Maske muss in der Halle außer am Tisch und am eigenen Sitzplatz getragen werden...das waren schon komische Bedingungen. Man hat einerseits gespürt, dass Corona uns etwas einschränkt – doch andererseits (und das war sehr schön) merkte man auch, wie groß die Freude war, wieder an Wettkämpfen teilzunehmen. Es war ein sehr gut organisiertes Turnier, welches für die SSF und mich persönlich sehr erfolgreich gewesen ist“ – sagte Omi, der gerne als Underdog auftritt.

Ende August wird die nächste Saison beginnen und wir alle sind schon gespannt, wie es ablaufen wird – und wir sind froh, dass es endlich wieder losgeht.

Omiros Grigoreas



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



Unser neuer Vereinsmeister Leon Biedermann



Die Halbfinalisten Ben Wasiljew, Leon Biedermann, Simon Tewes und Felix Hoffmann (von links)

WIE FUNKTIONIERT TISCHTENNIS UNTER CORONA-BEDINGUNGEN BEI DEN SSF?

Schnelle Antwort: einfach prima! Seit 25. Mai können wir wieder in unseren Sportstätten trainieren. Da der Deutsche Tischtennis-Bund bereits Rahmenbedingungen vorgegeben hatte, die mit allen sportpolitischen Gremien abgestimmt waren, hatte wir eine gute Basis, um wieder mit unserem Sport zu starten. Die größte Herausforderung für uns war, die Zahl der Teilnehmer am Training zu begrenzen auf zwei pro Tisch. Hier gilt unser Dank Joachim Busch, der ein tolles Buchungssystem erstellte. Nun können über www.tt4f.de/ssf/ in allen Sportstätten zu unseren üblichen Trainingszeiten Trainingslots gebucht werden. Somit haben wir direkt die geforderte Teilnehmerliste. In den Hallen werden natürlich die AHA-Bedingungen eingehalten. Unser Angebot wird von den Mitgliedern hervorragend angenommen. Wir konnten sogar schon diverse Gäste begrüßen, die mal bei uns reingeschnuppert haben. Einige sind sogar in den Verein eingetreten. Also Mitgliedergewinnung geht auch zu Corona-Zeiten!

Ab Juni haben wir uns auch schon mal an die einzige erlaubte Turnierform, den Andro-Cup ge-

wagt. Hier dürfen zehn Spieler im Schweizer System (6 Spielrunden) gegeneinander antreten. Auch wenn der eine oder andere moserte, dass Masken getragen werden mussten, wenn Spielpause war. Andere fanden es zu viel, dass nach jedem Spiel die Tische gereinigt wurden. Aber das waren nun mal die Voraussetzungen, um wieder ein bisschen Wettkampfluft zu schnuppern. Mittlerweile haben wir vierzehn Veranstaltungen sehr erfolgreich und mit großer Freude der Teilnehmer absolvieren können. Ein herzliches Dankeschön gilt Georg Linscheid, der die meisten Veranstaltungen organisiert hat.

Und am Samstag, 22. August haben wir uns mit diesen Erfahrungen auch getraut unsere diesjährigen Vereinsmeisterschaften der Herren doch noch auszuspielen. Hier haben 18 Sportkameraden teilgenommen. Gespielt haben wir lediglich Einzel, da im Doppel naturgemäß der Mindestabstand nicht einzuhalten ist. In vier Gruppen ging es um den Einzug ins Viertelfinale. Glücklicherweise mit 14:12 im Entscheidungssatz zog Simon Tewes ins Halbfinale ein, wo er mit 7:11, 11:7, 9:11, 11:8, 4:11 an Leon Biedermann scheiterte.

Als zweiter Finalist qualifizierte sich Ben Wasiljew mit 3:0 gegen Felix Hofmann. In einem hochklassigen Endspiel holte sich Leon dann mit 10:12, 11:7, 11:8, 11:8 erstmals den Pokal. Die Prämie für den 3. Platz ergatterte Simon Tewes. Herzlichen Glückwunsch dem Sieger und den Platzierten.

Ein großes Fragezeichen stand noch hinter dem Start der Tischtennis-Saison in der letzten August-Woche, doch nun hat der Westdeutsche Tischtennis-Verband grünes Licht gegeben. Natürlich wir es nicht so sein wie sonst. Das geht schon mal damit los, dass alle Mannschaftsspiele ohne Doppel ausgetragen werden. Dafür werden aber alle Einzel ausgespielt. Wir dürfen uns also auf gewohnungsbedürftige Ergebnisse zwischen 12:0 und 6:6 einstellen. Für mögliche Beeinträchtigungen durch Corona-Erkrankungen oder Quarantäne versucht man bereits im Vorfeld Lösungen zu finden. Bis dahin, dass man sich Gedanken macht, wann die Saison wie zu werten ist. Es wird spannend, aber Hauptsache wir können überhaupt wieder spielen.

Jörg Brinkmann

TISCHTENNIS

TISCHTENNIS FÜR JEDEN – AUCH IN CORONA-ZEITEN

Seit 25. Mai können unsere Mitglieder wieder trainieren. Aber vieles ist anders, denn es gilt die behördlichen Auflagen einzuhalten. Dafür haben wir den Trainingsgruppen verkleinert und zeitlich eingegrenzt. Jeder kann sich nunmehr seine Trainingseinheiten online buchen über www.tt4f.de/ssf/. Zugang zu den Trainingshallen ist ausschließlich mit Mund-Nasen-Schutz möglich. Dieser darf nur beim Training selbst abgelegt werden. Zudem muss sich jeder registrieren lassen. Die Tischtennis-Tische sind jeweils voneinander abgetrennt. In einer Box von 5x10 Metern sollte es für jeden möglich sein, den erforderlichen Abstand von 1,50 Meter locker einzuhalten. Für die Hygiene stehen sowohl Reinigungs- als auch Desinfektionsmittel zur Verfügung. Weitere Details unseres COVID-19-Schutz- und Handlungskonzeptes sowie die buchbaren Trainingszeiten findet ihr auf der Homepage der Tischtennis-Abteilung. Ich wünsche allen viel Spaß beim Training. Willkommen zurück! Wenn interessierte Gäste Trainingseinheiten bei uns buchen wollen, bitten wir um Anmeldung bei der Abteilungsleitung (für die Jugend bei Simon Tewes Tel. 01732031625, Erwachsene beim Sportwart Valeri Birnbaum 017678186648)

MACH MIT – HALT DICH FIT: TISCHTENNIS-SENIORENGRUPPE

Das Training der Seniorengruppe findet immer dienstags von 15.30-17.00 Uhr und freitags von 15.00-17.00 Uhr im Heinrich-Hertz-Europakolleg, Herseler Str. 5, 53117 Bonn statt. 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

Ich _____ (Vor- und Zuname)
möchte gerne, dass die Vereinszeitung „Sportpalette“ ab der Ausgaben 2/2019 gegen Zahlung eines **Kostenbeitrages von 3 € pro Ausgabe** weiterhin in gedruckter Form per Post an meine bei der SSF-Geschäftsstelle hinterlegte Anschrift gesandt wird.

Der Kostenbeitrag von 3 € wird bei Erscheinen der jeweiligen Ausgaben von meinem Konto abgebucht. Hierzu ermächtige die SSF Bonn 1905 e.V., die fälligen Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von den SSF Bonn auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Hinweis: Ich kann innerhalb von 8 Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Schwimm- und Sportfreunde Bonn 1905 e.V. -
Gläubiger Identifikationsnummer: DE63ZZZ00000479664

Mandatsreferenz (wird separat mitgeteilt)

Vorname und Name des Kontoinhabers

Email und / oder Telefon

Straße*

PLZ und Ort*

IBAN*

Datum, Ort und Unterschrift*

*Pflichtfelder, ohne Angabe ist keine Bearbeitung möglich

CLUB-INFO

(Stand 08.06.2020)

Mitgliedsbeitrag pro Jahr

Erwachsene:	180 € (+26 € Aufnahmegebühr)
Kinder:	144 € (+11 € Aufnahmegebühr)

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

Bankverbindung

Sparkasse Köln Bonn,
Konto-Nr.: 72 03 | BLZ: 370 501 98
BIC: COLSDE33
IBAN: DE54370501980000007203

Geschäftsstelle

Adresse:	Kölustraße 313 a 53117 Bonn
Telefon:	0228-676868
Fax:	0228-673333
E-Mail:	info@ssfbonn.de
Internet:	www.ssfbonn.de
Vereinsinfotheke:	Sportpark Nord, 1. Etage Montag bis Freitag 10.00–18.00 Uhr

Vorstand

Jürgen Baró Pizà:	Vorsitzender / Spitzen- und Leistungssport / Sportstätten / Liegenschaften
Christoph Mertens:	stellv. Vorsitzender / Koordination Vereinsorgane / Sponsoring
Maïke Schramm:	Stellv. Vorsitzende / Finanzen / Öffentlichkeitsarbeit
Frank Herboth:	Breitensport / Koordination der Fachabteilungen
Max Hürter:	abteilungsübergreifende Maßnahmen
Dr. Ferdinand Krause:	Vereinsverwaltung / Recht- und Sozialangelegenheiten

Sport-Service-Bonn GmbH

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

Physiotherapie

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

Restaurant und Sportsbar „Pastacasa“

Adresse:	Kölustraße 250 53117 Bonn (Im Sportpark Nord)
Telefon:	0174 1010109
E-Mail:	imaddahas@gmail.com

Restaurant „Canal Grande“ (Im vereinseigenen Bootshaus)

Adresse:	Rheinaustraße 269 53225 Bonn (Beuel)
Telefon:	0228-467298

Schwimmhallen

Schwimmhalle im Sportpark Nord in Vereinsregie

Adresse:	Kölustraße 250 53117 Bonn 0228-5594133
Sportbecken:	50 m lang, 20 m breit, Wassertiefe 1,80 m/2,00 m, Wassertemperatur 27 °C.
Lehrbecken:	12,5 m lang, 5,80 m breit, Wassertiefe 0,40 m/1,10 m, Wassertemperatur 29 °C. (Montag bis Samstag durch Kurse belegt)

Regeln: Badekappspflicht! Keine Badeshorts!

Kostenlose Badbenutzung für Vereinsmitglieder zu folgenden Zeiten:

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
von	14.00	06.00	06.30	06.00	06.30	07.00	08.00
bis	21.30	21.30	21.30	21.30	21.30	16.45	14.45

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

Aktuell veränderte Öffnungszeiten aufgrund der CORONA Pandemie. Infos auf unserer Vereinshomepage.

An folgenden Tagen ist das Bad geschlossen: Neujahrstag, Rosenmontag, 1./2. Weihnachtstag | **Für die übrigen Feiertage bitte Aushang im Bad beachten!**

Frankenbad

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

Sporthallen und Trainingsplätze

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

Fitness-Studios

Sportpark Nord

Adresse:	Kölustraße 250 53117 Bonn
Telefon:	0228-6193755
Auskünfte:	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 01.02.2020)

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 ab 2020:

10er-Karte

- 50 € für Mitglieder
- 100 € für Nichtmitglieder

Jahreskarte für 1 Angebot (nur für Mitglieder)

- 100 € bis 59 Jahre
- 85 € ab 60 Jahre

Multi-Jahreskarte für alle Angebote (nur für Mitglieder)

- 150 € bis 59 Jahre
- 130 € 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	10.45–12.00 Uhr	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

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

Der Offene Bewegungstreff findet aktuell leider bis voraussichtlich Jahresende 2020 nicht statt. Durch die noch immer anhaltende Corona Pandemie kann der Offene Bewegungstreff in seiner Flexibilität nicht angeboten werden.

KURSE (Stand 01.09.2020)

Aroha & Kaha – NEU!			
montags	20.00–21.00 Uhr	15 Einheiten	Kosten: 75€ // 150€
Functional Fitness			
freitags	18.30–19.30 Uhr	15 Einheiten	Kosten: 75€ // 150€
Outdoor Fitness SpN			
freitags	17.15–18.15 Uhr	15 Einheiten	Kosten: 75€ // 150€
Outdoor Fit Beuel (Urban Fitness!)			
donnerstags	18.00–19.00 Uhr	12 Einheiten	Kosten: 60€ // 120€
Pilates			
mittwochs	17.00–18.15 Uhr	15 Einheiten	Kosten: 75€ // 150€
Yoga für Anfänger			
mittwochs	16.00–17.00 Uhr	15 Einheiten	Kosten: 75€ // 150€
Yoga für Fortgeschrittene			
mittwochs	17.15–18.45 Uhr	15 Einheiten	Kosten: 75€ // 150€
Yoga für Alle (Pfarrheim Beuel)			
dienstags	18.30–19.30 Uhr	7 Einheiten	Kosten: 35€ // 70€
Zumba			
montags	18.00–19.00 Uhr	15 Einheiten	Kosten: 75€ // 150€

Yoga für Alle – Beuel			
montags, 24.08.20–07.12.20	10.15–11.45 Uhr	14 Einheiten	Kosten: 70€ // 140€
Yoga & Pranayama – Sportpark Nord			
montags, 24.08.20–31.11.20	18.15–19.30 Uhr	11 Einheiten	Kosten: 55€ // 110€
Pilates im Sportpark – Multiraum			
dienstags, 25.08.20–08.12.20	9.30–10.45 Uhr	14 Einheiten	Kosten: 70€ // 140€
Pilates – Beuel			
dienstags, 25.08.20–08.12.20	9.30–11.00 Uhr	14 Einheiten	Kosten: 70€ // 140€
Ausgleichsgymnastik im Seniorenheim			
dienstags, 25.08.20–08.12.20	10.00–11.00 Uhr	14 Einheiten	Kosten: 70€ // 140€
Yoga – Beuel			
dienstags, 01.09.20–08.12.20	11.15–12.45 Uhr	13 Einheiten	Kosten: 65€ // 130€
Yoga im Sportpark – kl. Fechtalle			
dienstags, 25.08.20–31.11.20	20.00–21.30 Uhr	12 Einheiten	Kosten: 60€ // 120€
Yoga im Sportpark – SpN Multiraum			
mittwochs, 02.09.20–09.12.20	8.30–9.45 Uhr	13 Einheiten	Kosten: 65€ // 130€
Seniorengymnastik – SpN Multiraum			
mittwochs, 26.08.20–09.12.20	10.00–11.15 Uhr	14 Einheiten	Kosten: 70€ // 140€
Rückenfit – Beuel			
mittwochs, 26.08.20–09.12.20	10.00–11.00 Uhr	14 Einheiten	Kosten: 70€ // 140€
Yoga für Männer – Beuel			
donnerstags, 03.09.20–10.12.20	9.00–10.30 Uhr	13 Einheiten	Kosten: 65€ // 130€
Rückenfit im Sportpark – SpN Multiraum			
donnerstags, 27.08.20–10.12.20	9.15–10.30 Uhr	14 Einheiten	Kosten: 70€ // 140€
Seniorengymnastik – Beuel			
donnerstags, 27.08.20–10.12.20	10.45–12.00 Uhr	14 Einheiten	Kosten: 70€ // 140€
Wirbelsäulengymnastik – SpN Multiraum			
freitags, 28.08.20–11.12.20	8.30–9.45 Uhr	14 Einheiten	Kosten: 70€ // 140€
Kräftigung Tiefenmuskulatur – Multiraum			
freitags, 28.08.20–11.12.20	10.00–11.30 Uhr	14 Einheiten	Kosten: 70€ // 140€

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 kurse@ssfbonn.de

Die folgenden Kurse ab dem 24.08. sind ursprüngliche Angebote des Offenen Bewegungstreffs. Zu diesen Kursen kann sich jede/r Interessierte/r anmelden.

ABTEILUNGSINFO Für Vereinsmitglieder, Probetraining möglich (Stand 01.02.2020)

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	Ben Hartmann (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 , abtlttr@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	Malte Karow, 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
Abteilungsbeitrag:	45 € pro Mitglied Ü16

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 Berufsskolleg
Auskünfte	Jürgen-Ludwig Block, 0172 863 5311, ludwig.block@web.de Peter Bruderreck, 0228-3361730, skipeter@netcologne.de
Abteilungsbeitrag:	7 € pro Jahr

Taekwondo	
Angebot:	Trainingsgruppe für Kinder, Jugendliche und Erwachsene
Trainingsstätte	Sportpark Nord
Auskünfte	Armin Bach und Christian Berger, taekwondo@ssfbonn.de
Abteilungsbeitrag:	10 € pro Monat

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.com
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,**
Bonngasse 13a | 53111 Bonn | 0228 / 53 44 9779
- **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,**
Kölnstr. 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

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 2022. Unsere Willkommensprämien und viele weitere Vorteile runden unser Powerpaket ab – überzeugen Sie sich jetzt auf **beethovenstrom.de**.



BEETHOVEN • STROM