



SSF-Judoka Lino Dello Russo ist Deutscher Meister U18 – Vereinskamerad Marc Ivchenko holt Bronze

Seite 15

Neues aus unserer OGS Karlschule

Seite 7

SSF Kopf: Rainer Meyer

Seite 8

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

Liebe SSFler,

Wieder liegt ein ungewöhnliches Jahr (fast) hinter uns. Sportstättenschliessung, Homeoffice, Kurzarbeit, sich ständige ändernde – teilweise widersprüchliche – Vorgaben der politischen Gremien, das hat es dem Vorstand und der Geschäftsstelle nicht einfach gemacht. Hinzu kam noch die Kündigung des Geschäftsführers, dessen Aufgaben ich seit 1.5. übernommen habe.

All das haben wir gut überstanden und gehen positiv in das Jahr 2022.

Die Sportstätte Beuel (das Bootshaus) wurde umfangreich saniert, wir sind im Zeitplan und deutlich unter Budget geblieben. In 2022 planen wir eine weitere Investition um die bisher kaum genutzte Terrasse in einen Outdoor-Sportbereich umzugestalten, entsprechende Fördermittel sind beantragt.

Der Raum unter der Tribüne, der den Abteilungen kostenfrei zur Verfügung steht, wurde mit einer vierstelligen Investition (u.a. Kunstrasen) aufgerüstet und verbessert das sportliche Angebot.

Durch die Übernahme des Studios Simple Move in der Graurheindorfer Strasse wurde nicht nur das Fitness-Angebot ausgebaut, sondern bereits jetzt Ausweichflächen, die wir während der Sanierung des Sportpark Nord benötigen, gesichert.

Unser Mitgliederverlust (rd. 2000 in 2 Jahren) ist im Bereich des Durchschnitts der letzten Jahre, wir haben aber keine Mitglieder hinzugewonnen; wenn ein Angebot nicht (oder nur teilweise) vorhanden ist kommen keine Kunden bzw. Mitglieder.

Durch den Teilverzicht auf Zusatzbeiträge sowie die Übernahme der Eintrittsgelder für die Badeintritte während der Schliessung konnten wir rd. 75.000 Euro an die Mitglieder zurückerstatten.

Mit rd. 6.400 Mitgliedern hatten wir Ende Juni die Talsohle erreicht, aktuell gehen wir wieder auf 7000 zu. Das erfordert erhebliche Anstrengungen, mit einer grossen Mitglieder(rück)gewinnungsaktion, Prämien für eine Mitgliedwerbung und der Bevorzugung von Mitgliedern bei Kursbuchungen sind wir auf gutem Weg.

Alleine durch die Bevorzugung bei der Buchung der Schwimmkurse konnten wir eine dreistellige Zahl von Neumitgliedern gewinnen. Die Übernachtfrage hatte uns sehr überrascht, so dass die Technik teilweise versagte. Wir werden durch die gewonnenen Erfahrungen beim nächsten Mal den Ablauf verbessern.

In rd. 12 min waren die ersten 200 Plätze vergeben, nach ca. 2 Stunden waren alle 360 Plätze belegt. Nach Prüfung der Anmeldungen (es gibt natürlich Versuche von Nichtmitgliedern) haben wir im 2. Schritt noch 30–40 Plätze freigeben können.

Wir werden die Bevorzugung von Mitgliedern weiterführen und bei sehr stark nachgefragten Kursen (z.B. KiA) umsetzen.

Zur Sanierung des Sportparks:

Nach aktuellem Stand wird ab Januar der Stadioninnenraum saniert, Rasen und Laufbahn werden erneuert. Die Arbeiten sollen bis Ende August abgeschlossen sein. Ausweichmöglichkeiten für unsere Sportler wurden beim Sport- und Bäderamt beantragt.

Die Planungen für die „grosse“ Sanierung haben begonnen, ein Zeitraum lässt sich momentan noch nicht absehen. Parallel dazu haben wir erste Überlegungen angestellt, wie und wo wir unsere Landsportarten unterbringen können bzw. welche Sportarten wir weiterhin anbieten können.

Wie in den beiden letzten Mitgliederversammlungen berichtet, haben wir eine Vorplanung für ein temporäres Bad auf der Werferwiese durchgeführt und am 6.10. die Bauvoranfrage eingereicht. Gleichzeitig haben wir der Stadt den Entwurf einer Absichtserklärung (es müssen insgesamt 4 Verträge abgeschlossen werden) übersandt, die z. Zt. in den Ämtern geprüft wird. Wir tun was wir können, sind aber im wesentlichen von den städtischen Gremien abhängig. Ich gehe heute nicht davon aus, dass ein temporäres Bad im 1. Halbjahr 2023 zur Verfügung stehen wird.

Ob wir tatsächlich ein Bad bauen, hängt nicht nur von der Stadt und den stark gestiegenen Baupreisen, sondern auch der Risikoabschätzung im Vorstand ab. Ein Bauen „um jeden Preis“, das finanzielle Lage des Vereins und die Existenz des Vereins stark gefährdet, wird es mit mir nicht geben.

Liebe SSFler, vieles kommt auf den Verein und die Mitglieder zu (u.a. Überarbeitung unserer Homepage und des öffentlichen Auftritts), für das wir Lösungen finden werden.

Gehen wir gemeinsam positiv in das Jahr 2022.

Ich danke Allen für die Treue zum Verein; bleiben Sie gesund.

Ihr
Harald Göbel



Foto: Privat

INHALTSVERZEICHNIS



IMPRESSUM S. 05

VEREINSNACHRICHTEN

Nikolausfeier mal anders S. 05
Willkommensfeier auf Burg Niederpleis S. 06

NEUES AUS DER KARLSCHULE

Neues aus unserer Karlschule S. 07

SSF KOPF

Rainer Meyer S. 08

SSF HISTORY

Vor 30 Jahren: Übernahme des Krafraums im Sportpark Nord S. 09

LEITARTIKEL

25 Jahre Leichtathletikabteilung bei den SSF Bonn S. 10-12
Aktuelle Abteilungsleitung der Leichtathletikabteilung S. 10
Aus der Liste der sportlichen Erfolge von SSF Leichtathleten S. 13

ABTEILUNGEN

Judo S. 14-15
Kyudo S. 16
Tischtennis S. 17-19

VEREINSINFOS

Club-Info S. 20-21
SSF-Kurse S. 22
Angebote für Kinder (KiA) S. 23
Kursangebote aus unseren Abteilungen S. 24
Abteilungsinfos S. 25-26
Partnerseite S. 27



25 Jahre Leichtathletikabteilung bei den SSF Bonn | Seite 10



SSF Kyudo-Bogenschützen bei Deutschen Meisterschaften erfolgreich | Seite 16



Tischtennis: Saisonverlauf und Aussichten erfolgreich | Seite 19



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



IMPRESSUM

Sport-Palette

Herausgeber:

Schwimm- und Sportfreunde Bonn
1905 e. V.

Redaktion:

Maika 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:

SSF-Judoka Lino Dello Russo ist Deutscher Meister und U18-Vereinskamerad Marc Ivchenko holt Bronze / Foto: Y. Bouchibane

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.

NIKOLAUSFEIER MAL ANDERS

Die Pandemie fordert immer wieder kreative Lösungen. So auch bei unserer diesjährigen Nikolausfeier. Diese konnten wir gemeinsam mit dem Jungen Theater Bonn am 04.12.2021 stattfinden lassen.

Rund 300 Besucher konnten sich auf eine exklusive Vorführung von „Pippi im Taka-Tuka-Land freuen“. Aufgrund der angespannten Pandemielage haben wir uns kurzerhand dazu entschieden die Veranstaltung als reine 2Gplus-Veranstaltung durchzuführen. Somit musste uns jeder Teilnehmer, neben dem Impfnachweis auch einen tagesaktuellen Schnelltest vorlegen. Sogar der Nikolaus kam nicht um die Kontrolle herum.

Wir bedanken und nochmals ausdrücklich beim Jungen Theater für die wirklich sehr gelungene Veranstaltung.

Fabian Welt



Der Nikolaus bei der 2G Kontrolle



Während der Vorführung von Pippi im Taka-Tuka-Land

Fotos: Fabian Welt

WILLKOMMENSFEIER AUF BURG NIEDERPLEIS

Nach langen Kontakteinschränkungen aufgrund des mehrmonatigen Lockdowns, der nicht nur Vereinsangebote, sondern auch persönliche Beziehungen zum „Einfrieren“ brachte, hatte SSF Mitglied Lutz Teichert die vorzügliche Idee, die „Eiszeit“ durchzubrechen und mit einer Willkommensfeier die „Taufzeit“ einzuleiten. Den SSF Bonn ist er 2008 beigetreten und hat seitdem regelmäßig geschwommen, im rechtsrheinischen Fitness-Studio trainiert und an mehreren Kursen des nun wegen Corona eingestellten Offenen Bewegungstreffs teilgenommen.

Durch diese Feier, die am Sonntag, 31.10.2021, auf Burg Niederpleis stattfand, wollte er „gewohnte, formale Strukturen und persönliche Bindungen aufrecht erhalten“.

Eingeladen waren nebst Familie und breit gefächertem Freundeskreis zahlreiche SSF Mitglieder und Übungsleiter, mit denen Lutz viele schöne Jahre zusammen erlebt hat und mit denen er noch in Verbindung steht. Damit die urige Burg Atmosphäre wahr wurde, bekamen alle Damen eine dunkelrote Begrüßungsrose geschenkt.

Unter den Gästen waren mehrere hochkarätige Volleyballer, die für die SSF Bonn vor rund 47 Jahren gestartet sind und den Deutschen Meistertitel erringen konnten. Das geschah 1974 unter der Führung des tschechoslowakischen Nationalspielers Tonda Mozr. In der Saison 1974 / 75 gehörte die Mannschaft zu den Gründungsmitgliedern der Volleyball-Bundesliga. 1981 konnte die Mannschaft noch mal Deutscher Meister werden.

Inga Rogge, selbst ehemalige Volleyballerin, nutzte die Chance, die SSF Volleyball-Legenden, von denen sie mehrfach von den Brüdern Fritz und Hans Hacke gehört hatte, persönlich kennen zu lernen: Udo Teichert, der extra aus Wuppertal eingereist war, Dieter Markus, Ralf Martens, Toni Rimrod (er kam sogar aus Paderborn zu diesem Treffen), und Otrfid von Lüdinghausen. Gerd „Panther“ Güßgen kannte sie bereits aus dem Fitness-Studio in Beuel, wo Gerd regelmäßig zum Training kommt. Am Tisch herrschte etwas Nostalgie, da Udo mehrere Briefumschläge mit Fotos „von damals“ mitgebracht hatte, auf denen nur die echten Kenner die am Tisch sitzenden Herren erkennen konnten. Schlagfertig wie immer tauschten Otrfid und Udo ihre Kommentare zu den Fotos und zum heutigen Leben aus. Man merkte deutlich, dass der Geist der Mannschaft noch sehr lebendig ist und alle Spieler weiterhin fest zusammenhält. Sie sind füreinander da, an diesem Tisch und auch woanders.

Wir bedanken uns herzlichst bei Lutz, dass er uns diese wunderschönen Begegnungen ermöglicht hat!

Inga Rogge



Foto: Arvid Ellenberger

„Volleyballer von damals“
Sitzend v.l.: Åsa Lönnemar Rimrod, Kiki von Lüdinghausen, Ralf Martens, Toni Rimrod, Otrfid von Lüdinghausen
Stehend v.l.: Inga Rogge, Dieter Markus, Udo Teichert, Gerd „Panther“ Güßgen

PROJEKT „MOSAİK“ AN DER KARLSCHULE

NEUGESTALTUNG DER EINFAHRT ZUR KARLSCHULE

Die Säulen am Eingang der Karlschule waren bereits mit dem Karlchen und dem Namen der Schule bemalt. Dies sah ursprünglich auch ganz schön aus, allerdings haben die Farben im Laufe der Zeit immer mehr an Strahlkraft verloren und die Säulen wurden immer schmutziger. Daher sollten diese neu gestaltet werden. Mit einem Kunstwerk, das nachhaltiger ist als ein Gemälde und einem Karlchen. Auch hier, direkt am Eingang zur Schule, sollte wieder die Mehrsprachigkeit und die kulturelle Vielfalt der Kinder zum Ausdruck kommen. Dementsprechend wurde das Mosaik designed.

Die Projektleitung hatte Cultural Conversation übernommen, ein Verein, der Kunst und Kultur für jedermann zugänglich macht und dabei innovative und integrative Begegnungsformen zwischen Künstlerinnen und Künstlern sowie dem Publikum anstrebt. Abdou Diatta ist freier Künstler und Dozent an der Europäischen Kunst Akademie Trier. Um das Projekt umzusetzen, musste sowohl die Fläche als auch das zu bearbeitende Material entsprechend vorbereitet werden. Dies geschah zum Teil durch Mitarbeiter von Cultural Conversation allein, zum Teil aber auch mit Hilfe der Kinder. Die Mauer musste zunächst neu verputzt und die Motive für jede Säule vorgezeichnet werden. Dies geschah durch die Künstler. Daraufhin musste das Glas bemalt und zugeschnitten werden. Dies haben zum großen Teil die Kinder unter Aufsicht selbst gemacht. Dies war ein wichtiger Teil im Sinne des Projektes, da jedes Teil unterschiedlich geschnitten war und in der weiteren Arbeit wie bei einem Puzzlespiel zusammengesetzt werden musste. Hier wurde auch wieder im übertragenen Sinne für die Kinder deutlich, dass jede und jeder einzelne Teil eines großen Ganzen – der Karlschule – ist. Auch beim abschließenden Abrunden der Glaskanten konnten die Kinder Hand anlegen. Der Großteil der Arbeit bestand im Kleben des Mosaiks. Dies haben die Kinder unter der Aufsicht des Künstlers übernommen. Die abschließenden Versiegelungsarbeiten wurden wieder von Cultural Conversation übernommen.



Alle Kinder aller Klassenstufen hatten die Möglichkeit an diesem Projekt teilzunehmen, in Kleingruppen aus dem Vor- und dem Nachmittag. Innerhalb von zwei Wochen konnten alle gemeinsam am Erscheinungsbild des Eingangs der Schule mitwirken. Nach Fertigstellung wurde die Schule schon von einigen Anwohnerinnen und Anwohnern auf die schöne Gestaltung angesprochen.

Bettina Overstolz



SSF KOPF: RAINER MEYER

Rainer Meyer ist seit 44 Jahren Mitglied bei den SSF Bonn. Seit 35 Jahren engagiert er sich ehrenamtlich in verschiedenen Funktionen in der Abteilungsleitung der Tauchabteilung und steht seit 2017 als Abteilungsleiter an der Spitze der Abteilung.

Mit Rainer Meyer sprach Maike Schramm:

1. Wie bist Du zu den SSF Bonn gekommen?

Auf dem Marktplatzfest 1977 besuchte ich den Stand der Tauchabteilung. Da ich schon lange einen Tauchclub suchte, brauchte man mich nicht zu überzeugen. Außerdem war der Zeitpunkt für mich genau richtig, da ich in meinem Studium einen Punkt erreicht hatte, der mir das Tauchen sowohl zeitlich als auch finanziell erlaubte. Man muss sich die Informationssuche damals ganz anders vorstellen als heute. Wenn ich heute einen Tauchclub in Bonn suche, gebe ich in eine Suchmaschine „Tauchclub Bonn“ ein und habe das Ergebnis sofort. Damals spielte der Zufall eine viel größere Rolle, so wie bei mir.

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

Da ich schon zwei Tauchscheine hatte, als ich bei den SSF eingetreten bin, war mein Ziel ganz klar, Übungsleiter und Tauchlehrer zu werden. Die damalige Abteilungsleitung hat mich darin unterstützt. Beide Ausbildungen habe ich 1982 abgeschlossen und bin sofort in die Abteilungsausbildung eingestiegen.

Mein erstes Amt in der Abteilungsleitung war Gerätewart, dieses Amt habe ich Mitte der 1980er Jahre übernommen, als Jürgen Pitzke Abteilungsleiter wurde.

Anfang der 1990er Jahre wurde ich Ausbildungsleiter. Unsere Abteilung hat seitdem einige Umbrüche erlebt.

2001 hat eine neue Abteilungsleitung für frischen Wind gesorgt. Als einziger „Alter“ blieb ich in der Abteilungsleitung. Bedingt durch die sehr guten Bedingungen für Taucher im damaligen SSF-Schwimmbad (3,50 m Tiefe plus Tauchcaisson mit 7 m Tiefe) gelang es uns sogar, Mitglieder von Kölner Tauchclubs zu gewinnen und die Mitgliederzahl über viele Jahre bei 100 zu stabilisieren.

Als Ausbildungsleiter war ich die ganze Zeit aktiver Tauchlehrer, insoweit

es meine beruflichen Verpflichtungen zuließen. Auch beim Marktplatz- bzw. später beim Münsterplatzfestival habe ich mich regelmäßig sowohl am Stand als auch auf der Bühne beteiligt.

2014 kam es zu einem weiteren Umbruch in der Tauchabteilung. Durch den Einbau des neuen nur 2 m tiefen Beckens im Sportpark Nord verloren wir ca. 30 % unserer Mitglieder und auch 50 % der Abteilungsleitung und der Ausbilder. Glücklicherweise hatten sich in der Phase vorher mehrere Mitglieder zu Übungsleiter*innen und Tauchlehrer*innen weitergebildet. So gelang es uns, die Tauchabteilung zu stabilisieren, dabei brachte ich mich

zunächst als stellvertretender Abteilungsleiter und ab 2017 als Abteilungsleiter ein. Abteilungsleiter und Tauchlehrer sind immer noch meine Funktionen.



Foto: Dietmar Kalsen

Rainer Meyer 1979 beim Abtauchen in Vettelschoß Blauer See



Foto: Ben

Rainer Meyer 2015 beim Tauchen in Palau im Pazifischen Ozean

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

1989 durfte die Tauchabteilung zum Marktplatzfest einen Tauchturm seitlich am alten Rathaus aufstellen. Das war ein sehr eindrucksvolles Bild und ich konnte die einzelnen Auftritte moderieren.

Eine besondere Überraschung erwartete mich auf dem Fest zum 50jährigen Bestehen der Tauchabteilung 2017 als Du mir im Auftrag des Vorstandes die Ehrenmitgliedschaft der SSF Bonn verliehen hast.

4. Welche sportlichen Angebote nutzt Du im Verein?

Ich bin nur Mitglied in der Tauchabteilung.

5. Wie siehst Du die Vereinsentwicklung aktuell und welche Entwicklungen wünschst Du Dir für die Zukunft?

Sowohl die SSF als auch die Sporttauchabteilung Glaukos wurden von der aktuellen Pandemie und der damit einhergehenden Schließung von Sportanlagen hart getroffen. Ohne Angebote ist die Werbung neuer Mitglieder schwer. Im übernächsten Jahr wird es durch die Renovierung des Sportparks Nord wieder zur Schließung von Sportanlagen kommen. Das Schwimmbad ist ein zentraler Baustein der SSF-Angebote und natürlich auch für die Tauchabteilung elementar wichtig. Ich bin begeistert, dass die SSF versuchen, dies mit dem Bau eines neuen Schwimmbades und der Anmietung von Ausweichsportanlagen abzumildern. Trotzdem gehe ich davon aus, dass zwei bis drei Jahre mit Mitgliederverlusten für die SSF und die Abteilungen bevorstehen. Dies geschieht alles in einem Umfeld, in dem wir als Verein mit kommerziellen Sportangeboten konkurrieren müssen. Mein Wunsch ist, dass wir 2025 wieder neu mit tollen Angeboten durchstarten können. Allerdings konnten in den letzten Jahren Bauvorhaben der Stadt Bonn selten planmäßig abgeschlossen werden.

6. Das wollte ich schon immer einmal loswerden.

Die ehrenamtlichen und die hauptamtlichen Mitarbeiter/innen der SSF Bonn und der Abteilungen sollten sich nicht von den kommenden Problemen entmutigen lassen. Eine Stadt ohne funktionierende Sportvereine ist undenkbar!

Maike Schramm



Rainer Meyer (2. v.l.) 2016 beim jährlichen Brunch der Tauchabteilung

Foto: Volkert Böhnert

SSF HISTORY:

Vor 30 Jahren: Übernahme des Krafraums im Sportpark Nord

Fotos: SSF Archiv

Im Oktober 1991 übernehmen die SSF Bonn den Krafttrainingsraum im Sportpark Nord von der Stadt Bonn. Der Raum steht den Vereinsmitgliedern und der Öffentlichkeit montags, mittwochs und freitags von 19.00–21.30 Uhr unter Aufsicht zur Verfügung.

In den folgenden Jahren wird der Krafraum kontinuierlich ausgebaut. Ermöglicht wird dies vor allem durch das Engagement der Vereinsmitglieder, die den Raum regelmäßig nutzen und die unter der Leitung von Ferdinand Krause und Jürgen Gottlob viele Arbeiten in Eigenleitung ehrenamtlich durchführen. Auch die Öffnungszeiten des Krafraums werden im Laufe der Jahre erweitert.

Im November 1997 erhält der Krafraum mit Beate Schukalla erstmalig eine hauptamtliche Leitung. Damit verbunden ist eine Änderung der Ausrichtung des Raumes hin zum Gesundheitssport. Dadurch und durch eine konsequente Erweiterung des Geräteparks gelingt eine Steigerung Mitgliederzahlen des Krafraumes auf durchschnittlich 600 Mitglieder. Damit kommt der Raum an seine Belastungsgrenze.

Eine Lösung des Platzproblems ergibt sich im Sommer 2012 mit dem Umzug des Krafraumes in die 1. Etage im Sportpark Nord. Der neue Raum ist doppelt so groß, wie der bisherige. Aufgrund der gehobeneren Ausstattung des Raumes und der immer weiter verbesserten Betreuung erfolgt eine Umbenennung von „Krafraum“ in „Fitness-Studio“.

Die Mitgliederzahl steigt von 626 am 31.12.2011 auf 1370 am 31.12.2019.

Maike Schramm

Artikel aus der Vereinszeitung 353 von Juni 1997

Moderner Fitnessraum der SSF Bonn 05 eröffnet

Seit Anfang Mai ist der nunmehr auf dem neuesten Stand befindliche Kraft- und Fitnessraum der Schwimm- und Sportfreunde Bonn im Sportpark Nord eröffnet. Vereinsmitglieder können nunmehr an modernen Geräten alle Muskelgruppen trainieren (siehe Geräteaufstellung).

Der Krafraum wird seit 1992 von den Schwimm- und Sportfreunden Bonn geführt. Seitdem wurde der Gerätepark jedes Jahr erweitert und modernisiert, wobei viele Arbeiten in Eigenleitung durch Mitglieder der Kraftsport- und Fitnessgruppe in den SSF Bonn erbracht wurden. Stellvertretend für die vielen ehrenamtlichen Kräfte, die sich an dieser Aufgabe be-

teiligt haben, seien an dieser Stelle Jürgen Gottlob und Ferdinand Krause genannt, denen ein besonderer Dank für die kontinuierliche Verbesserung des Raumes gebührt.

Heute stellt der Raum eine echte Bereicherung des SSF-Angebots dar. Jedes SSF-Mitglied kann am Kraft- und Fitnesstraining für eine jährliche Zusatzgebühr von DM 100,- teilnehmen.

Durch geschultes Betreuungspersonal werden die Mitglieder des Bereichs Kraft- und Fitnesssport an den Fitnesstraining herangeführt, so daß jedes Mitglied nach einer einführenden Schulungsphase selber in der Lage ist, ein Fitnessprogramm selbständig durchzuführen.

Der Kraft- und Fitnesssport stellt eine hervorragende Erweiterung der Möglichkeiten, die durch das Schwimmen, Triathlon- und Lauftraining bei den SSF Bonn im Ausdauerbereich angeboten wird, dar.

Interessenten können am Montag, Mittwoch oder Freitag ein Probetraining absolvieren. Herr Tewes wird die Interessenten im SSF-Kraft- und Fitnesstraum betreuen.

Kurzinformationen zum SSF-Kraft- und Fitnesstraum:

Kraftsport
Wo? Schwimmhalle
SSF Bonn, Kölnstraße 313a
Tel.: 02 28/67 68 68

Für wen?
für Alt und Jung, denn das Gewicht bestimmt jeder selbst;
für Mitglieder der SSF

Wann? Mo. 19.00–21.30 Uhr*
Di. 18.00–20.00 Uhr
Mi. 19.00–21.30 Uhr*
Do. 19.00–20.30 Uhr
Fr. 15.00–21.30 Uhr*
Sa. 09.00–12.00 Uhr*
So. 10.00–12.00 Uhr

Durch wen?
Die Betreuung erfolgt durch erfahrene und lizenzierte Übungsleiter
* Probetraining für Einsteiger



Krafttrainingsraum im Sportpark Nord

Seit Oktober 1991 können die SSF Bonn ihren Mitgliedern, und allen Bonner Bürgern, einen neu eingerichteten und frisch renovierten Krafraum zur Verfügung stellen.

Zur reichhaltigen Ausstattung gehören neben zahllosen Hantelscheiben (0,5 – 25 kg), ein Kurzhantelsortiment (1 – 10 kg), 4 Langhantelstangen mit Zubehör, 2 „BERG“-Trainingsgeräte mit 7 Stationen, 6 „SCHNELL“-Multifunktionsgeräte, 1 fest montierte Reckstange und 2 Sprossenwände mit Turmmatte.

Unter Aufsicht von Übungsleitern kann der im Eingangsbereich des Sportparks gelegene Krafraum Montag, Mittwoch und Freitag jeweils von 19.00 bis 21.30 Uhr benutzt werden.

Für dort gültige Ausweise können bei der SSF-Geschäftsstelle, Kölnstr. 313a, geholt werden.

Informationen über die Nutzungsentgelte können unter der Tel.-Nr. 67 68 68 oder bei einem kostenlosen Probetraining erfragt werden. Für Mitglieder gelten ermäßigte Beiträge!



Kemp

Artikel aus der Vereinszeitung 323 von Feb 1992

Neueröffnung Fitnessraum im Sportpark Nord



Nach der erfolgreichen Entwicklung des Krafraums und dem hohen Zuspruch unserer Mitglieder wurde eine Erweiterung notwendig (seit 1997 bis dato mit 700 Mitgliedern), sodass eine Expansion in größere Räumlichkeiten geplant wurde. Es war ein großes Ereignis, 3 Tonnen Gewichte in der Luft schweben zu sehen. Der alte Kraft- und Fitnesstraum zog am 21. Juni 2012 in die neuen Räumlichkeiten im 1. OG des Sportpark Nord um. Nach einer intensiven Planungs- und Organisations-

phase konnten alle Gerätschaften dank vieler engagierter und zuverlässiger Helfer in nur 3,5 Stunden mit einem Kran nach oben transportiert werden.

Wo einst im „roten Salon“, ein Foyer und Aufenthaltsraum für die Besucher der Veranstaltungen war, entstand in fünf Monaten ein moderner und attraktiver Trainingsraum.

Auf großzügig geplanter Fläche, die mit einer 16 m langen Fensterfront einen weiten Blick ins Stadion bie-

tet, haben die Mitglieder alles, was das Sportierherz begehrt: Möglichkeiten zum Ausdauertraining auf den Fahrradergometern und Cross-Trainern, gelenkschonendes Training an Maschinen mit Gewichten und einen kleinen Freihantelbereich. Ein Stretch-Boy von Dr. Wolff lädt im Gymnastikbereich zum Dehnen ein. Das Angebot wird durch das moderne Stabilisationstraining auf der Power Plate und am TRX-Seilsystem ergänzt.

Ein kompetentes Übungsleiter-Team erstellt nach Bedarf Trainingspläne und sorgt für fachliche Beratung, kontinuierliche Betreuung sowie eine freundliche Trainingsatmosphäre. Am 26. August wurden die neuen Räumlichkeiten feierlich eingeweiht.

Beate Schukalla
Vereinbarung von Terminen zur Einführung an Geräten unter 0228 - 6193755 oder per Mail an fitnessraumsppn@ssf-bonn.de

Artikel aus der Vereinszeitung 427 von Oktober 2012

25 JAHRE LEICHTATHLETIKABTEILUNG BEI DEN SSF BONN

Mit der Absicht, die Leichtathletik in Bonn zu aktivieren und das Angebot in Verein noch vielseitiger zu gestalten, wurde vor 25 Jahren die Leichtathletikabteilung der SSF Bonn gegründet.

Das Training startete am 21.10.1996. Bei der Delegiertenversammlung am 10.12.1996 wurde dann die Gründung der Abteilung offiziell beschlossen.

Hauptinitiator und erster Abteilungsleiter war Alois Gmeiner, der die Abteilung aufbaute, bis 2012 mit viel Engagement und Herzblut führte und auch heute noch in der Abteilung als Trainer sehr erfolgreich tätig ist.

In den ersten Jahren lag der Schwerpunkt insbesondere auf dem Mittel- und Langstreckenlauf. Erfolgreiche Athleten der SSF Bonn in dieser Zeit waren insbesondere Maximilian Bahn, Oliver Mintzclaff, Susanne Ritter und Ludwig Aigner.

1998 schloss sich die Abteilung für drei Jahre an die Startgemeinschaft LG Bonn/Troisdorf/Niederkassel an. Die Kooperation wurde Ende 2000 im gegenseitigen Einvernehmen wieder beendet, mit dem Ziel der SSF Bonn „den lokalen Aspekt der Leichtathletikabteilung der SSF Bonn im Bonner Bereich und auch im eigenen Club stärker in den Vordergrund treten zu lassen“ (Pressemitteilung der SSF Bonn vom 06.11.2000).

Dass die SSF Bonn auch in der Sportart Leichtathletik in der Lage sind, Großveranstaltungen durchzuführen, stellten sie z.B. am 11.06.1999 unter Beweis, als sie in Kooperation mit der Stadt Bonn die NRW Open im Sportpark Nord ausrichteten als Qualifikation für das 2 Wochen später stattfindende Europacup-Finale in Paris sowie als Testwettkampf für die Weltmeisterschaften und die Europameisterschaften der U 23. Zahlreiche Weltklasseathleten waren an dem Tag am Start. Im Rahmenprogramm zeigten außerdem 500 Schülerinnen und Schüler aus 5 Grundschulen und 5 weiterführenden Schulen bei einer 50 x 50 m Bananenkisten-Pendelstaffel und bei einer 50 x 50 m Flachstaffel ihr Können.

Um für unsere Leichtathleten auch im Winter geeignete Trainingsmöglichkeiten zu schaffen, entstand 2001 die Idee, den Raum unter der Tribüne auszubauen. Die Einweihung dieser Trainingsstätte erfolgte in 2005. Heute wird diese Räumlichkeit nicht nur von unseren Leichtathleten, sondern auch von zahlreichen anderen Abteilungen des Vereins regelmäßig für das Training genutzt.

Durch eine konstante Nachwuchsarbeit gelang es der Abteilung im Laufe der Jahre zahlreiche Jugendliche auszubilden, die Erfolge bei Landesmeisterschaften und Deutschen Meisterschaften erzielten. Stellvertretend seien hier Nadiya Koyuncu und David Braun genannt.

Nach 16 Jahren trat Alois Gmeiner 2012 von seinem Amt als Abteilungsleiter zurück, um sich neuen Aufgaben zu widmen.

Eine dieser Aufgaben war das Training des Rennrollstuhlfahrers Alhassane Balde, der seit 2012 für die SSF Bonn startet und zahlreiche nationale und internationale Erfolge erzielte, darunter Platz 6 über 1500 m und Platz 8 über 5000 m bei den Paralympischen Spielen in Rio de Janeiro 2016 und Platz 2 über 5000 m bei den Para-Leichtathletik-Europameisterschaften 2018.

Dazu gesellte sich in 2016 Annika Zeyen, die ebenfalls zunächst erfolgreich im Rennrollstuhl unterwegs war und die in 2018 zum Handbiking gewechselt ist und in dieser Radsportart ebenfalls sehr erfolgreich von Alois Gmeiner betreut wird.

Maike Schramm

Aktuelle Abteilungsleitung der Leichtathletikabteilung

Abteilungsleiter: **Leonard Wöhleke**

Stellvertretender Abteilungsleiter: **Alex Grimm**

Sportwartin: **Tina Fellerhoff**

Kassenwart: **Dirk Wöhleke**

Bananenkistenstaffel bei den NRW Open am 11.06.1999



Erfolgreiche Nachwuchsarbeit beginnt mit den Kleinsten



Die 1. Mannschaft in 1999



Annika Zeyen und Alhassane Balde



Bei den Deutschen Schülermehrkampfmeisterschaften 2006



v.l. Alois Gmeiner, Nadiya Koyuncu und Matthias Werner



2006-2007 - Alois und seine Athleten

Mehr Leben im Sportpark

SSF ab Montag mit Leichtathletik-Angebot

Bonn. (mel) Wo kann man in Bonn Leichtathletik im Verein betreiben? Ab kommenden Montag auch bei den SSF Bonn. Mit der 15. Abteilung, die im Rahmen der Mitgliederversammlung am 10. Dezember eröffnet wird, steuert der einstige reine Schwimm-Klub weiter Richtung Mehrsportvereine.

Die neue Sportart in dem mit genau 4.760 Mitgliedern (Stichtag 14. Oktober) größten Bonner Verein soll ein alter Bekannter in der Bonner Leichtathletik-Szene in Schwung bringen: Alois Gmeiner, der vor allem im Nachwuchsbereich zunächst in den achtziger Jahren beim Post-SV Bonn und später beim LC Bonn große Erfolge zu verzeichnen hatte, ist nach einer Pause wieder „heiß“ auf die Tartanbahn. Frustriert war er vor einhalb Jahren beim LC Bonn von seinem Amt zurückgetreten. „Einigen meiner Schützlinge war der Erfolg zu Kopf gestiegen, nachdem 1993 mit sechs Landesmeistertiteln unser bestes Jahr gewesen war. Und seitens des Vereins fehlte die Unterstützung“, sagt Gmeiner zu seinen damaligen Beweggründen.

Dennoch war der erste Gedanke des Trainers und des neuen Geschäftsführenden SSF-Vorsitzenden Michael Scharf, eine Zusammenarbeit mit dem LC Bonn herbeizuführen. „Ich habe vor einhalb Jahren ein Gespräch mit dem LC-Vorsitzenden Martin Block gesucht, der die Frage bei einer Mitgliederversammlung klären wollte. Doch bis heute habe ich keine Antwort erhalten“, sagt Scharf. Also entschied man sich zum Alleingang mit Gmeiner, der unter anderem Thomas Kläcker zur Deutschen Jugendmeisterschaft über 400 m und zur Teilnahme an Welt- und Europameisterschaften führte und bei den SSF auch Abteilungsleiter werden soll.

Als erster leistungsstarker Aktiver will sich Jüngend-Mittelstreckler Ludwig Aigner den SSF anschließen, der früher bereits bei Gmeiner und zuletzt bei Thomas Eckmann in Troisdorf trainierte. Bei der B-Jugend belegte der 19-Jährige 1996 den zweiten Platz bei der Cross-DM und die gleiche Platzierung in der Bestenliste über 1.500 m. Zuversichtlich ist Gmeiner auch, daß seine früheren Schützlinge Manfred Bauche und Mohammed Isah aus Troisdorf nach Bonn zurückkehren werden. Nachwuchswerbung will er am Collegium Josephinum betreiben, mit dessen Schulumfange der Sportlehrer in den achtziger Jahren bereits den Bundeswettbewerb „Jugend trainiert für Olympia“ gewinnen konnte.

„Früher waren an den Trainingsnachmittagen des LC Bonn 60 bis 70 Aktive im Sport-



Auf Expansion setzt SSF-Geschäftsführer Michael Scharf. Foto: Ronald Prieße

park Nord, heute sind es gerade mal 10 bis 15. Die Leichtathletik in Bonn liegt niedriger“, sagt Gmeiner und will selbst für bessere Zeiten sorgen. Wenn die erhofften Zugänge kommen sollten, ist er auch zuversichtlich, einen weiteren namhaften Trainer präsentieren zu können. Matthias Werner, der zur Zeit noch beim ASV Köln hauptsächlich arbeitet und Hürdensprinter Claude Edorh in die deutsche Spitze führte, soll seine Bereitschaft bekundet haben. „Er hat Interesse und baut zur Zeit in Bonn“, weiß Gmeiner.

Zielgröße für die Leichtathletik-Abteilung im kommenden Jahr sind 50 bis 100 Mitglieder, so Scharf. Für ihn ist die Neuaufnahme ein weiterer Schritt auf dem Weg zu einem möglichst umfassenden Sportangebot, wie es der Freiburger Kreis, der Zusammenschluß der größten deutschen Vereine, propagiert. „Nur so können wir die starke Fluktuation in den Griff bekommen“, sagt der SSF-Chef. Aber ein anderer Motiv bewegt den Mann, der sich berufshalber jeden Tag im Sportpark Nord aufhält, nicht minder. „Es ist eine Schand- und daß der Sportpark Nord praktisch brach liegt. Und das, obwohl dort noch einmal eine Sportstättenutzungsgebühr entrichtet werden muß.“

17.10.1996 - Mehr Leben im Sportpark

Tolle Leistungen von Groß und Klein

Mehr als 400 Teilnehmer begeisterten die Zuschauer

Die NRW-Open waren für die SSF ein voller Erfolg. Zum ersten Mal waren die SSF mit in die Organisation eingebunden, und sie haben ihre Nageprobe mit Bravour bestanden.

Die Veranstaltung wurde von 500 Schülern und Schülern eröffnet. Mit einer Bonus-Kisten-Staffel über 50 x 50 Meter zeigten die Kinder, wie gut sie drauf waren und überboten die Zuschauer mit viel Spaß und Einsatz. Dieser Mannes-Wettbewerb hat Mark Schramm vorbereitet, und es bleibt nur die Erkenntnis, daß Mark die Sache super gemacht hat.

Die Stars wie Lars Riedel (Olympiasieger im Diskuswurf), Jess Schall (Welt-

1900 Zuschauer im Bonner Sportpark hatte der B-Jugendliche Tim Göbbel einen besonderen Leckerbissen. Der 17-Jährige Mann lief die 100 m in 10:38 sek. und die mit einem neuen Deutschen B-Jugend-Rekord. Als Zweiter dieses Laufes übertrug Ragnas Pinnock (LG Bonn/Troisdorf) in 10:70 sek. und wurde damit vom Bundesrainer Winfried Vosslein für die Junioren EM über 100 m, 200 m und die 4 x 100 m nominiert. Auch die SSFler Maximilian Bahn und Oliver Mintzfall stürzten sich den Zuschauern. Oliver Mintzfall kämpfte sich über 5000 m in 14:14 min. ins Ziel. Oliver hatte sich sicher ein besseres Ergebnis gewünscht, aber als Sportler ist auch er nur ein

Mensch und muß sich mit dem zweitbesten Lauf in seiner Sporterkarriere zufrieden geben. Maximilian Bahn freute sich ebenfalls über das Erreichen der DM-Norm der Männer und blieb mit 14:17 min. nur drei Sekunden über seiner persönlichen Bestleistung. Auch Werner Bergmann lief im 800 m Rennen in 1:55 min. im Rahmen seiner Möglichkeiten.

Das Fazit für die SSF lautet: Ein Leichtathletik-Meeting, das mit sehr viel Herzblut durchgeführt wurde und Geschmack auf mehr macht. Wenn im nächsten Jahr auch ein paar Zuschauer mehr im Stadion sind, würden sich alle Beteiligten sehr darüber freuen.

Thomas Eckmann



Staffelübergabe durch den Leiter des Sport- und Gülteneramtes, Heino Paternmann

Sport-Palette Juli 1999

11.06.1999 - NRW Open Bericht aus Vereinszeitung 363

Seite 10

Sport-Palette

Februar '97



Leichtathletik bei den Schwimm- und Sportfreunden

Eine neue Abteilung stellt sich vor

Am 10.12.1996 hat die Mitgliederversammlung der SSF Bonn einstimmig beschlossen, als 15. Abteilung die Sportart Leichtathletik in ihr Sportangebot aufzunehmen. Wie es dazu kam, hat unser Vorsitzender Michael Scharf bereits im General-Anzeiger und in der Bonner Rundschau erläutert. Deswegen will ich nur kurz auf die Gründe für meinen Wiedereinstieg als Trainer in der Leichtathletik eingehen. Nach meinem Ausstieg beim LC Bonn, für den ich seit Dezember 1988 als Trainer tätig war, sank die Zahl der aktiven Mitglieder in meinem früheren Verein in den letzten beiden Jahren drastisch. Dazu beeinflussten einige Übungsleiter ihre Tätigkeit aus ökonomischen Beweggründen wie die leistungsstärksten Athleten wechselten nach Troisdorf oder besaßen ihre Laufbahn. Der Wunsch vieler ehemaliger Aktiver und die Bereitschaft der Schwimm- und Sportfreunde, Leichtathletik in ihr Programm aufzunehmen, motivierten mich, wieder als Trainer tätig zu werden. Der Sportpark Nord soll in Zukunft die Heimat der SSF-Leichtathleten werden.

Als erstes möchte ich das Team vorstellen, dem bereits seit einiger Zeit Zusammenarbeit und versucht, die Abteilung Leichtathletik aufzubauen.

Seit dem 10.12.1996 amtiere ich als Abteilungsleiter, bis in einer ordentlichen Mitgliederversammlung ein Abteilungsleiter gewählt wird. Ich arbeite seit 1999 als Diplomassistent am Collegium Josephinum, wo ich mich von Beginn an intensiv um die Sportart Leichtathletik gekümmert habe. Ein großer Teil meiner Aktiven, die ich hauptsächlich als Trainer beim Post-SV Bonn betreue, waren Schüler am Josephinum. Ergebnis dieser guten Zusammenarbeit waren unter anderem die Zuverknüpfung eines Landesleistungspunktes im Bereich Sprint, eine Deutsche Meisterschaft und Europameisterschaftsteilnahme von Thomas Kläcker im Jahr 1990 und 1991. Das erfolgreichste Jahr war aus meiner Sicht aber das Jahr 1993 mit sechs Landesmeisterschaften aus meiner Trainingsgruppe in den Bereichen Sprint, Staffeln und Mehrkampf. Um diesen Bereich

reich möchte ich mich auch in unserer jungen Abteilung als Trainer kümmern. Direkt nach der Bekanntgabe der Pläne der SSF Bonn, eine Leichtathletikabteilung zu gründen, meldete sich der ehemalige Mittelstreckler und jetzige Mittelstreckentrainer der LAV Bad Godesberg, Gerd Schwilo, und bekundete Interesse an einer Zusammenarbeit mit den SSF. Gespräche mit Michael Scharf und mir verliefen sehr positiv und so ist Gerd Schwilo seit dem 10.12.96 als Trainer für den Bereich Mittel- und Langstrecke zuständig. Gerd Schwilo führt neben einigen anderen Athleten Henning Neuse in die deutsche Spitzenklasse. Einige seiner Athleten haben mit ihm den Verein gewechselt und starten ab 1.1.1997 für die SSF Bonn.



Gerd Schwilo, Trainer Laufbereich

Für den Bereich Wurf konnte ich Marion Brodaczek als Übungsleiterin gewinnen. Marion war bis 1996 selbst noch als Hammerwerferin aktiv und mit Weitem um 56 m mehrere Jahre in der deutschen Spitzenklasse ausgesiegt. Vor zwei Jahren konnte ich sie als Übungsleiterin für den LC Bonn verpflichten. Mit Inga Schuppenhauer und Tanja Hübner betreue ich inzwischen zwei Werferinnen, die Landesmeister 1996 geworden sind und in der aktuellen deutschen Bestenliste Platz 7 und 13 belegen. Beide Athletinnen starten ab 1.1.1997 ebenfalls für die SSF Bonn.

Weitere Ämter in der Abteilung bekleiden Mark Probst als Sportwart und Burkhard Volker als Kassawart.

Beide ehemaligen Leichtathleten studieren nach einer Banklehre Betriebswirtschaft an der Uni Köln.

Als alter Aktiver für die SSF Bonn startete am 11.1. Ludwig Aigner bei den LVN-Hallenmeisterschaften über 800 m. Ludwig war in 1995 zweifacher Deutscher Crossmeisterschaft, im Einzel und Deutscher Vizemeister bei der Mannschaft der LG Bonn-Troisdorf-Niederkerfel. Er gehörte auch zur 4 x 75 m-Staffel, die 1993 für den LC Bonn Landesmeister wurde. Nach zwei Jahren bei Thomas Eckmann in Troisdorf kam er wieder nach Bonn und wird seit Oktober 1996 wieder von mir betreut.

Neben der Werfergruppe und der Laufgruppe trainiert seit Oktober eine Gruppe von Schülern und Schülern im Alter von 10-13 Jahren in der Sporthalle des Collegium Josephinum. Diese Gruppe, die als Vereinstraining und Arbeitsgemeinschaft angeboten wird, gilt in nächster Zukunft das Hauptaugenmerk. Daneben planen wir die Einrichtung einer Trainingsgruppe für Kinder von 6-9 Jahren, für die wir am Josephinum auch eine Halle zur Verfügung haben. Für diese Gruppe suchen wir eine engagierte Übungsleiterin, die in unserem Team mitarbeiten möchte.

Die Laufgruppe um Gerd Schwilo möchte einen SSF-Lauffreier anbieten, der von erfahrenen Aktiven geleitet werden soll.

Eine Eröffnung mit einem Sportfest soll im Ende April im Sportpark Nord geben.

Trainingszeiten:
Montag: 17.00-18.30 Uhr
Collegium Josephinum
Mittwoch: 18.00-19.30 Uhr
Collegium Josephinum
Freitag: 17.00-18.30 Uhr
Collegium Josephinum
Ansprechpartner:
Alois Gmeiner, Tel. 0 22 08/52 43

Für die Unterstützung durch Michael Scharf und die herliche Aufnahme des 1000-Mitglieder-Vereins möchten wir uns ausdrücklich bedanken. Wir freuen uns auf eine gute Zusammenarbeit mit allen anderen Abteilungen.

Alois Gmeiner

Februar 1997 - Artikel aus Vereinszeitung 351 - Gründung der LA Abteilung

Leichtathletik



Alois Gmeiner geht nach 16 Jahren

Genau 16 Jahre nach dem ersten Training mit genau drei Athleten tritt ich nun als Abteilungsleiter und Trainer bei den SSF Bonn ab, um mich neuen Aufgaben zu widmen. Erst jetzt wurde mir klar, wie sehr intensive Nebenbeschäftigung das eigentlich war.

So war es für mich schon ungewohnt, im Oktober 1996 mit drei Athleten der neugegründeten Abteilung Leichtathletik in der Sporthalle des COJUBO zu stehen, lagen doch der Bundesleiter Jugend trainiert für Olympia* 1988, die DM über 400 m von Thomas Kläcker 1991, eine Junioren-EM- und Junioren-WM-Teilnahme, die Leitung eines Landesleistungspunktes über mehrere Jahre, viele Landesmeister-Titel mit Schule und Verein und noch mehr Titel bei Stadtmeisterschaften und Kreismeisterschaften hinter mir. Eine Portion Selbstzweifel war damals mit am Start. Denn ich wusste genau, wie weit der Weg zu einer weiteren DM sein würde. Das war aber mein Anspruch, der genau 10 Jahre später auch Wirklichkeit werden sollte - doch nun der Reihe nach.

Ein Jahr nach der Gründung der Abteilung war die Zahl der SSF-Leichtathleten so gewachsen, dass Holger Jans als Übungsleiter vor allem für die jüngeren Athleten eingestellt wurde, während ich mich den Leistungspunkten widmete. Die Anzahl der wöchentlichen Trainingseinheiten stieg genauso wie die Anzahl der Mitglieder der neuen Abteilung. Trainer Arvi Grigorov brachte fast alle seine Athleten mit nach Bonn, so auch den jungen Alexander Grimm, heute verantwortlich für die gesamte Sporttechnik der Abteilung. Nach Arvi Grigorov folgte Thomas Eckmann, der mit Maximilian Bahn und Oliver Mintzfall zwei der damals besten jugendlichen Langstreckler Deutschlands betreute. Die Trainingsbedingungen insbesondere auch im Winter konnten mit dem Ausbau des Raums unter der Tribüne zur Trainingshalle verbessert werden. Ein eigener Kraftraum, eine Laufbahn aus Kunststoff, eine Kugelstange und eine Weitsprunganlage ließen die Wettkampfleistungen unserer Aktiven deutlich steigen.

Als fast logische Folge konnten die SSF Bonn auch bei den Landesmeisterschaften erste Erfolge feiern etwa mit Jessica Müllner (Platz 1 AK W15 über 80 m Hürden) oder Amelie Werkhausen (3 x in Folge Platz 1 über 400 m Hürden, Platz 1 bei den Westdeutschen Meisterschaften, Platz 8 bei der DM in Ulm) und als jugendliche Platz 11 bei den Frauen in Nürnberg). Amelie gehörte außerdem zur sehr



v.l.n.r.: Alois Gmeiner, Nadya Koyuncu, Matthias Werner

erfolgreichen Staffeln über 4 x 100 m bei der DM und zur Staffel über 4 x 400 m, die mehrfach Landesmeister war und in Erfurt bei der DM startete.

In der Zwischenzeit kam Christoph Wahlert zum Hennef zu den SSF Bonn und kümmerte sich systematisch um die SchülerInnen C und D. Im Wurbereich unterstützten uns Matthias Werner, Vorn LC Bonn stellten mit Hilla und Dirk Wöhlecke zwei erfahrene Trainer zu uns. Im Langstreckenbereich bereitete uns Peter Udehofen auch mit seinen Tochter Tilla und Luna, die später sehr erfolgreich wurden. Mit Nadya Koyuncu (Sieglarer TV) und Maximilian Korn (SSG Königswinter) schlossen sich uns talentierte junge Athleten an. 2 Jahre später wurde Nadya in Hannover mit 15 Jahren Deutsche Meisterin im Blockwettkampf Wurf nach Aufstellung eines neuen Deutschen Rekords für die 1000-Meterstrecke in Wesel. Das Trainer-team wuchs um Maria Stanokovicova (Stabhochsprung) und fraute sich zwei Jahre später über den 3. und 4. Platz im Achtkampf bei der DM von Rafael Valley und Maximilian Korn. Nadya Koyuncu rückte in den C-Kader des DLV im Sieben-

kampf auf. Zu den größten Erfolgen gehören auch die Teilnahme von acht SSF-Aktiven an der DM in Berlin, Platz 8 von David Rosell (mJB) über 200 m und Platz 7 der Staffel über 4 x 100 m in 42:69 sek bei der DM in Ulm.

Nach mehr als 30 Jahren in der Leichtathletik als Abteilungsleiter und ehrenamtlicher Trainer verspüre ich nicht mehr die Motivation, die man braucht, um einen so aufwändigen Job gut zu machen. Daher habe ich mich entschlossen, mein Engagement bei den SSF Bonn zu beenden und mich neuen Aufgaben zu widmen. Dazu gehört seit Januar 2012 das Training von Remmoldstufener Athleten. Außerdem bin ich seit März 2010 Athletiktrainer bei den Bundesligafrauen von Bayer Leverkusen und betreute dort bereits meine dritte Erstliga-Saison.

Ausdrücklich bedanken möchte ich mich bei Michael Scharf, der mich zu den SSF geholt hat und mir jede Unterstützung zukommen ließ und bei Mark Schramm und den Mitarbeitern der Geschäftsstelle, die immer zur Stelle waren, wenn ich Hilfe brauchte. Meinem Nachfolger wünsche ich viel Glück.

Alois Gmeiner

Gratischuppen bei der Erwachsenenleichtathletik auf Spaßbasis, montags und donnerstags von 18.00-20.00 Uhr im Sportpark Nord unter der Leitung von Norbert Bau (ehemaliger 10-Kämpfer)

Sport-Palette Oktober 2012

Oktober 2010 - Artikel aus Vereinszeitung 427

AUS DER LISTE DER SPORTLICHEN ERFOLGE VON SSF LEICHT- ATHLETEN:

- 1999** SUSANNE RITTER – Deutsche Juniorenmeisterin im Crosslauf
- 2000** SUSANNE RITTER – Bronzemedaille mit der Mannschaft bei den Leichtathletik-Junioren-Europameisterschaften und Deutsche Juniorenmeisterin im Crosslauf
- 2004** DAVID BRAUN – Deutscher Jugendmeister im DKV Talentcross
- 2005** DAVID BRAUN – Deutscher Schülermeisterschafter im Crosslauf (M14)
- 2006** NADIYA KOYUNCU – Deutsche Meisterin im Blockwettkampf Wurf bei den Deutschen Schülermehrkampfmeisterschaften
- 2013** ALHASSANE BALDÉ – Internationaler Deutscher Meister im Rennrollstuhlsport über 800 m und 1500 m
- 2014** ALHASSANE BALDÉ – 2. Platz über 1500 m und 5000 m im Rennrollstuhlfahren bei den Para-Leichtathletik-Europameisterschaften
- 2016** ALHASSANE BALDÉ – 6. Platz über 1500 m und 8. Platz über 5000 m bei den Paralympischen Spielen in Rio de Janeiro, Deutscher Meister über 400 m und 800 m im Rennrollstuhlfahren bei den Internationalen Deutschen Leichtathletikmeisterschaften der Behinderten
- 2017** ANNIKA ZEYEN – Deutsche Meisterin über die Marathonstrecke im Rennrollstuhlfahren
ALHASSANE BALDÉ – Deutscher Meister über die Marathonstrecke im Rennrollstuhlfahren
- 2018** ALHASSANE BALDÉ – 2. Platz über 5000 m im Rennrollstuhlfahren bei den Para-Leichtathletik-Europameisterschaften
- 2019** ALHASSANE BALDÉ – Deutscher Meister über 100 m, 400 m, 800 m und 1500 m im Rennrollstuhlfahren und Vizemeister über 5000 m
- 2021** ALHASSANE BALDÉ – Teilnehmer bei den Paralympischen Spielen 2020 in Tokyo

JUDO

JUDOKA JANÓ RÜBO VON DEN SSF-BONN BELEGT BEI DER EM U21 EINEN HERVORRAGENDEN FÜNFTEN PLATZ

Ein grandioses Turnier kämpfte der erst 18jährige Jano Rübo von der Judoabteilung der SSF-Bonn bei den Europameisterschaften am 10.09.2021 in Luxemburg.

In der Gewichtsklasse –73kg stand er in seinem Auftaktkampf dem 68. der Weltrangliste Lovre Mrkovic aus Kroatien gegenüber. Nach einem ausgeglichenen Kampf in der offiziellen Kampfzeit ging es in den Golden Score. Nach 12 Sekunden wurde der Kroatie wegen einer verbotenen, weil verletzungsgefährlichen Technik disqualifiziert.

In der zweiten Runde traf Jano auf den starken Russen Azamat Kabisov, welcher in seinem Auftaktkampf den favorisierten, weltranglistenersten Joan-Benjamin Gaba aus Frankreich aus dem Rennen geworfen hatte. In diesem Kampf gelang Jano eine Wazzari Wertung, wodurch er seinerseits den Russen aus dem Rennen warf.

Im Viertelfinale traf er dann auf den Bronzemedallengewinner des letzten Jahres, den Slovenen Jus Mecilosek. Diesem wurde eine zweifelhafte Wazzari-

wertung gegeben, als Jano sich nach einer Fußtechnik des Slovenen auf den Bauch rettete. Somit musste Jano in die Trostrunde.

Den 17. der Weltrangliste Gergely Adorjani aus Ungarn besiegte Jano seinerseits mit einer Wazzari Wertung und stand dadurch im kleinen Finale. Dort traf er auf den Italiener Vincenzo Pelligra, welcher auf dem letzten Junioren Cup mit dem 3. Platz auf sich aufmerksam machte. Auch dieser Kampf ging in den Golden Score. Leider konnte sich Jano nach einem Angriff des Italieners nicht komplett auf den Bauch drehen und verlor so mit einer Wazzari Wertung.

Der 5. Platz dieser EM ist das beste Ergebnis in Janos Wettkampflaufbahn und das Beste Einzelergebnis der Judoabteilung der SSF-Bonn. Damit qualifizierte sich Jano für die WM vom 06.-10.10.2021 in Italien.

Yamina Bouchibane

JANO RÜBO GEWINNT EINE TEAM-BRONZEMEDAILLE BEI DEN JUNIOREN WELTMEISTERSCHAFTEN

Der SSF-Bonn Judoka Jano Rübo, unlängst Fünfter der Europameisterschaften U21, gewann mit der Juniorennationalmannschaft Bronze im Team Wettbewerb. Dies ist der bisher größte Erfolg, den der 18jährige Bonner seinem Heimatverein beschert.

Während Jano in seinem Einzelturnier von einem Migräneanfall geplagt wurde und in der ersten Runde ausschied, zeigte er im Mixed-Team Wettbewerb sein Können. In der ersten Runde besiegte die deutsche Mannschaft das Team aus Usbekistan souverän mit einem 4:0. Jano gewann hier seinen Kampf –73kg.

In der zweiten Runde besiegten sie Ungarn mit 4:2. Auch hier gewann Jano seine Begegnung.

Im Halbfinale verloren sie gegen Rußland mit 1:4 und sicherten sich im kleinen Finale gegen die Ukraine mit 4:3 die Bronzemedaille. Jano kämpfte beherzt und wehrte jede Attacke des Ukrainers ab. Nach Ablauf der Kampfzeit musste er in den Golden Score, in dem er nach 7 min die dritte Strafe bekam. Obwohl dieser

Punkt an die Gegner ging, zeigte Jano, dass er zur Junioren Weltspitze gehört. Nach 4 harten Kämpfen fehlte nach 11 Minuten Kampfzeit etwas Kraft.

Jano ist der erste, der der Judoabteilung einen Deutschen Meistertitel bescherte, der erste, der für die Judoabteilung der SSF-Bonn eine EM sowie eine WM Nominierung erhielt und der Erste, der eine WM Medaille mit nach Hause bringt.

Seit mehr als 11 Jahren ist er Mitglied der SSF-Bonn und studiert mittlerweile Psychologie in Köln. Dort trainiert er hauptsächlich im Olympiastützpunkt, wenn er nicht gerade auf Trainingsmaßnahmen in Kienbaum ist. Aber einmal pro Woche lässt er es sich nicht nehmen, in seinem Heimatverein zu trainieren und sich als Trainingspartner zur Verfügung zu stellen. Die Abteilung ist stolz und froh einen Athleten wie Jano zu haben, der als Vorbild für den Nachwuchs dient!

Yamina Bouchibane



Team-Bronze bei der Junioren WM für Jano Rübo

Foto: privat

SSF-JUDOKA LINO DELLO RUSSO IST DEUTSCHER MEISTER U18 - VEREINSKAMERAD MARC IVTCHENKO HOLT BRONZE

Gleich drei von fünf SSF Startern kämpften bei den Deutschen Meisterschaften der U18 in Leipzig um eine Medaille.

Einen regelrechten Durchmarsch legte Lino Dello Russo in der Gewichtsklasse –60 kg hin. Er gewann alle seine Kämpfe vorzeitig mit Ippon und hätte es einen Technikerpreis gegeben, so wäre er an ihn gegangen. In der ersten Runde besiegte er Felde aus Bayern, dann Torosjan aus Berlin. Im Poolfinale siegte er wieder vorzeitig gegen Tsamourlidis aus Sachsen und stand im Halbfinale gegen seinen Vereinskameraden Marc Ivtschenko. Dieser besiegte in der ersten Runde Gergert aus Niedersachsen, dann Ates aus Potsdam und im Poolfinale Guralskiy aus Hamburg.

Das Halbfinale konnte Lino gewinnen und zog ins Finale. Marc musste im kleinen Finale gegen Anton Frei aus Berlin antreten. Marc kämpfte von Anfang an beherzt und willensstark und ließ dem Deutschen Meister von 2019 keine Chance. Nach dem 9. Platz vom Vorjahr wäre eine Steigerung im nächsten Jahr noch möglich, da Marc 2022 noch in der U18 startberechtigt ist.

Für Lino ist es sein letztes Jahr in der U18. Im ersten Jahr belegte er Platz 5 und 2020 kam er unter die Top 10. Im Jahr 2021 lief es einfach grandios, so gewann er die Ruhr Games, wurde Westdeutscher Meister und startete auf der EM U18 in Riga. Zu seinem 17. Geburtstag machte er sich das größte Geschenk selbst. Im Finale traf er auf den deutschen Vizemeister des letzten Jahres, Dimitri Popp aus Württemberg. Nach nur ein paar Sekunden gab es einen Schock Moment, Popp warf Lino auf den Rücken und der Titel schien verloren. Doch da die Technik mit einer unerlaubten Griffhaltung ausgeführt wurde, gab es anstatt einer Wertung eine Bestrafung für den Württemberger. Wachgerüttelt ließ Lino nun nichts mehr anbrennen und in seiner routiniert konzentrierten Art, schaffte er sich die Position, die er zum Werfen brauchte und gewann auch seinen letzten Kampf mit Ippon.

Vereinskamerad Tom Hartmann ging –90 kg an den Start und gewann seinen ersten Kampf gegen Gleining aus Berlin souverän. In der zweiten Begegnung traf er auf Seitz aus Württemberg. Dieser erwischte ihn eiskalt. Nun musste er den langen Weg durch die Trostrunde. Dort wartete Weinhold aus Niedersachsen. Nach ein paar Sekunden war Tom eine Runde weiter und traf auf Miller aus NRW. Auch diesen besiegte er, wie schon auf der



Foto: Y. Bouchibane

v.l.: Lino Dello Russo, Marc Ivtschenko

Westdeutschen, vorzeitig. Gegen Tepelmann aus Mecklenburg-Vorpommern musste er 11 Minuten in den Golden Score, bis er eine Runde weiter war. Gegen Dukow aus Schleswig-Holstein hatte er auf den Ruhr Games noch das Nachsehen, aber dieses Mal änderte Tom seine Strategie und gewann mit einer Wazzari Wertung. Am Ende der Trostrunde wartete im kleinen Finale sein Gegner aus der zweiten Runde auf ihn. Doch an diesem Tage fand Tom kein Konzept gegen ihn und musste, wie schon im Jahr davor, mit der Holzmedaille nach Hause.

Für die Vereinskameraden Kieran Martins Trempeck, im letzten Jahr unter den Top 10 der Deutschen, und Nouri Günther, Bronzemedailengewinner im letzten Jahr, lief es dieses Mal nicht so rund. Beide schieden leider vorzeitig aus. Da sie aber, wie Marc, noch im nächsten Jahr in der U18 starten dürfen, haben sie noch eine weitere DEM U18, die sie kämpfen können.

Yamina Bouchibane

ERNEUTE MEDAILLE FÜR EINE JUDOKA DER SSF BONN BEI EINER DEUTSCHEN MEISTERSCHAFT



Malin Fischer (ganz rechts) bei der Siegerehrung

Foto: F.-M. Günther

Bei den Deutschen Meisterschaften der Altersklasse U21 in Frankfurt a.d. Oder erreichte Malin Fischer von den SSF Bonn in der Gewichtsklasse –63 kg die Bronzemedaille.

Vereinskamerad und frisch gebackener Deutscher Meister der Altersklasse U18 –60kg, Lino Dello Russo, kam bei seinem DM U21 Debut auf einen hervorragenden 7. Rang. Auch Vereinskameradin Soraya Günther kam nach 5 Kämpfen –52 kg, wie schon auf den Deutschen Einzelmeisterschaften der Frauen, auf Rang 9.

Yamina Bouchibane

KYUDO

SSF KYUDO-BOGENSCHÜTZEN BEI DEUTSCHEN MEISTERSCHAFTEN ERFOLGREICH

Berlin, am Wochenende 16.–17. Oktober, war für die Bonner Kyudoka eine Reise wert. Nach einem Jahr Pause konnten dort endlich wieder Deutsche Meisterschaften ausgetragen werden.

Gleich am ersten Tag der DM wurde es für Bonner Teilnehmer bei den Einzelmeisterschaften der Dan Grade spannend. Hier nahmen Christoph Bata (2. Dan) und Gisela Becker (4. Dan) teil. Nach 12 Pfeilen war Gisela gemeinsam mit 2 weiteren Teilnehmern auf Platz 3. Ein Stechen (1. Pfeil – Nähe zum Zentrum der Scheibe) musste entscheiden. Dieses Stechen konnte Gisela für sich entscheiden, so dass sie im Endklassement den 3. Platz belegte.

Noch besser lief es am nächsten Tag. Die NRW-Mannschaft, bestehend aus Darlene Maringer aus Düsseldorf, Christoph Bata und Gisela Becker aus Bonn und dem Ersatzschützen Peter Fey aus Düsseldorf belegte nach 4 Runden à 4 Pfeilen einen guten 2. Platz und wurde damit deutscher Vizemeister.

Trotz der durch Corona verursachten Trainingseinschränkungen war auch 2021 für die SSF Kyudoka ein erfolgreiches Wettkampfsjahr. Bereits im Sommer, bei den alle zwei Jahre stattfindenden Europameisterschaften, diesmal in Bourges/Frankreich, konnte sich Gisela mit dem Nationalteam Deutschland im Endspurt der Mannschafts-Meisterschaften den dritten Platz erkämpfen.

Und auch auf der Landesebene konnten Erfolge verzeichnet werden. Bei dem Nashiwari-Cup in Mönchengladbach, einer Vereins-Mannschaftsmeisterschaft, konnte das Team Gisela und Christoph den Erfolg von 2020 wiederholen und nach einem bis zum Schluss offenem Wettkampf den ersten Platz erreichen.

S. Zimmermann und G. Becker



Gewinner der Deutschen Einzelmeisterschaften v. l. nach r.: Holger Minx, Hamburg 2. Platz / Christian Böhme Berlin 1. Platz / Gisela Becker NRW/Bonn 3. Platz



Die deutschen Mannschafts-Vizemeister aus NRW (von l nach r): Vorne: Christoph Bata, Peter Fey / Hinten: Darlene Maringer, Gisela Becker und der Landestrainer: Johannes Maringer

SAISONVERLAUF UND AUSSICHTEN ERFOLGREICH

Großes Aufatmen einerseits, denn endlich konnten wir wieder zu Meisterschaftsspielen aufschlagen. Natürlich unter den bekannten Corona-Bedingungen. Aber immerhin, wir durften sogar wieder Doppel spielen. Andererseits war da eine große Unsicherheit. Wie würde es laufen? Einige Sportkameraden standen aus unterschiedlichsten Gründen nicht mehr zur Verfügung. Und in welcher Aufstellung werden unsere Gegner antreten?

Hier ein kurzer Überblick über den bisherigen Verlauf der Hinserie und die Erwartungen bis zum Saisonabschluss.

Unsere 1. Herrenmannschaft ist als großer Außenseiter in die Verbandsliga-Saison gestartet. Als Aufsteiger haben wir berufsbedingt mit Omiros Grogrias unsere Nummer 2 verloren. Da kann man nur hoffen, dass das Team über sich hinauswächst. Hinzu kam noch eine längere Erkrankung unseres Spitzenmannes Leon Biedermann. Kein Wunder also, dass es erstmal Niederlagen hagelte, wobei beim knappen 7:9 gegen TuRa Oberdrees 2 fast der erste Punkt herausgesprungen wäre. Erst im 7. Spiel gelang es mit 9:6 gegen TV Dellbrück 2 den Bock umzustoßen. Kaum war Leon wieder fit, verletzte sich Benny Ho. Die reinste Seuche! Trotzdem hofft das Team, in den restlichen Spielen noch ein paar Pünktchen zu ergattern, damit die Ausgangssituation zur Rückrunde nicht ganz so hoffnungslos ist. Denn dann wollen wir mit dem Rückkehrer und neuen Spitzenspieler Marc Stein noch mal voll angreifen. Vielleicht besteht ja doch noch ein Fünkchen Hoffnung auf den Klassenerhalt.

Die 2. Herren hat es am schwersten getroffen. Da die ersten vier Spieler nicht mehr zur Verfügung standen, haben wir die Mannschaft bereits eine Klasse tiefer in die Bezirksklasse gemeldet. Aber auch hier kommt man nicht so richtig vom Fleck. Nach zwei Unentschieden konnte mit 9:7 gegen die DJK Hürth 2 endlich der erste Sieg eingefahren werden. Hier hoffen wir, die Mannschaft in der Rückserie mit einem Spieler der 1. Herren verstärken zu können. Dann ist noch nicht aller Tage Abend.

Noch schlimmer sieht es aktuell bei der 3. Herren aus. Dieses Team spielt in der 1. Kreisklasse und ist nicht nur durch Abgänge gebeutelt, sondern muss nun auch noch wegen Verletzung bzw. Krankheit auf zwei Stammspieler

verzichten. Zum Glück wurden in den ersten Spielen bereits drei Siege eingefahren, aber nun wird es eng. Hier wissen wir noch nicht genau wie es bis zum Saisonende weitergeht.

Sehr erfreulich hat sich hingegen die 4. Herren in der 2. Kreisklasse geschlagen. Mit bisher vier Siegen – u.a. 8:2 gegen den damaligen Tabellenführer TV Rheinbach – steht die Mannschaft gesichert im Mittelfeld. Diese Position sollte sie in der Rückserie halten können.

Auch die 5. Herren macht uns in der 3. Kreisklasse viel Spaß. Mit 11:1 Punkten steht sie bei Redaktionsschluss sogar auf einem Aufstiegsplatz. Wir drücken kräftig die Daumen, dass man diese überraschende Position bis zum Saisonende verteidigen kann. Ebenfalls in der 3. Kreisklasse kommt die 6. Herren auf zwei Siege und hat sich etwas vom Tabellenkeller entfernt.

In der Hobbyklasse setzen wir in unseren Mannschaften alle Spieler ein, die doch ein bisschen mehr als nur Trainieren wollen. Dabei gibt die 7. Herren ein sehr gutes Bild ab und kann sich trotz der Verletzung des Spitzenspieler Christoph Regul (gute Besserung!) in der Spitzengruppe halten. Bei der 8. Herren geht es in erster Linie drum, dass jeder mal zum Zug kommt.

Sorgen bereiten uns aktuell unsere Jugendmannschaften. So schlimm wie noch nie sind wir von Umzügen gebeutelt. Allein vier Brüder-Paare haben wir dadurch verloren. Bei Vierer-Mannschaften heißt das also zwei komplette Mannschaften. In der Hinserie haben unsere Trainer versucht, die Löcher irgendwie zu stopfen und wir mussten keine Mannschaft zurückziehen. Dies wird sich zur Rückserie leider entscheidend ändern, da zusätzlich noch zwei Jungts aufhören.

Aktuell ist die 1. Jungen-18 in der Bezirksklasse mit zwei Siegen auf einem guten Weg den Klassenerhalt in der Bezirksklasse zu schaffen. Mit drei Siegen steht die 2. Jungen-18 in der Kreisliga sogar noch etwas besser da. Aus beiden Mannschaften wird zur Rückserie ein Team gebildet.

Die 1. Jungen-15 nimmt mit zwei Siegen ebenfalls Kurs auf den Klassenerhalt in der Bezirksliga. Die 2. Jungen-15 ist hingegen in der Kreisliga noch sieglos. Auch hier wird es in der Rückserie nur noch eine Mannschaft geben.

Etwas erfreulicher sieht die Situation bei unseren Kleinsten aus. Die 1. Jungen-13 steht bereits als Sieger ihrer Gruppe fest. Die 2. Jungen-13 wird einen guten Mittelfeldplatz belegen. Hier müssen wir mal abwarten, wie erfolgreich die Werbung bei den diesjährigen Mini-Meisterschaften war. Denn viele neue Talente könnten wir – wenn sie wollen – in diesen Mannschaften einsetzen.

Jörg Brinkmann



1. Herrenmannschaft (es fehlt Leon)

TISCHTENNIS

CAHIT CAY NEUER VEREINSMEISTER DER HOBBYSPIELER

Am 20.10. fanden die diesjährigen Vereinsmeisterschaften der Hobbyspieler statt. Hier sind ausschließlich Mitglieder startberechtigt, die in der 3. oder 4. Kreisklasse bzw. in gar keiner Mannschaft spielen. 15 Teilnehmer waren angetreten, um in drei Vorrunden-Gruppen um den Pokal zu kämpfen. Auch wenn sich die Favoriten durchsetzen, gab es hier doch die eine oder andere Überraschung.



Die Teilnehmer

In Gruppe A setzte sich erwartungsgemäß Thomas Himstedt als Gruppenerster durch. Allerdings musste er gegen Rainer Puder bei 0:2-Satzrückstand schwer kämpfen, um das Spiel noch zu drehen. Neben diesen beiden zog auch noch Ingo Teuchert in die nächste Runde ein.

Gruppe B gewann mit drei Siegen Cahit Cay. Hinter ihm gab es ein Hauen und Stecken. Drei Spieler waren mit 2:2 Spielen punktgleich. Das bessere Satzverhältnis entschied zugunsten Thomas Glagow und Ralf Walfort, aber gegen Plamen Ivanov.

Auch in Gruppe C ging es eng zu, denn Artur Wojtyczka, Abdel Elnatereny und Ilias Mitossidis hatten alle 3:1 Spiele. Damit zogen alle drei in die nächste Runde ein.

Hier gab es zunächst ein Vorspiel, dass Rainer 3:0 gegen Ralf gewann. Somit war das Viertelfinale komplett. Hier setzte sich Thomas H. 3:0 gegen Abdel durch. Cahit gewann 3:1 gegen Ilias und Ingo ebenfalls 3:1 gegen Rainer. Lediglich Artur hatte beim 11:1, 11:6, 9:11, 8:11, 11:1 gegen Thomas G. etwas mehr Mühe.

Im Halbfinale setzte sich Cahit Cay nach 0:2-Satzrückstand noch mit 7:11, 8:11, 11:7, 12:10, 11:6 gegen Thomas Himstedt durch. Im zweiten Halbfinale konnte sich überraschend Ingo Teuchert mit 11:9, 11:8, 8:11, 11:8 gegen Artur Wojtyczka durchsetzen.



Die Halbfinalisten

Das Finale war dann allerdings mit 11:2, 11:8, 11:8 eine sichere Beute für den Favoriten Cahit Cay.

Im Kampf um Platz 3 setzte sich Artur mit 11:9, 11:5, 12:14, 3:11, 11:3 gegen Thomas durch. Herzlichen Glückwunsch dem Sieger und den Platzierten.

Jörg Brinkmann



Vereinsmeister Cahit Cay

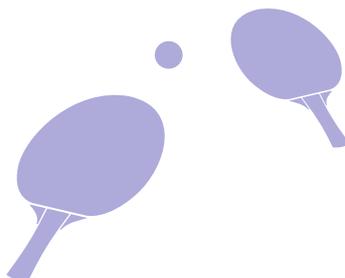
TISCHTENNIS

TISCHTENNIS FÜR JEDEN – AUCH IN CORONA-ZEITEN

Für alle, die Spaß beim Tischtennis haben wollen, egal ob Anfänger oder Wiedereinsteiger, bieten wir ab sofort donnerstags von 17.30–20.00 Uhr im Sportpark Nord einen Tischtenniskurs (freies Spielen) an.

Kursgebühr für Nichtmitglieder 20 € für 5 Trainingseinheiten, für Mitglieder kostenlos, Anmeldung erfolgt online über www.tt4f.de/ssf/, Rückfragen an **Jörg Brinkmann, Tel. 0178 - 6388234**.

Darüber hinaus haben Hobbyspieler die Möglichkeit, montags (18.30–20.00 Uhr, Sportpark Nord), mittwochs (19.00–20.00 Uhr, Turnhalle Jahnschule) oder sonntags (15.00–18.00, Turnhalle Jahnschule) am Training teilzunehmen.



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 in der Turnhalle Alte Jahnschule, Herseler Str. 3, 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. Anmeldung erfolgt online über www.tt4f.de/ssf/, Rückfragen an **Jörg Brinkmann, Tel. 0178-6388234**



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

Bonn - Zentrum Bertha-v.-Suttner-Pl. 8 Tel.: 0228 / 63 77 22	Bonn - Duisdorf Rochusstraße 230 Tel.: 0228 / 937 99 099	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

▶ täglich online Theorieunterricht

* Genaueres im Büro erfragen

... die Fahrschule, die Spaß macht!

Verkehrsinstitut und Fahrschule

Aus- und Weiterbildung LKW / BUS

auch mit Bildungsgutschein

Lkw und Bus-Führerschein



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



TROISDORF, Siebengebirgsallee 2 • Tel. 02241- 976 50 10
BONN, Rochusstr. 230 • Tel. 0228-937 99099 • cf-berufskraftfahrer.de



**Helfen
ist einfach.**



gut.sparkasse-koelnbonn.de

Unser soziales Engagement.

Soziales Engagement ist für uns selbstverständlich. Wir setzen uns dafür ein, dass die Bürger in der Region am wirtschaftlichen und gesellschaftlichen Leben teilhaben können. Ob Pavillon fürs Seniorenheim, Anschaffung von Kindersportrollstühlen für einen Verein, Förderung der AIDS-Stiftung oder eine „Überlebensstation“ für Obdachlose: Wir engagieren uns. Jährlich fördern wir rund 500 soziale Projekte in der Region.



Ich _____ (Vor- und Zuname) möchte gerne, dass die Vereinszeitung „Sportpalette“ gegen Zahlung eines **Kostenbeitrages von 3 € pro Ausgabe** 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 01.12.2021)

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: Kölnstraße 313 a | 53117 Bonn
Telefon: 0228-676868
Fax: 0228-673333
E-Mail: info@ssfbonn.de
Internet: www.ssfbonn.de

Vereinsinfotheke: Sportpark Nord, 1. Etage
Montag bis Freitag 10.00–18.00 Uhr
Aktuelle Öffnungszeiten während CORONA:
Mo-Fr von 10-13 Uhr und von 15-18 Uhr

Vorstand

Harald Göbel:	Vorsitzender / Spitzen- und Leistungssport / Sportstätten / Liegenschaften
Christoph Mertens:	Stellv. Vorsitzender / Öffentlichkeitsarbeit
Dr. Georg Wambach:	Finanzvorstand
Frank Herboth:	Breitensport
Max Hürter:	Sport
Ben Hartmann:	Jugend

Sport-Service-Bonn GmbH

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

Physiotherapie

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

Restaurant und Sportsbar „Pastacasa“

Adresse: Kölnstraße 250 | 53117 Bonn (Im Sportpark Nord)
Telefon: 0174 1010109
E-Mail: pastacasa@hotmail.de

Restaurant „Canal Grande“ (im vereinseigenen Bootshaus)

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

Schwimmhallen

Schwimmhalle im Sportpark Nord in Vereinsregie

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

Regeln: Badekappspflicht! Keine Badeshorts!

Kostenlose Badbenutzung für Vereinsmitglieder zu folgenden Zeiten:

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

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

An folgenden Tagen ist das Bad geschlossen: Neujahrstag, Rosenmontag, 1./2. Weihnachtstag | **Für die übrigen Feiertage bitte Aushang im Bad beachten!**
Bitte achten Sie auf die Sonderöffnungszeiten während der Corona Pandemie

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:	Kölnstraße 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
GGK Karlschule Bonn:	Dorotheenstraße 126, 53111 Bonn
KGS Donatusschule:	Donatusstraße 12, 53175 Bonn
Ludwig-Erhard-Berufskolleg:	Kölnstraße 235, 53117 Bonn
Robert-Wetzlar-Berufskolleg:	Dorotheenstraße 126, 53111 Bonn
Schulzentrum Tannenbusch:	Hirschberger Straße 3, 53119 Bonn
Seniorenheim Josefshöhe:	Am Josefium 1, 53117 Bonn
Sportpark Nord:	Kölnstraße 250, 53117 Bonn
SSF-Bootshaus:	Rheinaustraße 269, 53225 Bonn
Till-Eulenspiegel-Schule:	Renoisstraße 1 a, 53129 Bonn
Uni-Sporthalle:	Römerstraße 164, 53117 Bonn

Fitness-Studios

Sportpark Nord

Adresse: Kölnstraße 250 | 53117 Bonn
Telefon: 0228-6193755
Auskünfte: Anke Bauz
Öffnungszeiten: Mo–Fr: 08.00–21.30 Uhr
Sa: 08.00–17.00 Uhr
So: 09.00–15.00 Uhr

Bitte achten Sie auf die Sonderöffnungszeiten während der Corona Pandemie

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

Bitte achten Sie auf die Sonderöffnungszeiten während der Corona Pandemie

SSF-KURSE 1. QUARTAL 2022 (Stand 01.12.2021)

An diesen Kursangeboten können sowohl SSF-Mitglieder als auch Nicht-Mitglieder teilnehmen.

Die Anmeldung erfolgt verbindlich für alle Kurseinheiten des jeweiligen Kursangebots. Die Preise richten sich nach der Dauer und der Anzahl an Einheiten pro Kurs (entspricht 5/10€ pro 60min).

Wenn noch Plätze frei sind, ist ein Einstieg in bereits gestartete Kurse jederzeit möglich!

Bei Fragen oder Schwierigkeiten helfen wir Ihnen gerne weiter.

Aerobic			
Fatburner	Montag	18.15–19.30 Uhr	Sportpark Nord

Aroha & Kaha			
Aroha & Kaha	Montag	17.30–18.30 Uhr	Seniorenheim Josephshöhe
Aroha & Kaha	Freitag	18.30–19.30 Uhr	Bootshaus Beuel
Kaha	Freitag	18.00–19.15 Uhr	Sportpark Nord - NEU

Body Styling			
	Montag	19.45–21.15 Uhr	Sportpark Nord

Diabetiker Laufftreff 2022			
Februar-Dezember	Samstag	09.00 Uhr	Bootshaus Beuel
April-September	Samstag	09.00 Uhr	Bootshaus Beuel
	Mittwoch	19.00 Uhr	Bootshaus Beuel

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

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

Krafttraining für Senioren			
	Montag	10.30–11.30 Uhr	Fitness Graurheindorfer Str.

Pilates			
	Dienstag	09.30–10.45 Uhr	Sportpark Nord
	Mittwoch	10.00–11.15 Uhr	Seniorenheim Josephshöhe
	Mittwoch	17.00–18.15 Uhr	Ludwig Erhard Berufskolleg

ANGEBOTE IM WASSER

Aqua jogging			
	Dienstag	10.15–11.15 Uhr 11.15–12.15 Uhr	Sportpark Nord Sportpark Nord
	Mittwoch	10.30–11.15 Uhr 11.30–12.15 Uhr	Sportpark Nord Sportpark Nord
	Donnerstag	10.45–11.45 Uhr	Sportpark Nord

Aqua-Gymnastik mit Power			
	Dienstag	19.45–20.30 Uhr	Sportpark Nord, Lehrbecken
	Donnerstag	19.00–20.00 Uhr	Sportpark Nord, Lehrbecken

Aquapower			
	Dienstag	20.30–21.15 Uhr	Sportpark Nord, Lehrbecken
	Donnerstag	18.30–19.15 Uhr	Sportpark Nord
	Donnerstag	19.15–20.00 Uhr	Sportpark Nord

ANMELDUNGEN & INFORMATIONEN

ONLINE

www.ssfbonn.de/kursebuchen.html



GESCHÄFTSSTELLE

Telefon: 0228/676868
E-Mail: kurse@ssfbonn.de

Infotheke Sportpark Nord
1. Etage

aktuell Mo–Fr 10–13 Uhr
und 15–18 Uhr

Rücken

Rückenfit	Donnerstag	09.15–10.30 Uhr	Sportpark Nord
Rücken aktiv	Freitag	14.30–15.45 Uhr	Berufskolleg Heinrich Hertz

Return to Shape

	Mittwoch	10.30–11.30 Uhr	Bootshaus Beuel
	Donnerstag	10.30–11.30 Uhr	Fitness Graurheindorfer Str.

Babymassage

	Mittwoch	09.00–10.30 Uhr	Bootshaus Beuel
--	----------	-----------------	-----------------

Senioren-gymnastik

	Mittwoch	10.00–11.15 Uhr	Sportpark Nord
	Donnerstag	10.45–12.00 Uhr	Bootshaus Beuel

Yoga

Sanftes Yoga	Montag	09.00–10.00 Uhr	Sportpark Nord
Vinyasa Yoga	Montag	11.00–12.30 Uhr	Bootshaus Beuel
Yoga in Beuel	Dienstag	11.15–12.45 Uhr	Bootshaus Beuel
Yoga im Pfarrheim	Dienstag	18.30–19.30 Uhr	Pfarrheim Beuel
Yoga & Pranayama	Dienstag	20.00–21.30 Uhr	Sportpark Nord
Yoga im Sportpark	Mittwoch	08.30–09.45 Uhr	Sportpark Nord
Anfänger	Mittwoch	16.00–17.00 Uhr	Bootshaus Beuel
Fortgeschrittene	Mittwoch	17.15–18.45 Uhr	Bootshaus Beuel
Für Männer	Donnerstag	09.00–10.30 Uhr	Bootshaus Beuel

Zumba

	Montag	18.00–19.00 Uhr	Karlschule
--	--------	-----------------	------------

OUTDOOR-ANGEBOTE

Outdoor Functional Fitness

Fortgeschrittene	Freitag	17.15–18.15 Uhr	Sportpark Nord Stadion
Starter	Freitag	18.30–19.30 Uhr	Sportpark Nord Stadion

Outdoor Urban Fitness

	Donnerstag	18.00–19.00 Uhr	Bootshaus Beuel
--	------------	-----------------	-----------------

KURSE IN PLANUNG

Interessenten melden sich bitte unter kurse@ssfbonn.de:

- Laufkurs für Anfänger & Wiedereinsteiger
- Spielplatz-Sport für junge Familien
- Walking Kurs
- Workshops und Crashkurse im Functional Fitness Graurheindorfer Straße geplant, z.B. Langhantel oder TRX

ANGEBOTE FÜR KINDER

(Stand 01.12.2021)

An diesen Kursangeboten können sowohl SSF-Mitglieder als auch Nicht-Mitglieder teilnehmen.

Die KiA startet entlang der Schulhalbjahre jeweils im Februar und September, die Anmeldung erfolgt verbindlich für ein KiA-Halbjahr.

SSF-Mitglieder zahlen 75 €, Nicht-Mitglieder 200 € pro Halbjahr. Im Zuge einer Neumitgliedschaft erlassen wir Ihnen die Aufnahmegebühr.

Wenn noch Plätze frei sind, ist ein Einstieg in bereits gestartete Kurse jederzeit möglich!

Bei Fragen oder Schwierigkeiten helfen wir Ihnen gerne weiter.

ANMELDUNGEN & INFORMATIONEN

ONLINE

<https://ssfbonn.de/kia-kurse-buchen.html>



GESCHÄFTSSTELLE

Telefon: 0228/676868
E-Mail: kia@ssfbonn.de

Infotheke Sportpark Nord
1. Etage

aktuell Mo–Fr 10–13 Uhr
und 15–18 Uhr

KiA Mini (Eltern-Kind-Turnen): 1-2 Jahre

Montag	15.00–16.00 Uhr	Ludwig Erhard Berufskolleg
Dienstag	09.00–10.00 Uhr	Bootshaus Beuel
Dienstag	10.00–11.00 Uhr	Bootshaus Beuel
Donnerstag	16.00–17.00 Uhr	Bootshaus Beuel
Donnerstag	17.00–18.00 Uhr	Bootshaus Beuel
Donnerstag	17.00–18.00 Uhr	Sportpark Nord
Freitag	15.00–16.00 Uhr	Karlschule (unter Vorbehalt)
Freitag	16.00–17.00 Uhr	Karlschule

KiA Mini (Eltern-Kind-Turnen): 3-4 Jahre

Montag	16.00–17.00 Uhr	Ludwig Erhard Berufskolleg
Dienstag	16.00–17.00 Uhr	Karlschule
Mittwoch	16.00–17.00 Uhr	Karlschule (unter Vorbehalt)
Donnerstag	16.00–17.00 Uhr	Karlschule
Freitag	17.00–18.00 Uhr	Karlschule

KiA Frechdachse: 5-6 Jahre

Montag	16.00–17.00 Uhr	Ludwig Erhard Berufskolleg
Montag	17.00–18.00 Uhr	Ludwig Erhard Berufskolleg
Donnerstag	17.00–18.00 Uhr	Karlschule

KiA Füchse: 7-8 Jahre

Montag	16.00–17.00 Uhr	Karlschule
--------	-----------------	------------

KiA Tiger: 9-10 Jahre

Montag	17.00–18.00 Uhr	Karlschule
--------	-----------------	------------

KiA Kletterkurse ab 6 Jahre, Kletterhalle Uni Bonn (pausiert)

Bei Interesse bitte melden unter kia@ssfbonn.de

KiA Schwimmkurse, Sportpark Nord (in Planung, Infos folgen)

Voraussetzung: vgl. Bronze-Abzeichen, keine Schwimm-Lernkurse!

Ferienfreizeiten 2022

1. Osterferienwoche	Montag–Donnerstag	09.00–17.00 Uhr
---------------------	-------------------	-----------------

Sommer- und Herbstcamps in den letzten Wochen der NRW Ferien geplant, Infos folgen.



Leider findet aufgrund der anhaltenden Corona Pandemie unser Kurssystem nur im eingeschränkten Betrieb statt. Informationen, Änderungen und die aktuellsten Verordnungen finden Sie auf unserer Vereinshomepage.

KURSANGEBOTE AUS UNSEREN ABTEILUNGEN (Stand: 01.09.2021)

Badminton: Kurse bis Februar

Erwachsene	Montag	20.00–21.30 Uhr	Sportpark Nord
Kids bis 14 J.	Dienstag	18.30–20.00 Uhr	Sportpark Nord
Jugendliche ab 14 J.	Mittwoch	18.30–20.00 Uhr	Sportpark Nord

Termine für Kurse ab Februar 2022 folgen.

Einrad

Anfänger ab 5 J.	Montag	17.00–18.00 Uhr	Michaelschule
------------------	--------	-----------------	---------------

Capoeira

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

Kung Fu

Kinder, Anfänger	Montag	16.30–17.15 Uhr	Bootshaus Beuel
Kinder, Fortgeschr.	Montag	17.15–18.10 Uhr	Bootshaus Beuel
Anfänger. (Jgdl. u. Erw.)	Montag	18.15–19.20 Uhr	Bootshaus Beuel
Fortgeschr. (Jgdl. u. Erw.)	Montag	19.20–20.30 Uhr	Bootshaus Beuel
Sondertraining, Organisatorisches	Montag	20.30–22.00 Uhr	Bootshaus Beuel

Kursgebühr richtet sich nach der Länge des Kurses, Infos bei Sabine Haller-Schretzmann: kung-fu@ssfbonn.de.

Schwimmkurse für Erwachsene | Sportpark Nord

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

Schwimm- und Wassergewöhnungskurse für Kinder | Sportpark Nord

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

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

Skigymnastik für Erwachsene Einstieg jederzeit möglich

Montag	19.00–20.15 Uhr	Heinrich-Hertz-Europakolleg
Mittwoch	18.30–19.30 Uhr	Sportpark Nord
Mittwoch	19.30–20.45 Uhr	Sportpark Nord

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

Sportabzeichen Abnahme Deutsches Sportabzeichen (aktuell Saisonpause)

Mai-Oktober	Dienstag	18.00–19.30 Uhr	Stadion Sportpark Nord
-------------	----------	-----------------	------------------------

kostenfrei, ohne Anmeldung
Infos bei Frank Herboth: sportabzeichen@ssfbonn.de

Tai Chi

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

Tanzen

Bei Interesse an Workshops (z.B. Rock'n'Roll, Gesellschaftstanz, West Coast Swing uvm.) bitte melden unter sportwart@tanzen.ssfbonn.de.

ANMELDUNGEN & INFORMATIONEN

ONLINE

www.ssfbonn.de/kursebuchen.html



GESCHÄFTSSTELLE

Telefon: 0228/676868
E-Mail: info@ssfbonn.de

Infotheke Sportpark Nord
1. Etage

aktuell Mo–Fr 10–13 Uhr
und 15–18 Uhr

ABTEILUNGSINFOS

Für Vereinsmitglieder. Probetraining möglich. (Stand 01.12.2021)

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

Einrad	
Angebot:	Trainingsgruppe für Anfänger und Fortgeschrittene Kinder
Trainingsstätte	Stadion Sportpark Nord, Karlschule
Auskünfte	Anne-Marie Nierkamp, a.nierkamp@ssfbonn.de
Abteilungsbeitrag	60 Euro /Jahr (Einrad)

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

Functional Fitness	
Angebot:	Trainingsgruppen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene
Trainingsstätte	Graurheindorfer Str. 35-39, 53111 Bonn
Auskünfte	SSF Bonn, Geschäftsstelle, 0228-676868
Zusatzbeiträge	35€/Monat (Option A) 45€ / Monat (Option B Functional Fitness)

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 , abtitr@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:	Fitnessstudios ab 01.01.2022 einheitlich 120€ 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/Leistungsport- 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

ABTEILUNGSINFOS

Für Vereinsmitglieder. Probetraining möglich. (Stand 01.12.2021)

Ski	
Angebot:	Ganzjährige Skigymnastik, Skilauf aktiv, Skiwandern, Skiferien für jedermann, Schlittschuhlaufen, Wanderungen
Trainingsstätte	Sportpark Nord, Heinrich-Herz Berufskolleg
Auskünfte	Jürgen-Ludwig Block, 0172 863 5311 Peter Bruderreck, 0228-3361730; ssf-ski-info@online.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

WEITERE KONTAKTE

ONLINE

[www.ssfbonn.de/
kontakt-kurse.html](http://www.ssfbonn.de/kontakt-kurse.html)



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

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

Triathlon	
Angebot:	Vielseitigkeitssport: Schwimmen, Laufen, Radfahren
Trainingsstätte	Sportpark Nord
Auskünfte	Ingo Lochmann, abteilungsleiter@ssf-bonn-triathlon.de
Abteilungsbeitrag:	65 € 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



Friedrichstr.45/ Ecke Wenzelgasse 0228-98393-0

www.intersport-sportpartner.de

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

Ihr SSF Mitgliedsvorteil bei Vorlage des Vereinsausweises:

10% auf alle nicht reduzierten Artikel

Jetzt noch größer!

Top Beratung

& riesige Auswahl

auf 2000 qm

Aus Liebe zum Sport

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
- **BONNINSKI | Personal-MARKETING,**
Yvonne Grünenwald
yg@bonninski.de
www.bonninski.de
- **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, Gesund-heitsförderung**
Beratung und Coaching, www.letz-go.de
- **Möbel-Manufaktur Seelscheid**
Weesbacher Strasse 9 | 53819 Neunkirchen Seelscheid
- **Novo GmbH,**
Lieselingsweg 102–104 | 53119 Bonn
- **Original Bootcamp, Michael Adelman**
(Headcoach Bonn) michael@original-bootcamp.com
- **Parfümerie Vollmar GmbH,**
Sternstr. 64 | 53111 Bonn
- **Praxis für Osteopathie & Physiotherapie,
Christian Wolski und Carsten Meyer,**
Irmintrudisstr. 19 | 53111 Bonn
- **Radladen Hoenig,**
Hermannstr. 30 | 53225 Bonn
- **Sanitätshaus Hohn,**
Kölustr. 54 | 53111 Bonn
- **Saunapark Siebengebirge,**
Dollendorfer Str. 106–110 | 53639 Königswinter
- **Schlafsysteme Sleeping Art,**
Potsdamer Platz 2, 53119 Bonn
- **Schmidt-Rudersdorf Fliesen,**
Christian-Lassen-Str. 6, | Gewerbegebiet Bonn-Buschdorf
- **Schwerelos – Well Kitchen**
Pützchens Chaussee 56 | 53227 Bonn
- **Ski & Fun GmbH,**
Wiedstr. 7 | 53859 Niederkassel
- **Sportler Apotheken**
Kosmos Apotheke, Rochusstr. 180 | 52123 Bonn;
Einhorn Apotheke, Poststr. 34 | 53111 Bonn;
Adler Apotheke, Kaiserstr. 126 | 53721 Siegburg
- **Sport Olzem,**
Im Mühlenfeld 1/Am Burgweiher | 53123 Bonn
- **Stil & Image,**
Emilie-Heyermann-Weg 9 | 53121 Bonn
- **Unternehmens- und Personalberatung,**
Stefan Rausch,
Kaiserstr. 34 | 53113 Bonn
- **Wonneberger Sauna-Centrum & Physiotherapie,**
Adolfstr. 42–44 | 53111 Bonn
- **Yves Rocher,**
Sternstr. 10 | 53111 Bonn



SWB

Energie und Wasser

Starke Partner. Bonn/Rhein-Sieg.

Mein Ja zum Klimaschutz!

Werden Sie heute noch Teil der Energiewende!

Jetzt
Vorteile
sichern!

stadtwerke-bonn.de

Gemeinsam
CO₂ reduzieren

