

BONN



SSF

Sport- Palette

Vereinsnachrichten der Schwimm- und Sportfreunde Bonn 1905 e.V. Ausgabe 399 / Oktober 2006



Ehrengast beim diesjährigen SSF Festival:
der FDP Parteivorsitzende Guido Westerwelle





Alles im grünen Bereich mit der RVK

Beate Schukalla aus Meckenheim ist Diplom-Sportlehrerin und Sporttherapeutin bei den Schwimm- und Sportfreunden Bonn. Auf dem Fahrrad-Ergometer trainiert sie regelmäßig ihre Ausdauer. Auch ihre beiden Töchter haben ordentlich Ausdauer entwickelt – sie bleiben schon ganz schön lange in der Disko oder auf Partys. Doch Beate Schukalla macht sich keine Sorgen: denn ihre Töchter fahren mit dem RVK-Nachtbus Meckenheim – Rheinbach nach Hause – das ist sicher! **RVK – Wir bewegen die Region.**

www.rvk.de | RVK-Hotline: 0180 4 13 13 13
(0,24 €/Anruf)



RVK
Regionalverkehr Köln GmbH



Schwimm- und Sportfreunde Bonn

Geschäftsstelle:

Kölnstraße 313 a, 53117 Bonn
 Telefon 0228/676868
 Fax: 0228/673333
 Internet: www.ssf-bonn.de
 e-mail-Anschrift: info@ssf-bonn.de

Öffnungszeiten:
 Montag, Mittwoch, Freitag 13.00 – 17.00 Uhr
 Dienstag 9.00 – 18.00 Uhr
 Donnerstag 9.00 – 20.00 Uhr

Telefon Schwimmbad: 0228/67 28 90
 Telefon Krafraum Sportpark Nord: 0228/619 37 55
 Telefon Krafraum Beuel: 0228/422 92 72

Bankverbindungen:

Sparkasse Bonn
 Kto.-Nr. 72 03, BLZ 370 501 98
 Postbank Köln
 Kto.-Nr. 93254501, BLZ 370 100 50

Präsidium:

Michael Kranz (Vizepräsident), Bärbel Dieckmann,
 Günter Mielke, Walter Nonnen-Büscher, Heinz-Helmich
 van Schewick, Dr. Theo Varnholt, Rudolf Wickel

Vorstand

Vorsitzender:
Michael Scharf
 Stellvertr. Vorsitzender und Technischer Leiter:
Dietmar Kalsen
 Stellvertr. Vorsitzende, Öffentlichkeits- u. Lehrarbeit:
Maike Schramm
 Finanzreferent:
Manfred Pirschel
 Vereinsverwaltung:
Peter Hardt
 Koordination der Abteilungen:
Eckhard Hanke
 Vereinsentwicklung:
Lutz Thieme
 Ehrenpräsident:
Dr. Hans Riegel
 Vereinseigenes Bootshaus mit Restaurant:
 „Canal Grande“,
 Rheinaustr. 269, 53225 Bonn (Beuel),
 Tel. 0228/467298

Inhalt

	Seite
Inhalt, Impressum	3
Aktuelles, Editorial	4–5
Vereinsnachrichten	6–8
Jugend	9

Aus den Abteilungen:

Schwimmen	10–13
Wasserball	14–15
Tauchen	16–17
Tischtennis.....	18–19
Kanu	20
Karate	20
Kyudo.....	21
Leichtathletik.....	23
Badminton	24
Triathlon	24–25
Moderner Fünfkampf	26–27
SSF-Info.....	28
Kursangebote	29
Abteilungsangebote	30
Offener Bewegungstreff	31

Impressum

Sport-Palette, Vereinsnachrichten der Schwimm- und Sportfreunde Bonn 1905 e.V.

Herausgeber: Schwimm- und Sportfreunde Bonn 1905 e.V.

Redaktion:

Geschäftsstelle der Schwimm- und Sportfreunde Bonn 1905 e.V.,
 Susanne Laux

Redaktionsanschrift:

SSF Bonn 1905 e.V., „Sport-Palette“, Kölnstr. 313 a, 53117 Bonn
 e-mail: palette@ssf-bonn.de

Artikel, die mit Namen gekennzeichnet sind, geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Die Abteilungsseiten liegen in der Verantwortung der Abteilungen.

Erscheinungsweise: 5 mal jährlich
 (Februar/April/Juli/Oktober/Dezember)

Herstellung: Schwimm- und Sportfreunde Bonn 1905 e.V.

Satz/Layout: Schwimm- und Sportfreunde Bonn 1905 e.V.,
 Beatrix Koller-Alan

Druck:

Druckerei Raabe, Martinsallee 2, 53359 Rheinbach

Papier: chlorfrei gebleicht



Wir gratulieren unseren Mitgliedern zum runden Geburtstag ab 50

Oktober

Bärbel Etti
 Käthe Ziertmann
 Franz-Josef Schmitz
 Hannelore Koenig
 Johann Schenkelberg
 Stefan Boeker
 Charlotte Schoelgens
 Manfred Dilba
 Joachim Vorlaender
 Wolf Steinweg
 Ute Frankenne
 Gabriele Schwindt
 Angelika Krieger
 Gertrud Maringer
 Gertrud Marke
 Leni Henze
 Ilstta Schulte
 Hans Georg Trapp
 Reinhild Udally
 Helmut Rau
 Magdalene Gildemeister
 Gisela Froebisch
 Erika Dilba
 Ursula Skali
 Armin Lang
 Dieter Lochner
 Reinhold Braun



Peter Werres
 Rainer Czoske
 Brigitte Apel-Emsbach
 Robert Dubbelmann
 Thomas Grimm
 Peter Grupp
 Ingrid Harder
 Dirk Finkbeiner
 Helmut Lennarz
 Jürgen Pitzke
 Karin Stanko
 Willi Weirauch
 Dieter Kaninski
 Roland Schuerhoff
 Egon Breuer
 Richard Neuhausen
 Monika Loedorf
 Elfriede Abel
 Heide Kerfin-Hampel
 Martin Lindner
 Helmut Burkhardt
 Christian Forst
 Anne Krupp-
 Gerochristodoulou
 Celso Alvarez
 Alfons Jaehrling
 Christel Wrobel

November

Gabriele Biermann
 Rüdiger Blank
 Käthe Gansen
 Hans-Josef Gratzfeld
 Marie-Luise Bruehl
 Willi Kreier
 Dieter Hermanns

Zwischen Melancholie und Moderne Sommerreise 2007 der SSF führt nach Ungarn

Kultur, Architektur, Landschaft, Geschichte – mehr denn je ist Ungarn, dieses vielseitige und schöne Land zwischen Melancholie und Moderne, eine Reise wert. Das haben sich auch die Reiseplaner der SSF Bonn gedacht, die bei der für 2007 angesetzten Sommerreise die unterschiedlichsten Regionen der Magyarenrepublik ansteuern werden. Bei der 7-tägigen Rundreise geht es vom „ungarischen Meer“ durch die Weiten der Puszta bis zu den Ausläufern der Karpaten, wird die Aufbruchstimmung spürbar werden, die Ungarn zu Beginn der 90er Jahre erfasst hat und noch immer weite Teile der Gesellschaft prägt. Eine anders gelagerte, aber ganz besondere Atmosphäre strahlen Győr, die „Stadt der Flüsse“, und Pecs, die „Hauptstadt der Museen“, aus und einen der Höhepunkte der Reise stellt natürlich Budapest dar, eine Stadt, die sich im Spannungsfeld zwischen Tradition und moderner Metropole bewegt.

Als Termin der Reise wurde der 15.07. bis 21.07.2007 festgelegt und bislang haben sich bereits 22 Teilnehmer gemeldet. Idealerweise aber sollte die Gruppe 30 Personen umfassen – je größer die Reisegruppe, desto günstiger der Reisepreis! (Derzeit würde die Reise 971 Euro pro Person kosten, ab 30 Teilnehmern aber nur 871 Euro p.P.).

Weitere Informationen erteilt Beate Schukalla unter Telefon 0228/61 93 755 (vormittags) oder e-Mail Beate.Schukalla@ssf-bonn.de

*** SSF-Termine ***

02. - 06.10.2006	Herbstwoche für Jugendliche im Sportpark Nord
09. - 13.10.2006	Trampolinwoche im Sportpark Nord
Sa. 18.11.2006	Traditionsabend
Do. 07.12.2006	Nikolausfeier im Sportpark Nord
Do. 14.12.2006	Gesamtvorstandssitzung

Redaktionsschluss für die nächste Palette ist der 1. November 2006

Beitragsrabatt

Bezieher von Arbeitslosengeld, Studenten, Schüler und Auszubildende zahlen 80% des Grundbeitrages, sofern sie spätestens bis zum 31. Januar des Beitragsjahres einen entsprechenden Nachweis bei der Geschäftsstelle einreichen. Eine Rückzahlung von Beiträgen bzw. Beitragsnachlässen nach diesem Termin ist für das laufende Beitragsjahr nicht mehr möglich.

85 und kein bißchen müde

Fit wie eh und je und immer noch aktiv beim Erwerb von Sportabzeichen – unser langjähriges Vereinsmitglied Käthe Ziertmann ist der personifizierte Beweis dafür, dass Sport gerade auch im Alter zur Lebensqualität beiträgt – nie würde man vermuten, dass Käthe Ziertmann am 3. Oktober bereits ihren 85. Geburtstag gefeiert hat. Der Vereinsvorstand gratuliert ganz herzlich und wünscht weiterhin gute Gesundheit!
 Michael Scharf



Der erste Schritt
zum finanziellen Erfolg:
Ihr Weg zu uns.

Sparkasse
KölnBonn

Nur dabei sein, das ist nicht immer alles. Ob Walking, Jogging oder Marathonlauf: Jeder hat den Ehrgeiz, ein persönlich zufrieden stellendes Ergebnis zu erreichen. Im sportlichen Wettbewerb, aber auch beim Geld. Bei Ihren finanziellen Schritten sorgen wir für einen guten Lauf und viel Erfolg. Machen Sie sich gleich auf den Weg: zu uns! **Sparkasse. Gut für Köln und Bonn.**

Wir bauen für die Zukunft



Liebe Schwimm- und Sportfreunde,

ich hoffe Sie hatten einen aktiven und schönen Sommer. Nach dem SSF-Festival am 2. September begrüße ich vor allem die vielen neuen Vereinsmitglieder und wünsche Ihnen eine schöne Zeit im Verein.

Wir konnten diesen Sommer eines der wichtigen Vereinsprojekte der vergangenen Jahre abschließen. Nach fast 8-jähriger Planungszeit wurde am 27. August der neue Fitnessraum im neu- und umgebauten SSF-Bootshaus in Bonn-Beuel eröffnet. Damit haben wir unseren zweiten Standort neben dem Sportpark Nord entscheidend verbessert und ein klares Bekenntnis für Beuel abgelegt. Für die Baumaßnahme musste der Club einen hohen Kredit aufnehmen und zusätzlich große Eigenleistungen erbringen. So schön wie der Bau jetzt aber ist, hat sich dieses Risiko gelohnt.

Mein Dank gilt zum einen den Bonner Baufirmen, die unter Führung unseres Architekten Jan van Dorp sehr sauber gearbeitet haben, zum anderen unseren Vereinsmitarbeitern und Helfern, die unter Führung von Inga Eimann und Peter Kurtenbach tatkräftig dafür gesorgt haben, dass die Gesamtkosten nicht aus dem Ruder gelaufen sind. Leider haben der Landessportbund NRW und Stadt mögliche Zuschüsse bisher zurückgestellt, womit die Belastung für die SSF derzeit um so höher ist. Wir hoffen also, dass unser neues Sportzentrum in Beuel rasch von unseren Mitgliedern angenommen wird. Schauen Sie doch einfach in Beuel vorbei, Standortleiterin Inga Eimann und ihr Team erläutern Ihnen das sportliche Angebot gerne.

Da auch die Umbaumaßnahme unter der Tribüne im Sportpark Nord bald beendet sein wird, haben wir zwei der wichtigsten Maßnahmen, die uns über mehrere Jahre beschäftigt haben, 2006 abgeschlossen.

Bleibt die Frage, wie es mit der langfristigen Sicherung des Schwimmbads aussieht. Wir hatten uns ja bereits im letzten Jahr bereit erklärt, eine zukünftige Regelung zum Schwimmbad im Sportpark Nord durch die Zahlung von 50.000 Euro zu unterstützen. Da sich die Stadtverwaltung auch 2006 noch nicht klar dazu geäußert hat, wie eine langfristige Lösung für das Schwimmbad im Sportpark Nord aussehen soll, andererseits aber der politische Auftrag bestand, dass sich der Club

an der städtischen Haushaltskonsolidierung auch über 2006 hinaus beteiligt, haben wir der Stadt Bonn für 2007 erneut einen Beitrag von 50.000 Euro angeboten. Mit insgesamt 100.000 Euro in den Jahren 2006 und 2007 haben wir der Stadt einen deutlichen Beitrag zur Haushaltskonsolidierung angeboten und waren zudem der einzige Verein, der dies überhaupt getan hat. Die zwischen Stadt und Verein gefundene, 35 Jahre gültige Aufteilung der finanziellen Lasten im Sportpark Nord ist damit auf eine neue Grundlage gestellt worden – dank Ihrer Unterstützung über einen nunmehr zum zweiten Mal angehobenen Vereinsbeitrag. Jetzt sind wir gespannt, wie die Verantwortlichen in Rat und Verwaltung mit diesem neuerlichen Entgegenkommen der SSF umgehen – wir hoffen, dies wird nicht nur in Sonntagsreden gewürdigt werden, denn angesichts der Baumaßnahmen im Bootshaus und unter der Tribüne weist der Vereinshaushalt derzeit keinerlei Spielraum mehr auf. Der im September von der Delegiertenversammlung für zwei Jahre gewählte Vereinsvorstand wird Sie über die weitere Entwicklung in dieser zentralen Frage auf dem Laufenden halten.

Zu guter Letzt freuen wir uns über den ersten Deutschen Meistertitel, den unsere Leichtathleten gewonnen haben: Zehn Jahre nach Gründung der Abteilung hat Nadiya Koyuncu in Hannover den Titel im Mehrkampf mit neuem Deutschen Rekord gewonnen. Unser Glückwunsch gilt Alois Gmeiner, Matthias Werner und all denen, die in der Leichtathletik dafür sorgen, dass Kinder und Jugendliche in der olympischen Kernsportart ausgebildet werden. Bei allen Diskussionen über Baumaßnahmen und Sparmaßnahmen sollten wir nicht vergessen, dass mehr als 2.500 Kinder und Jugendliche ihr sportliches Zuhause bei den SSF Bonn haben. Nicht immer können wir dabei für jedes Kind ein passendes Angebot schaffen und doch ist es eine sehr beeindruckende Zahl. Diese Investition in die Jugend ist unser größter Beitrag in die Zukunft.

Ihr

Michael Schanz



SSF-Festival, wie immer mit vielen Attraktionen und Besuchern



Das diesjährige SSF Festival am 02. September war wieder ein voller Erfolg.

Wir begrüßen unsere neuen Mitglieder und danken allen Helfern und unseren Sponsoren

Regionalverkehr Köln GmbH, Köln

Stadwerke Bonn GmbH, Bonn

Autohaus Ford Schiffmann, Bonn

Radeberger Gruppe KG, Kölner Verbund Brauereien

AOK, Bonn

Spedition Wirtz, Bornheim

Peter Bürfent GmbH & Co. KG

Sport- und Bäderamt der Stadt Bonn, Bonn

Coca Cola Bonn

General-Anzeiger, Bonn

Piratenland KG, Bonn





SSF-Sportler testen neues Fitness-Studio



Zusätzliche Infos finden sich im Internet unter www.ssf-bonn.de oder können bei Inga Eimann erfragt werden (Tel.: 4229272 oder mail: inga.eimann@ssf-bonn.de).

Ein Besuch lohnt sich allemal, die Öffnungszeiten des neuen Studios sind wie folgt:

Montag	09.00 – 21.00 Uhr
Dienstag	14.00 – 21.00 Uhr
Mittwoch	09.00 – 14.00 Uhr
Donnerstag	14.00 – 21.00 Uhr
Freitag	09.00 – 21.00 Uhr
Sonntag	09.00 – 14.00 Uhr

Samstags bleibt das Fitness-Studio geschlossen.

Eine der größten Baumaßnahmen der Schwimm- und Sportfreunde Bonn hat im August ihren offiziellen Abschluss gefunden: Unsere Spitzeniathleten gehörten zu den Ersten, die die Trainingsgeräte im neuen Fitness-Studio in der Rheinaustr. 269 einem Praxistest unterzogen. Nach dem Umbau des Bootshauses, in den die SSF mehr

als 500.000 Euro investierten, bieten die neuen Räume auf etwa 140 Quadratmetern die wichtigsten Geräte für ein präventives Training: Bauchtrainer, Rückenstrecker, Rumpfdrehmaschine und diverse Beinmaschinen sowie als besonderes Highlight den Tri-Stretch von Dr. Wolff und den M-Extender.



RENAULT
CRÉATEUR D'AUTOMOBILES



Leicht & Sicher-Finanzierung:
ab 69,- € pro Monat*

**Finanzierungskonditionen über die Renault Bank



**Klimaanlage
und CD-Radio
inklusive!**



Abbildungen zeigen Sonderausstattung.

**Renault Clio 3-Türer Authentique 1.2 16V 48 kW (65 PS)
mit Fairwaypaket**

Leicht & Sicher-Finanzierung**

Anzahlung	2.000,- €
*Monatliche Rate	69,- €
Laufzeit	36 Monate
Gesamtleistung	30.000 km
Schlussrate	6.925,- €
Effektiver Jahreszins	2,99 %

Renault Scenic Authentique 1.6 16V 82 kW (112 PS)

Leicht & Sicher-Finanzierung**

Anzahlung	4.000,- €
*Monatliche Rate	89,- €
Laufzeit	36 Monate
Gesamtleistung	30.000 km
Schlussrate	10.360,- €
Effektiver Jahreszins	2,99 %

Autohaus Knüfker

Lievelingsweg 2-4 · 53119 Bonn · Tel.: 02 28/5 59 37-0 · Fax: 02 28/5 59 37-25

Gesamtverbrauch l/100 km: kombiniert von 0,0 bis 0,0, CO₂-Emissionen kombiniert von 000 bis 000 g/km (Messverfahren gem. RL 80/1268/EWG).



Mit Schweiß und Kopfarbeit

SSF Bonn bildeten 16 neue Übungsleiter aus

Seit Juni gibt es im Raum Bonn 16 stolze Übungsleiter mehr, die Verantwortung für eine Sportgruppe übernehmen. An vier Wochenenden traf sich eine Gruppe von Männern und Frauen in der Ursulinenschule in Hersel (Dank übrigens an den Rektor, der uns die Räumlichkeiten kostenfrei zur Verfügung stellte, was heutzutage doch eher selten vorkommt!), um die Voraussetzungen dafür zu erwerben, eine Gruppe im Verein oder in der Offenen Ganztagschule (OGS) zu leiten.

Erstaunlicherweise waren es nach Aussage von Beate Schukalla, der Lehrgangsverantwortlichen, dieses Mal mehr Frauen als Männer. Auch die Altersspanne reichte weit: Vom 16-jährigen Schüler über die Friseurmeisterin und Mutter von 35 bis zum IT-Vertriebsverantwortlichen über 40. Auch die Sportarten, in denen die Teilnehmer „zu Hause“ sind, waren ein Spiegelbild der Vielfalt: Nordic Walking, Schwimmen, Kanu, Fechten, Klettern, Fußball, Jazz-Dance, Leichtathletik, Kindertunten, Tai Bo und Yoga. Aber: So heterogen diese Gruppe auf dem Papier erscheint, so homogen war der Zusammenhalt und die Zusammenarbeit. Symbol für die sehr gute Stimmung war das tägliche Buffet, das vom zweiten Tag an ohne Anforderung eines Referenten oder Teilnehmers aufgetischt

wurde. Von Salaten aller Art, Kuchen, frischem Obst und Gemüse bis zum selbstgemachten Eis und Brot wurde alles aufgefahren und manchmal fühlte man sich wie im Kochkurs für Fortgeschrittene.

Man könnte den Eindruck gewinnen, dass vor allem gefeiert und gegessen wurde, aber dazwischen stand viel Theorie und ein breiter Praxisanteil. Fragen der Aufsichtspflicht, der Aufbau von Vereinen, Anatomie, Herz-Kreislauf-System, Bedeutung der Koordination und Ernährung mögen sich nicht nach den spannendsten Inhalten anhören, mit denen man sein Wochenende gestalten will. Dennoch gab es rege Diskussionen zu vielen Themen und die Referenten gingen bei der Vermittlung der Themen engagiert zur Sache. Fragen wie der Umgang mit Problemkindern nahmen denn auch mehr Zeit in Anspruch als ursprünglich veranschlagt. (Herzlichen Dank hier an Inge Ropertz für eine außergewöhnlich packende Theorieeinheit.)

Die Praxisstunden brachten Überraschungen in der Auswahl der Sportarten und in deren Vermittlung. Fast alle Teilnehmer wurden sich bewusst, wie viel im Sportunterricht oder im Verein nicht beigebracht wurde, z.B. scheint das Lauf-ABC im Breitensport und der Schule in Vergessenheit geraten zu sein. Praktisch ha-

ben wir uns (mit mehr oder weniger Erfolg) an Judo, Theraband, Schwimmen, Zirkeltraining, dem Lauf-ABC, Basketball, Kindertunten, Volleyball, Aerobic, Wirbelsäulengymnastik, Badminton, Aquafit und Pilates versucht.

Spass jedenfalls hat es allen gemacht und es bleiben eine Menge Geschichten, die auch später noch erzählt werden. Danke an alle Referenten: Anke, Beate, Beatrix, Inge, Raja, Ramy, Simone, Thomas und Udo. Schliesslich endete der Kurs mit den Lehrproben, die einigen Teilnehmern zuvor schlaflose Nächte bereiteten. Der Anspruch von allen war es, eine professionelle und unterhaltende Übungseinheit abzulegen. (Leider konnten zwei Teilnehmer die Prüfungen nicht mitmachen, werden dies aber beim nächsten Lehrgang nachholen.) Die Aufregung aber hat sich gelohnt: Alle Teilnehmer bestanden mit Bravour und waren stolz wie Oskar auf ein Stück Papier, das mit Schweiß und Kopfarbeit erkämpft wurde. Glückwunsch an alle Mitstreiterinnen und Mitstreiter! Unser Vorsatz ist, weiter in Kontakt zu bleiben und unsere Erfahrungen auszutauschen, die wir in unseren „eigenen“ (!!!) Gruppen machen! Michaela Cajsa

Unihockey – der neue Trendsport bei den SSF Bonn

Wer schon immer gern Eishockey gespielt hätte, aber nicht Schlittschuh laufen kann, der hat bei den SSF Bonn jetzt Gelegenheit, eine neue Trendsportart kennenzulernen, bei der man gar kein „Kufenkünstler“ sein muss: Unihockey.

Unihockey ist eine Mischung aus Feld- und Eishockey – daher Uni = Universal-Hockey – und wird in Turnschuhen in der Halle mit Kunststoff-Stock und Kunststoff-Ball gespielt. Die Regeln ähneln dem Eishockey, nur gibt es weniger Körperkontakt (und deshalb auch weniger Blessuren), aber trotzdem Achtung: Wer einmal mit diesem Sport angefangen hat, den lässt er so schnell nicht wieder los! Das Spiel ist für Jungen und Mädchen geeignet, mitzubringen sind lediglich Sportsachen und feste Turnschuhe.

Die ersten Kurse sind bereits angelaufen; Kinder und Jugendliche, die an Unihockey interessiert sind, können sich jederzeit bei der SSF-Geschäftsstelle oder Übungsleiter Jan Patocka melden (e-mail: jan@jamasi.de; Telefon: 0179/949685).

Umwelt- & Altlastenuntersuchungen
 Baugrund- & Gründungsbeurteilungen
 Rückbau- & Entsorgungskonzepte
 Baukoordination n. BGR 128
 Fachbauleitung n. TRGS 519 (Asbest)
 Beratung & Kostenoptimierung
 geotechnische Labor- & Feldprüfungen
 Überwachung & Entsorgungsmanagement

GBU



Geologie-, Bau- & Umweltconsult

Beratende Geologen und Geotechniker BDG/DGGT Rumi, Knüpper & Kania

NL Köln-Bonn: In der Asbach 22 53347 Alfter
 T: 0228 - 2805799 F: 0228 - 2805806
www.gbu-consult.de



Fest gebucht: Ferien auf Schloss Dankern

Osterferien ohne einen Besuch auf Schloss Dankern – für viele Teilnehmer der SSF-Ferienfreizeit ist das kaum denkbar. Auch für nächstes Jahr plant der Verein deshalb ein Ferienlager, an dem Kinder im Alter von 8 bis 12 Jahren teilnehmen können. Fest gebucht ist die Woche vom 30.03. bis zum 06.04. und wer seine Osterferien frühzeitig planen möchte, kann seine Anmeldung bereits jetzt abgeben.

Die Kosten belaufen sich auf 200 Euro für SSF-Mitglieder (230 Euro für Nichtmitglieder), dafür aber bekommen die Kinder auch viel geboten: Be-



wegung und Spiele an frischer Luft, Besuch im Spaßbad, Ponyreiten, Abenteuerspielplatz, Minigolf, Hochseilgarten und Lagerfeuerromantik – all das begleitet von einem engagierten Betreuersteam unter der Leitung von Thomas Mittermüller und Anke Vietmeyer.

Die Hin- und Rückfahrt nach Norddeutschland erfolgt per Reisebus und da die Teilnehmerzahl begrenzt ist, gilt die Reihenfolge der Anmeldung. Die Eltern der teilnehmenden Kinder erhalten eine Anmeldebestätigung. Innerhalb von 14 Tagen nach Erhalt der Anmeldebestätigung wird eine Anzahlung in Höhe von 120 Euro fällig, die Zahlung des Restbetrages muss bis zum 01.02.07 erfolgen (Teilnehmer mit „Bonn-Ausweis“ können eine Ermäßigung beantragen). Anmeldungen von SSF-Mitgliedern können ab sofort bei der SSF-Geschäftsstelle (Kölnstr. 313 a) abgegeben werden. Anmeldungen von Nichtmitgliedern werden – sofern noch Plätze frei sind – ab dem 01.11.06 berücksichtigt.

Jugendwartin auf Bundesebene

Über eine mangelnde Vertretung im Deutschen Verband für Modernen Fünfkampf können sich die Schwimm- und Sportfreunde Bonn nicht beklagen – neben SSF-Geschäftsführerin Maika Schramm und Joachim Krupp, die als Referentin für Breitensport bzw. als Jugend-Sportwart im elfköpfigen Präsidium tätig sind, gehört seit



dem 16. Juni auch Anke Vietmeyer zur Verbandsspitze. Anke Vietmeyer, die den Nachwuchs im Modernen Fünfkampf bereits im NRW-Verband vertritt, wurde beim Jugendtag des Deutschen Verbandes für Modernen Fünfkampf zur Jugendwartin auf Bundesebene gewählt.

Herzlichen Glückwunsch!



RENAULT
Service



BOXENSTOP BEI RENAULT.

**Gutschein:
Formel Eins Fanartikel!**

Bei Vorlage erhalten Sie
10 % Ermäßigung
auf alle Renault F1-Fanartikel!*

*Einmalig einzulösen bei:

Autohaus Knüfker

Lieselingsweg 2-4 · 53119 Bonn · Tel.: 02 28 / 55 93 70

Protokoll der Jugendvollversammlung am Donnerstag, 22.06.06, in der kleinen Fechthalle im Sportpark Nord

Beginn: 16.00 Uhr

Top 1: Begrüßung und Eröffnung der Versammlung, Feststellung der Beschlussfähigkeit

Die Jugendvollversammlung ist beschlussfähig, da die Einladung in der April-Ausgabe der Sportpalette veröffentlicht wurde. Jugendwartin Astrid Schramm begrüßt den stellvertretenden Vorsitzenden Dietmar Kalsen als Vertreter des Vorstandes.

Top 2: Feststellung der Tagesordnung

Die vorliegende Tagesordnung wird einstimmig genehmigt. Es liegen keine Anträge vor.

Top 3: Bericht des Jugendausschusses

Ferienfreizeit in Dankern im April 2006: 60 Kinder und 13 Betreuer, sehr gutes Wetter, Kinder hatten sehr viel Spaß

Noch geplante Aktivitäten für 2006: Ferienfreizeit in Oberwerries für 9- bis 13-Jährige vom 28.07. bis 06.08.2006, Fahrradtour Rügen/Plön für 13- bis 17-Jährige vom 16.07. bis 28.07.06, Mitarbeit bei der Feier von Maikes Geburtstag (15.08.06), Herbstfreizeit im Sportpark Nord (02.-06.10.06) und Trampolin-kurs (09.-13.10.06), Stand beim SSF-Festival (02.09.06), Nikolausfeier im Sportpark Nord am Donnerstag (07.12.06)

Donnerstag, 22.06.06, in der kleinen

Top 4: Aussprache zu Top 3

Es gibt keine Nachfragen von den Anwesenden.

Top 5: Entlastung des Jugendausschusses

Der Jugendausschuss wird einstimmig entlastet.

Top 6: Wahl des Jugendwartes

Astrid Schramm wird einstimmig zur Jugendwartin gewählt. Thomas Mittermüller wird einstimmig zum stellv. Jugendwart gewählt.

Top 7: Wahl des Jugendausschusses

Johannes Kalsen, Mario Mittermüller, Inga Eimann, Nisrine Doubli, Hanne Draeger, Stephan Burrack und Anke Vietmeyer werden einstimmig in den Jugendausschuss gewählt.

Top 8: Anträge

Es liegen keine Anträge vor.

Top 9: Verschiedenes

Keine Wortmeldungen

Ende der Sitzung: 16.45 Uhr

Astrid Schramm (Jugendwartin)

Anke Vietmeyer (Protokollführerin)

Siege, Überraschungen und Geburtstagsgeschenke in Berlin

8 Medaillen für SSF-Schwimmer

15 Einzel- und 3 Staffelstarter vertraten den Verein bei den Deutschen Meisterschaften

Auch in diesem Jahr waren die Deutschen Meisterschaften in Berlin für die Schwimmer und Schwimmerinnen der SSF Bonn der Höhepunkt der Saison. Dabei stiegen 1.436 Aktive aus 276 Vereinen mehr als 4.440 mal auf die Startblöcke; die SSF-Bonn waren mit 15 Einzel- und zusätzlich drei Staffelstartern vertreten.

Erfolgreichste Starterin war einmal mehr Nina Schiffer (Jg. 91), die allein drei Gold- und eine Bronzemedaille in der Jahrgangswertung gewinnen konnte. Über 200m Schmetterling startete sie gleich am ersten Wettkampftag, gewann nach 2:17,83 min Gold und qualifizierte sich für das Finale der Jahrgänge 90/91, die um einen Startplatz bei den Jugend-Europa-Meisterschaften kämpften. Im Finale schwamm Nina eine neue persönliche Bestzeit (2:16,44 min) und durfte als Erstplatzierte bei der JEM auf Mallorca an den Start gehen (Qualifikation mit Platz 1 oder 2 in Normzeit). Über 400m Lagen holte sich Nina nach 5:02,57 min eine weitere Goldmedaille. Um sich für weitere Starts zu schonen verzichtete sie hier auf das Finale. Ihre dritte Goldmedaille gewann Nina über 200m Lagen. Nach 2:22,58 min schlug sie an und qualifizierte sich auch hier für das JEM-Finale. Hier belegte sie nach 2:23,51 min den vierten Rang. Eine tolle Leistung zeigte sie über 100m Schmetterling: Im Vorlauf und im Finale lag Nina auf Rang drei, im Finale schwamm sie dabei eine neue deutliche Bestzeit (1:02,85 min). Weitere Starts absolvierte Nina über 200m Rücken und 200m Freistil und belegte hier die Plätze 7 und 16.

Für Überraschungen sorgte Corinna Richter (Jg. 87), die in dieser Saison lange Zeit verletzt war. Erst Anfang 2006



Kompakte Leistung: Die Schwimmerinnen und Schwimmer der SSF holten sich bei den Deutschen Meisterschaften 8 Medaillen

stieg sie langsam wieder in den Trainingsbetrieb ein und konnte recht bald ihre guten Leistungen abfragen. Bei den Deutschen Meisterschaften startete sie über 50m-, 100m- und 200m Schmetterling sowie 200m- und 400m Lagen. Dabei gewann sie über 200m Schmetterling (2:24,12 min) sowie in neuer Bestzeit von 1:04,35 min auch über 100m Schmetterling die Silbermedaille. Eine weitere Bestzeit erzielte sie über 50m Schmetterling (0:29,74 min).

Denise Möller (Jg. 91) machte sich selbst das schönste Geburtstagsgeschenk. Am ersten Wettkampftag, ihrem 15. Geburtstag, ging sie über 200m Schmetterling an den Start, schlug nach 2:22,53 min als Zweite an und sicherte

sich die Silbermedaille. Damit können sich die SSF Bonn über einen Doppelsieg auf dieser Strecke freuen. Auch Denise qualifizierte sich für das JEM-Finale und belegte hier nach 2:23,06 min Platz 6. Weitere Bestzeiten schwamm Denise über 100m Schmetterling (1:06,45 min, Platz 9) und 400m Lagen (5:14,67 min, Platz 8).

Raffaella Mendel (Jg. 88) startete über 50m-, 100m- und 200m Rücken sowie 200m Lagen. Im Vorlauf über 50m Rücken gewann Raffaella nach 0:30,72 min die Bronzemedaille und qualifizierte sich für das Finale der Jahrgänge 87/88/89. Im Endlauf schwamm sie mit 0:30,51 min einen neuen persönlichen Rekord und gewann Silber. Über 200m

Rücken schwamm Raffaella im Vorlauf 2:21,06 min und lag damit auf Rang vier. Im Jahrganggruppenfinale benötigte sie jedoch 2:22,40 min, was dann für den siebten Rang reichte. Über 100m Rücken lag Raffaella nach 1:06,78 min auf Platz 7 und verpasste das Finale knapp.

Den ersten Start der Veranstaltung bestritt Ingmar Winterhoff (Jg. 89) über 50m Rücken. In deutlicher Bestzeit von 0:28,84 min belegte er den 11. Platz. Eine weitere Bestzeit zeigte er über 400m Lagen (4:48,50 min), was ihm Platz 15 brachte. Sein Vereinskamerad Joseph Kleindl (Jg. 89) war über die 400m Lagen um vier Hundertstel schneller, was auch bei ihm eine neue Bestzeit und

Platz 14 bedeutete. Eine tolle Leistung zeigte er über 200m Schmetterling. Hier steigerte er seine Bestmarke um zwei Sekunden und lag am Ende mit 2:10,30 min auf Rang 10. Ebenfalls über 200m Schmetterling startete Stephan Schlolaut (Jg. 88). Nach 2:13,08 min konnte Stephan seinen Vorjahresplatz (8) verteidigen.

Eine tolle Bestzeit über 1500m Freistil gelang Sven Richter (Jg. 90). Nachdem er mit seiner Leistung am ersten Wettkampftag (400m Freistil) selbst unzufrieden war, kämpfte er über 1500m Freistil und platzierte sich nach 17:02,40 min auf einem tollen 7. Platz.

Ihren ersten Start bei einer Deutschen Meisterschaft absolvierte Kathrin Rosenbaum



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 28/20 11 65
eMail:
ronald.kirchner@axa.de

(Jg. 93). Sie ging über 50m Freistil ins Wasser und konnte ihre alte Bestmarke um mehr als eine halbe Sekunde toppen. Letztlich lag sie mit 0:28,96 min auf einem hervorragenden achten Platz. Ebenfalls zum ersten Mal dabei war Larissa Herboth (Jg. 92). Sie konnte ihre Bestzeit über 100m Schmetterling bestätigen (1:09,75 min) und fand sich im Protokoll auf Rang 13.

Maurice Müller (Jg. 88) hatte mit fünf Starts ein umfangreiches Programm. Er zeigte seine besten Leistungen über 200m Schmetterling und 400m Lagen. 2:14,27 min bedeuteten über 200m Schmetterling Rang 9, für 400m Lagen benötigte Maurice 4:51,21 min und sicherte sich Rang 12. Vier Starts absolvierte Max Widera (Jg. 91). Er ging über 200m und 400m Lagen, 200m Rücken und 400m Freistil ins Wasser. In neuer persönlicher Bestzeit schwamm er 400m Freistil (4:22,41 min) und belegte den 13. Platz. Ebenfalls auf Rang 13 lag er über 400m Lagen, für die er 5:06,93 min benötigte. Wie auch im vergangenen Jahr startete Pascal Florczyk (Jg. 90) über 50m Brust. Aus persönlichen Gründen konnte er leider seine Bestleistung nicht abfragen und belegte nach 0:32,51 min Platz 24.

Vereinsneuling Stefan Geisen (Jg. 83) startete in der offenen Klasse. Nach mehrmonatiger Trainingspause konnte er schon gute Leistungen abfragen und lag nach 2:07,56 min auf seiner Paradenstrecke 200m Schmetterling auf Rang 24. Für die 200m Freistil benötigte Stefan 1:55,62 min, was Platz 31 bedeutete.

Tolle Leistungen zeigte Cornelia Bauer (Jg. 94), die den Jugendmehrkampf bestritt. Hierbei musste sie vier Schwimmstrecken (400m Freistil, 200m Lagen, 100m Freistil, 100m Rücken) und vier Technikübungen absolvieren. Besonders bei den Technikübungen hob sie sich hervor. Aber auch beim Schwimmen gelangen ihr Bestzeiten und in der Gesamtwertung

fand sich Cornelia auf einem sehr guten zwölften Platz.

In diesem Jahr wurden auch wieder Staffeln gemeldet. Über 4 x 200m Freistil männlich, 4 x 100m Freistil weiblich und 4 x 100m Lagen weiblich wurden die Pflichtzeiten geschafft. Die beste Platzierung erreichte die Staffel über 4 x 100m Lagen mit Rafaela Mendel, Corinna Richter, Nina Schiffer und Teresa Sender. Sie schwammen mit 4:25,42 min deutlich schneller als noch bei den NRW-Meisterschaften und belegten einen tollen sechsten Platz. Die

gleiche Besetzung startete auch über 4 x 100m Freistil. Nach 4:04,97 min lagen die Damen auf dem 15. Platz. Über 4 x 200m Freistil stiegen Stefan Geisen, Martin Gmeiner, Stephan Schlolaut und Max Fingas auf die Blöcke. Auch diese Staffel schwamm deutlich schneller als bei den NRW-Meisterschaften und sicherte sich nach 8:04,39 min Rang 11.

Die Einzelergebnisse finden sich im Internet unter www.ssf-bonn.de/o_spart/swim.htm

Birgit Möller



RENAULT
Service



BOXENSTOP BEI RENAULT.

**Der Licht-Check:
Für eine gute Sicht!**

Für alle Fabrikate!

*Einmalig einzulösen bei:

GUTSCHEIN
über einen
kostenlosen Lichttest!*

Autohaus Knüfker

Lievelingsweg 2-4 · 53119 Bonn · Tel.: 02 28 / 55 93 70

Neuwahlen in der Schwimmabteilung

Bei der Mitgliederversammlung der Schwimmabteilung der SSF wurde Stefan Wirtz zum neuen Abteilungsleiter gewählt. Er tritt die Nachfolge von Klaus Rommerskirchen an, der die Abteilung mehr als 6 Jahre erfolgreich geführt hat und aus beruflichen Gründen nicht wieder kandidierte.

Weitere „Neulinge“ im Team sind Otto Gmeiner als Kassenwart und Andrea Bartnik als Fachwart für Nachwuchs. In ihren Ämtern bestätigt wurden Ferenc Warnusz (Stellvertretender Abteilungsleiter), Ute Pilger (Schwimmwartin), Margret Hanke (Masterswartin), Helga Hulbert (Schriftführerin) und Birgit Möller (Pressewartin). Die Schwimmabteilung ist mit derzeit 2.200 Mitgliedern die größte Abteilung der SSF Bonn (insgesamt 7.500 Mitglieder).

Generationsübergreifend erfolgreich

Bonner Masterschwimmer in Dresden

Bei den Deutschen Meisterschaften über die „Kurze Strecke“, die vom 23. bis 25. Juni 2006 in Dresden stattfanden, präsentierten sich die Masters der SSF Bonn gewohnt stark. Mit insgesamt 7 Gold-, 12 Silber- und 6 Bronzemedailen in den Einzel- und Staffeltwettbewerben sammelten die Schwimmerinnen und Schwimmer wieder reichlich Edelmetall.

Margret Hanke, Verantwortliche für die Masterschwimmer der SSF und selbst erfolgreiche Teilnehmerin mit drei Silbermedaillen, gab sich dementsprechend nach den Wettkämpfen sehr zufrieden: „Mich freut es besonders, dass wir über viele Altersklassen hinweg – von den älteren Athleten bis hin zu den ganz jungen Masters – mit ordentlichen Zeiten und guten Platzierungen aufwarten konnten.“

Zu den erfolgreichsten Schwimmerinnen zählte einmal mehr Ulla Held, die in der Altersklasse (AK) 75 mit jeweils zweimal Gold und Silber im Gepäck nach Hause zurückkehrte. Über die „langen“ Freistilstrecken (100m und 200m) war sie von den Konkurrentinnen nicht einzuholen

und bei den 50m und 100m Rücken musste sie sich nur knapp geschlagen geben.

Elke Schmitz, die noch amtierende Vizeweltmeisterin über 50m Brust, sicherte sich in der AK 40 die Titel über 50m und 100m Brust und blieb damit auch im vierten Jahr in Folge bei Deutschen Meisterschaften auf diesen Strecken ungeschlagen.

Mit vier Medaillen aus allen Kategorien verschaffte sich Katharina Mendel (AK 20) einen Einstand nach Maß bei ihrem ersten Einsatz bei den Masters. Während ihre „kleine“ Schwester in Berlin bei den Deutschen Meisterschaften schwamm, freute sich Katharina insbesondere über ihren Titel über 100m Freistil am Schlußtag der Masters-DM und über die mit 1:01,31min sehr gute Zeit.

Bei den Staffeltwettbewerben zeigten sich die Bonner Schwimmerinnen und Schwimmer ebenfalls von ihrer besten Seite. Von den 12 gemeldeten Staffeln holten fünf Edelmetall – eine sehr respektable Erfolgsquote. Die zweitplatzierte 4x50m Lagen-Staffel der Frauen der SSF

konnte dabei vom SV Neptun Herne nur mit einem Deutschen Rekord vom obersten Treppchenplatz verdrängt werden. In den Staffeln über 4x50m Freistil bzw. 4x50 m Brust (jeweils in der AK 200-239) schwammen neben Margret Hanke, Elke Schmitz und der mit fünf Medaillen ebenfalls sehr erfolgreichen Einzelstarterin Ingeborg Seidel auch Birgit Behl, Brigitte Obergfell, Michaela Steinfels und Monika Warnusz zum Deutschen Meistertitel.

„Die Staffelaufstellungen sind immer wieder eine Herausforderung“, so Margret Hanke. „Hier geht es darum, die Aufstellungstaktik der anderen Vereine voraus zu ahnen, um in den gemeldeten Altersklassen die Chancen der eigenen Staffelmannschaften optimal auszunutzen.“ In diesem Jahr hat das Zusammenspiel von Hanes Taktik und den Leistungen der Schwimmerinnen und Schwimmer der SSF Bonn offensichtlich besonders gut funktioniert.

Medaillengewinner im Einzel

Ulla Held (AK 75): Gold über 100m und 200m Freistil; Silber über 50m und 100m Rücken

Margret Hanke (AK 60): Silber über 50m und 100m Freistil, 50m Rücken
Ingeborg Seidel (AK 60): Silber über 50m Schmetterling und 100m Brust; Bronze über 100m Schmetterling, 100m Rücken, 200m Lagen
Elke Schmitz (AK 40): Gold über 50m und 100m Brust

Katharina Mendel (AK 20): Gold über 100m Freistil; Silber über 50m und 100m Schmetterling; Bronze über 50m Freistil

Wolfgang Ewald (AK 70): Bronze über 100m Freistil

Lutz Thieme (AK 40): Silber über 50m Rücken

Staffelmedaillen

Gold

4x50m Freistil der Frauen (AK 200-239) in der Besetzung Margret Hanke, Brigitte Obergfell, Birgit Behl, Elke Schmitz

4x50m Brust der Frauen (AK 200-239) mit Monika Warnusz, Ingeborg Seidel, Michaela Steinfels, Elke Schmitz

Silber

4x100m Lagen mixed (AK 240-279) mit Margret Hanke, Monika Warnusz, Frank Schulze, Wolfgang Ewald

4x50m Lagen der Frauen (AK 200-239) in der Besetzung Margret Hanke, Ingeborg Seidel, Michaela Steinfels, Elke Schmitz

Bronze

4x50 m Brust der Männer (AK 240-279) mit Wolfgang Ewald, Gerd Frorath, Bernt Dittrich, Jochen Schondorf

Nina Schiffer im Finale der Europa-Meisterschaften

Mehr als erfreulich verläuft die Saison für SSF-Nachwuchsschwimmerin Nina Schiffer (Jg. 91): Bei den in Palma de Mallorca ausgetragenen Jugend-Europameisterschaften konnte sie auf ihrer Paradestrecke 200m Schmetterling bis ins Finale der schnellsten Acht vordringen.

Nina hatte sich aufgrund ihrer sehr guten Leistungen bei den Deutschen Meisterschaften für die Europameisterschaften qualifizieren können, an denen Mädchen der Jahrgänge 90/91 und Jungen der Jahrgänge 88/89 vom 6. bis 9. Juli teilnahmen.

Mit einer tollen Bestzeit startete die SSF-Schwimmerin am ersten Tag der Meisterschaften auf ihrer Paradestrecke 200m Schmetterling. Nach 2:15,52 min schlug sie an und qualifizierte sich für das Finale der schnellsten Acht. Im Finale schwamm Nina diese Strecke in 2:16,14 min und belegte am Ende einen hervorragenden 7. Platz. Einen weiteren Start hatte Nina über 200m Lagen. Mit einer Zeit von 2:24,03 min belegte sie auf dieser Strecke Rang 12 und verpasste damit leider das Finale.

Im nächsten Jahr starten die Mädchen der Jahrgänge 91/92. Nina hat dann als älterer Jahrgang erneut die Chance auf Qualifikation und sogar noch bessere Platzierungen.

NRW-Kader Saison 2006/2007

Folgende Athleten haben sich für die Saison 2006/2007 für die Kader des Schwimmverbandes Nordrhein-Westfalen qualifiziert:

D1-Kader

Rebecca Heinen (Jg. 96)
Christian Hemker (Jg. 96)
Jasmin Maurer (Jg. 96)
Max Pilger (Jg. 96)

D2-Kader

Alina Knees (Jg. 95)
Tom Pilger (Jg. 94)
Stephanie Schmitz (Jg. 95)

D3-Kader

Cornelia Bauer (Jg. 94)
Niklas Mäusbacher (Jg. 93)

D4-Kader

Sven Richter (Jg. 90)
Max Widera (Jg. 91)

Juniorenkader

Max Fingas (Jg. 89)
Joseph Kleindl (Jg. 89)
Denise Möller (Jg. 91)

Maurice Müller (Jg. 88)
Nina Schiffer (Jg. 91)
Stephan Scholaut (Jg. 88)
Terea Sender (Jg. 91)
Ingmar Winterhoff (Jg. 89)

NRW-Kader

Stefan Geisen (Jg. 83)
Katharina Mendel (Jg. 86)
Raffaella Mendel (Jg. 88)
Corinna Richter (Jg. 87)

Darüber hinaus wurden Nina Schiffer und Denise Möller für den Förderkader 1 und Raffaella Mendel für den Anschlusskader des Schwimmverbandes NRW nominiert. Nina Schiffer hat sich zudem für den C-Kader des Deutschen Schwimmverbandes qualifiziert.

Allen Aktiven recht herzliche Glückwünsche zu ihren Qualifikationen.

Birgit Möller

Protokoll der Mitgliederversammlung der Schwimmabteilung der SSF Bonn 1905 e.V. am 24. August 2006 im Bootshaus, Bonn-Beuel

TOP 1 und 2: Begrüßung, Eröffnung und Feststellung der Tagesordnung
Der Abteilungsleiter, Klaus Rommerskirchen, eröffnete um 20.15 Uhr die Versammlung und begrüßt die Anwesenden, namentlich den Vorsitzenden, Michael Scharf, die Geschäftsführerin, Maïke Schramm, vom Vorstand Eckhard Hanke und den Schwimmwart des SBM, Rudolf Schramm. Mit der Veröffentlichung in der Sportpalette vom April ist ordnungsgemäß zur Versammlung eingeladen worden. Von den zurzeit 2.243 Mitgliedern sind 60 anwesend, 50 sind stimmberechtigt. Als Protokollführerin wird Helga Hulbert einstimmig gewählt. Anschließend gedenkt die Versammlung der Verstorbenen.
Die Tagesordnung wird einstimmig angenommen, als Versammlungsleiter für TOP 5 und 6 wird Michael Scharf einstimmig gewählt.

TOP 3: Bericht der Abteilungsleitung

1. Sportliche Bilanz:

Laut Schwimmwartin Ute Pilger trägt das Sportkonzept von 1994 nach Erneuerung des Kurssystems und Umbau des Leistungssportbereichs in den letzten Jahren deutliche Früchte. Aktive, die bei den SSF das Schwimmen gelernt haben, haben jetzt die Spitze in NRW erreicht. Die noch junge Mannschaft konnte im SBM, auf NRW-Ebene und bei den Deutschen Jahrgangsmeisterschaften zahlreiche Erfolge vorweisen. Nina Schiffer errang den Jahrgangstitel über 200m und 400m Lagen sowie 200m Schmetterling und die Bronzemedaille über 100m Schmetterling und qualifizierte sich über 200 m Schmetterling für die JEM und belegte den 7. Platz über diese Strecke sowie den 12. Platz über 200 m Lagen. Corinna Richter wurde Vizemeisterin über 100m und 200m Schmetterling, Denise Möller über 200m Schmetterling und Raffaella Mendel über 50m Rücken.

Für die Masters kann Margret Hanke von zahlreichen Erfolgen einer starken Mannschaft berichten, die aus ca. 70 Frauen und Männern besteht: bei der Bezirksmeisterschaft (Lange und Kurze Strecke), auf NRW-Ebene, bei den Deutschen Meisterschaften (Lange und Kurze Strecke) und beim Freiwasserschwimmen.

Der Abteilungsleiter dankt den Trainern, gratuliert allen Sportlern für persönliche Erfolge und überreicht für herausragende Leistungen ein Präsent an Nina Schiffer, Raffaella Mendel, Corinna Richter und Denise Möller. Jürgen Ark (Masters) wird für seine Deutschen Rekorde, Deutsche Meistertitel in 2004/2005 sowie die Europameisterschaft über 3 km Freiwasserschwimmen ebenfalls geehrt.

2. Kurssystem:

Ferenc Warnusz, der stellvertretende Abteilungsleiter, dankt allen Übungsleitern und Übungsleiterhelfern, ohne deren Hilfe die zahlreichen Kurse vom Säuglingsschwimmen, über Seepferdchen, Frösche, Aquajogging, bis zu Erwachsenen Schwimmkursen im Sportpark Nord, Frankenbad und einigen Schulen nicht durchgeführt werden könnten. Die Zahl der Kurse ist von 12/Woche im Jahre 1998 auf 25/Woche im abgelaufenen Schwimmjahr gestiegen. Das Kurssystem ist Grundlage der Nachwuchsarbeit und zugleich eine wichtige finanzielle Säule der Schwimmabteilung. Frau Waltraud Zacharias ist seit über 25 Jahren Übungsleiterin und wird in Abwesenheit geehrt.

3. Presse:

Der Abteilungsleiter weist auf den vergleichsweise geringen Stellenwert des Schwimmsportes in den Medien hin. Pressewartin Birgit Möller erläutert, dass gerade in der lokalen Presse vor allem über Fußball, aber auch Sportarten wie Basketball berichtet würde und dann oft wenig Platz für den Schwimmsport bleibe. Mancher angebotene Artikel werde nicht gedruckt, Texte würden gekürzt und nicht alle Namen der Aktiven genannt, die gute Zeiten geschwommen sind, da für die Presse nur die Platzierung zählt. Alle Ergebnisse sind aber auf der Homepage der SSF nachzulesen, einige Artikel erscheinen auch in der Sportpalette.

4. Finanzen:

Kassenwart Felix Kraus trägt den Haushaltsabschluß 2005 vor. Nach Kostenübernahme von ca. 7.700 Euro für die DM in Berlin durch den Vorstand bleibt ein Minus von ca. 2.500 Euro. Da für 2006 mit weniger Sponsorengeldern, Zuschüssen und wohl auch Spenden gerechnet werden müsse, die Ausgaben u.a. durch höhere Meldegelder für mehr Aktive aber stiegen, habe die AL die Sportsonderkosten um 7.000 Euro gekürzt. Das erste, durch einige Sonderfaktoren noch nicht voll aussagekräftige erste Halbjahr 2006 weise eine Unterdeckung von ca. 5.500 Euro aus. Er bittet um Spenden zugunsten der Schwimmabteilung. Der Kassenwart entschuldigt sich für so manchen Ärger und wünscht seinem Nachfolger für das schwere Amt alles Gute.

Klaus Rommerskirchen dankt Felix Kraus für die geleistete Arbeit mit einem Präsent.

5. Resümee des Abteilungsleiters:

Klaus Rommerskirchen hebt – mit Blick auf das Sportkonzept von 1994 – noch einmal die strukturelle Unterfinanzierung der Schwimmabteilung hervor, die auch schon seine Vor- und Vorgänger beklagt hätten. Die Kosten hätten sich in den letzten Jahren enorm erhöht, die Vereinssondermittel aber seien trotz stark gestiegener Mitgliederzahlen (und damit auch der Ausgaben) gleich geblieben, wenn es auch gelegentlich den ein oder anderen besonderen Zuschuss durch den Vorstand gegeben habe. Die Abteilungsleitung habe mit Beginn des Jahres 2001 einen „Zusatzbeitrag Sportbetrieb“ einführen müssen und jetzt den Vorstand um Zustimmung zu einer Erhöhung gebeten, neben einer besseren Finanzausstattung durch den Verein. Das werde in Kürze den Eltern und Aktiven erläutert.

Das Internationale Schwimmfest habe sich in den letzten Jahren als eine hervorragende Wettkampfanstaltung etabliert, dank sehr guter sportlicher Leistungen, aber auch dank einer großen Zahl von Helfern. Bei anderen Anlässen fehle gelegentlich ein solcher – wünschenswerter und erforderlicher – Einsatz. Das möge einige bitte noch einmal überdenken.

Eine große Anerkennung für die in der Schwimmabteilung geleistete Arbeit sei die Ernennung zum Sonderstützpunkt des Schwimmverbandes NRW gewesen, schwierig für ihn dagegen der Wechsel im Amt des Cheftrainers.

Klaus Rommerskirchen dankt den Mitgliedern der Abteilungsleitung für das engagierte und harmonische Miteinander in den letzten Jahren sowie Maïke Schramm, Michael Scharf und der Geschäftsstelle für die gute Zusammenarbeit.

TOP 4: Aussprache

Es gibt Nachfragen zum Haushalt. Der Vorsitzende, Michael Scharf, erklärt zur Frage von Unterdeckung und Unterfinanzierung, der Gesamtverein decke ja das Defizit, bestehe aber auf erkennbar sparsamer Haushaltsführung der Abteilung. Er wisse, dass Leistungssport teuer sei, aber eben nicht um jeden Preis finanzierbar, zumal zurzeit der Baderhalt ungeklärt sei und auch die Kostenforderung der Stadt. Ferenc Warnusz würdigt die Arbeit von Klaus Rommerskirchen, der aus privaten



RENAULT
Service



BOXENSTOP BEI RENAULT.

Bargutschein:

**Ausgenommen
Aktionsfahrzeuge!**

*Einmalig einzulösen bei:

GUTSCHEIN
in Höhe von 400,- EUR bei
Kauf eines Gebrauchtwagens!*

Autohaus Knüfker

Lievelingsweg 2-4 · 53119 Bonn · Tel.: 02 28 / 55 93 70

Gründen aus dem Amt ausscheidet und mit einem Präsent verabschiedet wird. Er habe 7 Jahre die Geschicke der Abteilung mit Diplomatie und Fairplay geleitet, großes Engagement bei Sponsorenfindung beispielsweise beim Internationalen und der Anerkennung als Sonderstützpunkt gezeigt. Auch Michael Scharf dankt Klaus Rommerskirchen und Felix Kraus mit einem kleinen Präsent.

TOP 5: Entlastung der Abteilungsleitung

Der Abteilungsleitung wird einstimmig die Entlastung erteilt.

TOP 6: Wahl der Abteilungsleitung

Bei den anschließenden Neuwahlen wird Stefan Wirtz (ohne Gegenkandidaten) in offener Abstimmung einstimmig als neuer Abteilungsleiter gewählt. Er erklärt, den Kurs seines Vorgängers fortsetzen zu wollen.

Bei der Wahl der übrigen Vorstandsmitglieder wird Ferenc Warnusz als Stellvertretender AL einstimmig wiedergewählt. Neuer Kassenwart ist Otto Gmeiner, alte und neue Schwimmwartin Ute Pilger, neu im Amt des Fachwartes für Nachwuchsarbeit Andre Bartnick. Wiedergewählt wurden außerdem Margret Hanke (Fachwartin für Masters), Birgit Möller (Pressewartin) und Helga Hulbert (Schriftwartin).

TOP 7: Wahl der Delegierten der Schwimmabteilung

Die Schwimmabteilung stellt für den Zeitraum ab 2007 – neben dem AL – 20 gewählte Vertreter in der Delegiertenversammlung. Sie werden, einschließlich vier Personen als Ersatzdelegierte, en Bloque gewählt.

TOP 8: Anträge

Keine

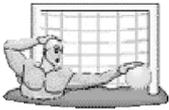
TOP 9: Verschiedenes

Diverse Terminhinweise, u.a. auf das Jugendschwimmfest vom 09. bis 11. Februar 2007 im Frankenbad.

Ende der Versammlung: 22.05 Uhr

Helga Hulbert (Protokollführerin)

Klaus Rommerskirchen (Abteilungsleiter)



Spaß und Sport nicht zu knapp – im Trainingslager der Wasserballer in Weiden in der Oberpfalz herrschten optimale Bedingungen. Zusammen mit den Trainern und Betreuern Elmar Reek, Norbert Baum, Norbert Bremer und Sascha Pierry hatten sich 24 Jugendliche auf den Weg gemacht und im wunderschönen Schätzlbad standen nicht nur Wasser-, sondern auch Volley-, Basket- und Fußball auf dem Programm.

Gleich ihr erstes Spiel – nach dem Aufbau der Zelte und einem stärkenden Abendessen – konnte die B-Jugend gegen die ebenfalls zum Training angereisten Spieler des SV Gera trotz der langen Anreise denn auch knapp, aber überzeugend gewinnen. Danach wurde in zwei Gruppen trainiert: Die Jüngsten bereiteten sich unter Führung von Elmar Reek und dem eigens mitgereisten SBM-Auswahltrainer Frank Endrulat auf die NRW-Endrunde der Jugend D vor, die älteren C- und B-Jugendlichen spielten sich für die in ihrer Altersklasse anstehende Westdeutsche Endrunde ein. Highlight eines jeden Abends waren die Trainingsspiele gegen den SV Gera, die bei Flutlicht ausgetragen und allesamt gewonnen wurden.

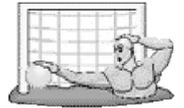


Ein weiteres Highlight war der von Elmar Reek und Norbert Bremer (beide erfolgreiche Marathonläufer) initiierte Laufwettbewerb gegen die B- und C-Jugendlichen. Kein Spieler könne über drei Kilometer mit ihnen mithalten, so ihre Wette und der Hinweis, dass dies für Marathonläufer deutlich zu kurz sei, um „auf Temperatur“ zu kommen. In der Tat – nach drei Kilometern und deutlichen 38 Sekunden Vorsprung auf den ersten Spieler waren unsere Jugendlichen bedient. Allein die Trainer liefen eine zweite Runde, „um wenigstens etwas in Form zu bleiben...“.

Alles in allem war das Trainingslager eine absolut runde Sache – nicht zuletzt weil Frank Endrulat bis vor wenigen Jahren selbst in Weiden als Trainer aktiv war und die höchst kooperativen Ansprechpartner vor Ort des öfteren außerplanmäßige Trainingseinheiten ermöglichten. Einziger Wehrmutstropfen: Das Wetter hätte sicher etwas besser sein können, aber bekanntlich kann man nicht alles haben ...

Sascha Pierry





NRW-Endrunde der Jugend D:

Lob auch in der Niederlage

Die Qualifikation war eine, der Wettkampf eine ganz andere Sache: Für die Westdeutsche Endrunde der Jugend D hatten sich unsere Jüngsten als klarer Bezirksmeister qualifiziert, aus dem im Warmfreibad Brambauer selbst kehrten sie mit zwei leider recht deutlichen Niederlagen gegen die Mannschaften vom SV Brambauer und SV Bayer Uerdingen nach Hause zurück.

Gegen SV Blau-Weiß Bochum spielte man zum ersten Mal auf gleicher Höhe und konnte das Spiel bis zum Ende spannend gestalten. Nach drei Fehlern fiel Timo Reek, einer der SSF-Leistungsträger, bereits im zweiten Viertel aus; am Ende hieß es deshalb trotz aller Spannung 6:11 für die Bochumer, gegen die man mit etwas mehr Konzentration sicherlich auch hätte gewinnen können.

Im vierten Spiel des Turniers waren die Amateure aus

Duisburg Gegner unserer Mannschaft. Auch hier entwickelte sich ein spannendes Spiel, in dem die SSFler sich besonders im Zweikampfverhalten deutlich verbessert zeigten. Dass auch dieses Spiel gegen den späteren Westdeutschen Vizemeister ASC Duisburg mit 6:18 verloren ging, ist auf Fehler zurückzuführen, die vor allem gegen Ende zunahmen.

Erst im letzten Spiel des Turniers gegen den SV Krefeld 72 knüpften unsere Spieler nahtlos an die gewonnene Zweikampfstärke und Offensivkraft aus dem vorherigen Spiel an und setzten die Instruktionen der Trainer in großen Teilen um. Auch hier war es der schlechte Start (1:3 nach dem ersten Viertel), der den weiteren Verlauf schwierig gestaltete, aber dennoch: Mangelnden Einsatz und Willen konnte man unseren Jungs definitiv nicht vorwerfen

Wasserballer gesucht!

Für die neue Saison suchen wir wieder talentierte Kinder ab 9 Jahren, die Spaß an der Bewegung im Wasser haben und eine spannende Mannschaftssportart kennen lernen möchten. Interessierte Eltern können sich bei Sascha Pierry (0228/7673616 oder auch 0163/6980486) melden oder einfach direkt mit ihren Kindern zum kostenlosen Probetraining im Sportpark erscheinen. Hier die Trainingszeiten:

Mittwoch 16.00 – 17.30 Uhr

Samstag 15.30 – 17.30 Uhr

Auf dem Trainingsprogramm stehen in erster Linie Spiel und Spaß und nicht der Leistungsgedanke. Interesse? Na dann melde dich, wir freuen uns auf dich!



RENAULT
Service



BOXENSTOP BEI RENAULT.

**Windschutzscheibenreparatur:
Behalten Sie den Durchblick!**

Für alle Fabrikate!

*Einmalig einzulösen bei:

GUTSCHEIN
für eine kostenlose
Windschutzscheibenreparatur!*
(Teilkaskoversicherung vorausgesetzt)

Autohaus Knüfker

Lievelingsweg 2-4 · 53119 Bonn · Tel.: 02 28 / 55 93 70

und das Endergebnis von 7:11 beweist, dass sie in der westdeutschen Spitze mitmischen können. Die deutliche Leistungssteigerung unserer Mannschaft im Verlauf des Turniers blieb auch den Gegnern

nicht verborgen – am Ende wurde mit Lob nicht gegeizt und nun freuen sich unsere Spieler auf die in der neuen Saison bevorstehenden Aufgaben in der Jugend C.

Sascha Pierry



Sport-Service-Werkhausen GmbH

Goldfußstr. 6, 53125 Bonn, Tel. 0228/9258438 o. 0171/7104750, Fax 0228/9258439

Bei uns können Sie 24 Stunden am Tag einkaufen!

WWW.SPORT-SERVICE-WERKHAUSEN.DE

Besuchen Sie auch unseren mobilen Shop im Vereinsbad

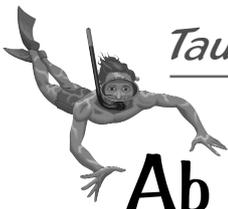
Montag/Dienstag/Freitag von 15.00 – 19.00 Uhr, Samstag von 9.00 – 15.00 Uhr.

Schwimmbekleidung • Schwimmzubehör • Trainingsmaterial •

Sporttextilien • Fitnesswear • Freizeitwear der Marken:

ARENA – SPEEDO – SOLAR – OLYMPIA – ZOGGS – Aquashere

und vieler anderer Hersteller



Ab in die Schläuche und auf zur Safari

Vereinsfahrt führte die Taucher der SSF ans Rote Meer

Es ist der erste Donnerstag im Mai. Lebhaftes Vogelgezwitscher eröffnet diesen schönen Frühlingstag. Freudig erregt machen sich 14 Gleichgesinnte auf zum Düsseldorf Flughafen, ihre Gedanken auf die bevorstehende Safari gerichtet: Natur, Abgeschlossenheit, Sonne, wild lebende Tiere ...

Einige Stunden später, auf dem schwarzen Kontinent angekommen, erledigen sie die Einreiseformalitäten. Dabei erweisen sich die Einheimischen als sehr hilfsbereit und äußerst geschäftstüchtig, indem sie versuchen, die zahlungskräftigen Touristen in die Warteschlangen mit den höchsten Visagebühren zu vermitteln. Doch vergebens, denn die 14 sind nicht zum ersten Mal hier.

Und während des anschließenden Bustransfers erinnern sie sich wieder an das ägyptische Zeitgefühl. Nach einer angekündigten Fahrzeit von drei Stunden und tatsächlich vierstündiger Fahrt durch die Wüste erreichen sie kurz vor Mitternacht hungrig und müde ihr Domizil für die kommende Woche. Schnell werden noch der Hunger gestillt und die Schlafplätze verteilt. Aber in dieser ersten Nacht schlafen die meisten von ihnen recht



unruhig. War es die fremde Umgebung, die ungewohnten Geräusche oder die freudige Erwartung?

Schon früh am nächsten Morgen kommt Unruhe auf. Denn heute beginnt ihre Safari: Sieben Tage Tauchkreuzfahrt durchs südliche Rote Meer. Das heißt, eine Woche lang immer die gleichen Personen um sich haben, die wenigen Bootsquadratmeter und die drei Toiletten und Duschen mit ihnen teilen, auf dem einfachen, aber zweckmäßig ausgestatteten Schiff auf den von zu Hause gewohnten Komfort verzichten, sich beim morgendlichen Aufsetzen in der oberen Koje erst einmal den Kopf anstoßen ...

Gleich nach dem Frühstück und Erledigen der Bootsformalitäten verlässt das Schiff den Hafen von Marsa Alam. Nach circa einer halben Stunde auf rauher See macht die Crew das Boot am ersten Tauchplatz fest. Die Bootsglocke läutet und vom Oberdeck ruft je-

mand: „Briefing!“ Aufmerksam verfolgen die 14 die Ausführungen des TLvD (Tauchlehrers vom Dienst) bevor es endlich „ab in die Schläuche“ und dann ins 26° C warme Wasser geht. Die farbenprächtige und

abwechslungsreiche Unterwasserwelt mit ihren wunderschönen Korallenlandschaften und artenreichen vibuFis (vielen bunten Fischen) werden sie auch die nächsten Tage noch reichlich betauen.



Glückwunsch zur bestandenen Prüfung

CMAS *

Nicole Klein, Christian Fisang, Andreas Holderberg, Joachim Hoffmann und Ute Brust

CMAS **

Jochen Müller-George, Klaus Kurtz, Michael Dietsch und Jörg Möller

und wünschen allen weitere schöne Tauchgänge und immer gut Luft !!!

Unsere Abteilung hat die erste Tauchlehrerin der Vereinsgeschichte.

Zum TL* herzlichen Glückwunsch an Babett Drees. Wir wünschen viel Spaß und Erfolg bei der zukünftigen Ausbildung.
Die Abteilungsleitung



Deep Blue Bikes 2006

Leidenschaft im Doppelpack

Ein Hobby muss das andere keineswegs ausschließen, im Gegenteil. Bei „Deep Blue“ treffen sich Leute, die gleich zwei Leidenschaften miteinander teilen: Tauchen und Motorrad fahren. 2006 bereits im achten Jahr und zwar im niedersächsischen Lingen. Pünktlich zum Termin hatte sich der Sommer eingefunden, also machte die Glaukos-Abordnung früher Feierabend, schnürte Schlafsack und Zelt auf die Krafräder und rollte los. Quer durchs Bergische Land. Die Straßen hier versprechen viel Fahrspaß, verhindern aber einen vernünftigen Schnitt. Ab Hagen dann bietet sich nur die Autobahn an; durch das Ruhrgebiet von Ampel zu Ampel in den war-

men Motorradklamotten muss nicht sein. Nach Dortmund wurden die Straßen plötzlich deutlich leerer, was wohl etwas mit dem WM-Eröffnungsspiel zu tun hatte (wer hat eigentlich gewonnen? Ach ja, Deutschland - knapp). Weiter auf den linearen Landstraßen des Münster- und des Emslandes.

Der Ort des Treffens lag direkt an einem künstlichen See, der auch betaut werden darf. Feste, saubere Sanitäranlagen, warme Duschen, Lagerfeuer, Getränkewagen und Grillstation - alles vorhanden, perfekte Organisation! Also Zelt aufschlagen, Hunger stillen und am Lagerfeuer bis spät in der Nacht den Kontakt mit den rund 60 Mittauchern und einer Million Mücken pflegen.

Samstag dann eine gemütliche Tour durch die Gegend, die auch eine Besichtigung der Baustelle des naturagart-Unterwasserparks bei Ibbenbüren einschloss. Das Gelände soll schon in diesem Sommer eine weitere Attraktion der künstlichen Tauchgelegenheiten werden. Abends am Lagerfeuer gab es dann Pokale für die Jüngsten, Ältesten, Mei-

sten oder Weitesten. Die Bonner Glaukos schlugen sich achtbar, konnten aber nicht das Treppchen erreichen. Da sollten wir uns in Zukunft mehr Mühe geben. 2007 wird Anfang Juni wieder ein Deep-Blue-Treffen stattfinden, der Ort steht noch nicht fest, lässt sich aber rechtzeitig unter www.deep-blue-biker.de in Erfahrung bringen. Frank Meyer



RENAULT
Service



BOXENSTOP BEI RENAULT.

**Der Winterreifen-Service:
Sicher und ohne Bußgeld durch den Winter kommen!**

Für alle Fabrikate!

GUTSCHEIN
über eine kostenlose Montage
bei Kauf von mind. 2 Winterreifen!*

*Einmalig einzulösen bei:

Autohaus Knüfker

Lielingsweg 2-4 · 53119 Bonn · Tel.: 02 28 / 55 93 70

Die ersten beiden Tage nutzen sie, um sich an das Bootsleben zu gewöhnen. Schnell beherrschen sie die Bedienung der archaischen Toiletten, zielsicher finden sie die (nicht) einkrachenden Sitzbänke und Korblehnhühle heraus. Auch die Opferungen an Meerestiere werden bereitwillig erbracht. Und nicht zuletzt die harmonische und stets hilfsbereite Crew haben sie rasch im Griff; z.B. als eine Tauchergruppe auf der gegenüberliegenden Riffseite vom Zodiak „ordnungsgemäß“ aufgegabelt wird. Und so stellt sich schon bald der ganz normale Alltag ein: Tauchen, Frühstück, Tauchen, Mittagessen, (Nacht-) Tauchen, Abendessen. Und die Zwischenzeit verbringen sie mit Trinken (nur ganz ausnahmsweise Mühlensäft),

Dösen, Schlafen, Lesen, Spielen und Fachsimpeln.

Doch hält sich die Bootsgammelei aufgrund der reichlichen sportlichen Aktivitäten in

Grenzen. So erbringen drei CMAS**-Anwärter verschiedene Prüfungsleistungen und fünf Teilnehmer erwerben das Sonderbrevet „Nachttauchen“.



Besonders erfreut zeigen sich dabei die Ausbilder Arno, Frank und Pascale, denen ein besonderer Dank für ihr Engagement gebührt, über die stetigen Leistungssteigerungen aller. Ergänzt wird der „Trainingsplan“ um Schnorcheln mit Delfinen, Wrack-Schnorcheln und Einsiedlerkrebse-Wettrennen. Die Bauchmuskeln werden beim Witzeabend kräftig trainiert, die von der Crew verordneten Übungseinheiten runden das Sportprogramm perfekt ab – mit Bauchtanz, Entfesselungskunst, Pustewasserball, Löffel-Kopf-Klatschen und Zwiebel-tanz.

Viel zu schnell geht diese rundum gelungene Woche vorbei, weshalb sich alle 14 schon auf die nächste Vereinsfahrt freuen, bis es wieder heißt: „Ab in die Schläuche!“

Knut Schaeffler



Faustdicke Überraschung

Vereinsmeisterin Karolina Schulz setzt sich gegen routinierte Konkurrenz durch

Zwar schafften es die Damen nicht, ihre Meisterschaften am angesetzten Termin auszutragen, doch im Gegensatz zu den Herren der Schöpfung hatten sie sich schnell auf einen Ersatztermin geeinigt. So starteten denn am 26. August sechs von sieben möglichen Teilnehmerinnen in einen spannenden Wettkampf.

Gleich in der ersten Runde gab es eine faustdicke Überraschung. Karolina Schulz hielt Heike Dreesen mit 11:8, 11:9, 7:11, 12:10 in Schach. Diszipliniert blieb sie ihrer spielerischen Linie treu und bot der Routine erfolgreich Paroli. An einer zweiten Überraschung schrammte unser zweites Küken Gülten Polattemir knapp vorbei, als sie in den entscheidenden Momenten dann doch etwas zu ungestüm punkten wollte und knapp gegen Ange-

la Tropartz verlor – ihr Potenzial ist groß, vieles aber eben doch auch Nervensache.

In der zweiten Runde musste auch Silvia Feldeisen mit 1:3 die Überlegenheit von Karo anerkennen. Heike hatte sich von ihrer Niederlage gut erholt und gewann deutlich mit 3:0 gegen Angela. Mit dem gleichen Ergebnis gewann Alice gegen Gülten, die sich vom Frust der vorangegangenen Niederlage noch nicht erholt hatte.

In Runde 3 lieferten sich Heike und Alice wie immer einen Krimi, wobei letztere im Entscheidungssatz dann doch knapp die Oberhand behielt. Ein ähnlich spannendes Match lieferten sich Angela und Karo, deren Nervenstärke mit dem Sieg belohnt wurde. Gülten konnte sich aus ihrem Tief leider nicht mehr erholen und

hatte auch beim 0:3 gegen Silvia keine Chance.

In der vorletzten Runde kam es zum Showdown der beiden Ungeschlagenen. Titelverteidigerin Alice konnte gegen Karo in Führung gehen, die den dritten Satz für sich entschied. Im 4. Durchgang schließlich gelang es Karo sensationell fünf Matchbälle von Alice abzuwehren und den Satz mit 12:10 an sich zu reißen. Im Entscheidungssatz schließlich triumphierte die Jugend: Karo gewann mit 11:8.

Im letzten Spiel machte Karo mit einem 3:0 gegen Gülten den Sack zu und wurde überraschend erstmals Vereinsmeisterin bei den Damen. Heike gewann 3:1 gegen Silvia. Der Kampf um Platz 2 gewann noch einmal an Spannung, als Angela Alice Paroli bot, Alice

Tischtennis für Jeden - Hobbykurs

Für alle, die Spaß beim Tischtennis haben wollen, egal ob Anfänger oder Wiedereinsteiger, bieten wir montags von 18.00 bis 20.00 Uhr einen Schnupperkurs an. Ein Einstieg ist jederzeit möglich, der Kurs findet in der Turnhalle Heinrich-Hertz-Schule, Herseler Str. 5 in Bonn-Nord statt. Vereinsmitglieder zahlen nur den Abteilungsbeitrag (15 Euro jährlich), die Kursgebühr für Nichtmitglieder beträgt 30 Euro für 5 Trainingseinheiten. Anmeldung an Jörg Brinkmann, Tel. 0228/677910.

sich letztlich aber durchsetzen und Platz 2 sichern konnte.

Im abschließenden Doppel gewannen Heike und Angela in einem spannenden Spiel gegen Alice und Silvia den Titel. Herzlichen Glückwunsch den Vereinsmeistern und Platzierten! Jörg Brinkmann

Anzeige Elektro Ehlen



Vereinsmeisterschaften der Jugend und der Schüler Übermacht der Benjamine

Spannung und Kampfeswille zeichneten die Vereinsmeisterschaften der Jugend aus, bei denen neun Teilnehmer gegeneinander spielten. Topfavorit Benjamin Wasiljew musste bereits im ersten Spiel mit 8:11, 2:11, 13:11, 5:11 eine schmerzhaft Niederlage hinnehmen. Benjamin Stein hatte einen „Bonbon“-Tag erwischt. Er konnte Spiel für Spiel gewinnen. Er vergaß allerdings, dass am Ende jeder Satz zählen kann und verschenkte unkonzentriert Sätze gegen Marc und Lascha. In der vorletzten Runde dann die Entscheidung: Benjamin Wasiljew siegte klar 11:7, 11:9, 11:7 und konnte sich somit aufgrund eines um zwei (!) Sätze besseren Satzverhältnisses doch noch den Titel sichern. Dritter wurde Alex, der sich nur der „Übermacht der Benjamine“ beugen musste. Da Rashik gegen Alex verlor landete er punktgleich auf Platz 4. Aufgrund mangelnder Konstanz



blieb Lars bei 4:4 Spielen mit Platz 5 unter seinen Möglichkeiten. Marc lief als bester Schüler auf Platz 6 ein. Als einziges Mädchen konnte Karo zwar in vielen Spielen gut mithalten, konnte jedoch nicht in die Phalanx der Jungen einbrechen. Unsere Youngster Lascha und Christian fanden sich zwar am Tabellenende wieder, aber mit guten Leistungen braucht ihnen vor dem nächsten Mal nicht bange sein.

Im Doppel der Jungen-Klasse konnten sich Alex/Marc ungeschlagen durchsetzen und hatten lediglich gegen Rashik/Lars einige kritische

Momente zu überstehen. So konnten sie im Entscheidungssatz einen 3:6-Rückstand noch in einen Sieg umbiegen.

Ungeschlagene Favoriten

Ungeschlagen setzten sich in der Vorrunde der Schüler jeweils die Favoriten Christian Hacker, Lascha Kvitelaschwili und Marc Stein durch. Als Gruppenzweite folgten ihnen Sven Braun, Vanessa Bongartz und Dimi Ourlaki in die Endrunde. Dort allerdings konnte Marc Stein keiner das Wasser reichen: Ohne Satzverlust wurde er verdienter Vereinsmeister.

Lascha gelang es noch am ehesten, an Marcs Leistungen heranzureichen. Er gewann ebenfalls gegen alle anderen Endrunden-Teilnehmer mit 3:0 und belegte Platz 2. Dritter wurde Christian, der nach verlorenem ersten Satz nur gegen Vanessa etwas kämpfen musste, um noch 3:1 zu gewinnen. Doppelvereinsmeister wurden Christian/Joschka, die kein Spiel verloren. Dahinter liefen drei Doppel mit 2:2 Spielen ein. Die Satz-differenz sprach zugunsten Marc/Kevin, die damit Rang 2 belegten.

Jörg Brinkmann

Kreismeistertitel für Wolfgang Hinze und Lana Kvitelaschwili

Ein glatter Durchmarsch

An den diesjährigen Kreismeisterschaften nahmen wir mit einer kleinen Truppe teil. Gerd Papke und Tim Fix konnten in den Herren-B-Klasse zwar mit guten Leistungen aufwarten, mussten aber bei einer auf hohem Niveau stehenden Konkurrenz spätestens im Viertelfinale die Segel streichen.

In der Altersklasse 1 freute sich Gerd Papke über die Möglichkeit, sich im Wettkampf auch mit echten Hochkarättern aus höheren Spielklassen zu messen. Erfolge konnten wir in der Altersklasse 6 einheimen. Man ist ja fast schon geneigt zu sagen: wie gewohnt. Hobbyspieler Anton Reinhard frönte wieder dem Olympischen Gedanken, Wolfgang Hinze rollte das Feld auf. In der Vorrunde hielt er Wilhelm Nikolaus (TTC Duisdorf), Willi Steffen (Bonner SC) und Günter Stef-

fens (TTC Uedorf) jeweils mit 3:0 in Schach. Im Endspiel traf er wiederum auf Günter Steffen, wo er seinen Erfolg wiederholen konnte und somit seinen xten Kreismeistertitel einheimte. Lohn des stetigen Erfolges sind mittlerweile ein 6. Platz in der Rangliste des Westdeutschen Tischtennis-Verbandes und ein 26. Platz in der deutschen Rangliste. Übrigens räumte Wolfgang zusammen mit Wolfgang Holst (DJK

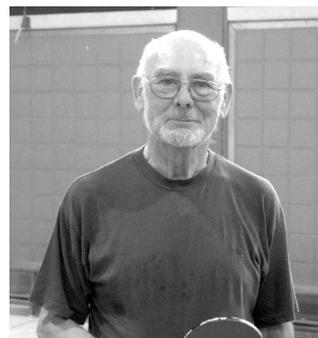


Friesdorf) auch noch den Titel im Doppel ab durch ein 3:1 im Endspiel gegen Steffen/Nikolaus.

Jörg Brinkmann

Turbulent, aber erfreulich

Spät, aber nicht zu spät lief Lana Kvitelaschwili zu Bestform auf: Am zweiten Tag der Kreismeisterschaften konnte sie den Meistertitel bei den Damen für sich reklamieren. Aus der Da-



men A-Konkurrenz hatte sich die junge SSF-Sportlerin am Vortag zwar verabschieden müssen und auch gegen Vereinskollegin Alice Kautz musste sie sich noch 1:3 geschlagen geben; gegen Michaela Buchert-Carstens vom TV Rheinbach allerdings gelang es ihr, dem Turnier noch eine Wende zu geben. Nach einem knappen Sieg rückte Lana bei Punktgleichheit aufgrund des günstigeren Satzverhältnisses zunächst ins Viertelfinale vor. Nach engagiert erspielten Siegen gegen Uschi Brandenburg und die ebenfalls ins Halbfinale eingezogene Rheinbacherin ging es im Finale (übrigens wie schon im Vorjahr) gegen Hossai Merzai. Trotz des eindeutigen 3:0-Sieges von Lana war dieses Spiel höchst abwechslungsreich und Lana konnte mit ihrer Leistung hoch zufrieden sein.



RENAULT
Service



BOXENSTOP BEI RENAULT.

**Haupt- und Abgasuntersuchung:
Bestehen Sie die Pflichtuntersuchung!**

Für alle Fabrikate!

**Unser spezieller
Hauspreis für Sie:
79,- EUR !***

*Einmalig einzulösen bei:

Autohaus Knüfker

Lieselingsweg 2-4 · 53119 Bonn · Tel.: 02 28 / 55 93 70



Kanu

Einladung zur ordentlichen Mitgliederversammlung der Kanuabteilung der SSF Bonn

für Freitag, den 24. November 2006, 19.30 Uhr im neuen Multifunktionsraum im Bootshaus 1. OG, Rheinaustraße 269, Bonn-Beuel

Tagesordnung

1. Begrüßung und Eröffnung
2. Wahl des Protokollführers
3. Annahme der Tagesordnung
4. Berichte der Mitglieder der Abteilungsleitung (stellv. Abteilungsleiter, Bootshauswart, Kassenwart, Kanu-Sportwartin, Fachwartin für Ausbildung und Sicherheit, Schrift-Pressesführer)
5. Ergebnisse des Sportjahres 2006
6. Entlastung der Abteilungsleitung
7. Wahl des neuen Abteilungsleiters
8. Wahl der Delegierten u. Ersatzdelegierten gem. Delegiertenordnung
8. Anträge
10. Verschiedenes

Anträge zur Mitgliederversammlung sind bis spätestens zum 10. November 2006 (Poststempel) schriftlich an die SSF-Geschäftsstelle -Abteilungsleitung Kanu-, Kölnstraße 313 a, 53117 Bonn zu richten.

Ludwig Kremer (stellvertr. Abteilungsleiter)



Karate

Einladung zur Mitgliederversammlung der Abteilung Karate/Kendo

am Montag, 30.10.2006, im Sportpark Nord (Roter Salon)

Tagesordnung

1. Begrüßung und Feststellung der Beschlussfähigkeit
2. Genehmigung der Tagesordnung
3. Bericht der Abteilungsleitung und der Dojovortreter
4. Bericht der Kassenwartin
5. Diskussion der Berichte
6. Entlastung der Abteilungsleitung
7. Wahl der Abteilungsleitung
8. Wahl der Delegierten
9. Verschiedenes

Wolfgang Günther (Abteilungsleiter)



PARTNER

Hier gibt's Vorteile für Mitglieder

Fachgeschäfte unterschiedlichster Branchen, Handelsbetriebe, Werkstätten und Dienstleister jeder Art bieten als Partnerunternehmen der SSF jedem einzelnen Mitglied unseres Vereins ihre Produkte oder Dienstleistungen zu besonders günstigen Konditionen an. Gegen Vorlage des Mitgliedsausweises erhalten Sie bei den untenstehenden Unternehmen beispielsweise spezielle Rabatte, günstigere Leasing-Angebote, längere Zahlungsziele oder andere besondere Serviceleistungen.

Autohaus

Renault Knüfker

Finanzen

Dt. Vermögensberatung

Fliesen

Schmidt Rudersdorf

Floristik

Krebs

Gesundheit

Al-med

Ayurwa

Bruderhilfe - Pax - Familienfürsorge

Carla Klemp

Dorn-Säule

MarktStern

Marketing

p&pM

Musik

Music + Friends

Schlafsysteme

Sleeping Art

Service

Gut Nass

Sonnenstudio

Helios Sunshine

Sport

Sportpartner

Sport-Service Werkhausen

Weitere Informationen finden Sie auch unter

www.ssf-bonn.de/partner.htm

Mit Pfeil und Bogen auf japanische Art

Im Land der aufgehenden Sonne können Kyudoka auf eine tausendjährige Tradition zurückblicken



Im Land der Samurai-Krieger können die Kyudoka auf eine mehr als tausend Jahre alte Tradition zurückblicken, bei den Schwimm- und Sportfreunden Bonn stellen sie den jüngsten Zuwachs dar: Ab Mitte September können auch Anfänger die Kunst des Bogenschießens auf japanische Art erlernen. Vorkenntnisse sind dafür nicht erforderlich.

Kyudo lernen, Kyudo üben

In wörtlicher Übersetzung bedeutet Kyudo „Weg des Bogens“; geschossen wird mit einem etwa 2,27 Meter langen asymmetrischen Bogen, dessen Griffstück sich im unteren Drittel des Bogens befindet. Anders als bei herkömmlichen Sportbögen gibt es keine Vi-

siereinrichtung, Pfeilauflage oder stabilisierenden Gewichte. Historische Abbildungen solcher Bögen sind bereits aus dem 3. vorchristlichen Jahrhundert bekannt; bis zur Einführung der Feuerwaffen wurde der Bogen in Japan für die Jagd, von den Samurai zur Kriegführung, aber auch – und dies bis in unsere Zeit – zu zeremoniellen und religiösen Zwecken benutzt. Um den Bogen handhaben zu können, bedarf es einer ganz besonderen Technik, die über die Jahrhunderte hin-

weg von verschiedenen Kyudo-Schulen entwickelt und perfektioniert wurde.

Kyudo ist für Frauen und Männer jeden Alters geeignet und es bedarf für diesen (wegen der speziellen Ausrüstungsgegenstände nicht ganz billigen) Sport keiner Vorkenntnisse. Zu Beginn wird mit einer Gummizille geübt, mit der sich die Bewegungsabfolge des Schusses gefahrlos simulieren lässt. Der Vorgang des Schießens besteht aus acht aufeinander abgestimmten Bewegungsabläufen („hassetsu“) und auch für die Bewegungen vor und nach dem Schuss gibt es eine festgelegte Form. Diese Bewegungen vor, während und nach dem Schießen werden immer wieder geübt. Dies erfordert und schult Ausdauer, Disziplin und Aufmerksamkeit.

Es gibt im Kyudo wie in anderen japanischen Sportarten – Judo, Karate, Kendo u.a. – auch Prüfungen, mit denen bestimmte Graduierungen erworben werden. Im Kyudo sind dies die Kyu-Grade für Anfänger und die auch aus anderen Budo-Sportarten bekannten Dan-Grade für fortgeschrittene Schützen. Auf Landes- und Bundesebene finden jährlich Wettkämpfe für Einzelteilnehmer und Mannschaften statt. In größeren Abständen besteht überdies die Möglichkeit, auf europäischer Ebene und in Japan an Wettkämpfen teilzunehmen. Voraussichtlich 2009

wird die erste Kyudo-Weltmeisterschaft in Japan stattfinden.

Lebendige Tradition

Obwohl es inzwischen in fast allen Bundesländern Kyudo-Vereine gibt, ist die Zahl der aktiven Schützen noch überschaubar: Bundesweit sind es etwa 1.200 Kyudoka (ein Drittel von ihnen übrigens Frauen) in 44 Vereinen. Jeder Verein verfügt über DSB-lizen-

ki, 9. Dan Hanshi, betreute bis zu seinem Tod 1995 die deutschen Schützen und unterrichtete sie in der Tradition der Mitte des 15. Jahrhunderts entstandenen Schule der Hekiryu-Insai-ha, deren höchster Lehrer er war. Diese Lehrtradition wird von seinen Schülern in Japan weitergeführt, die alljährlich Lehrgänge in Deutschland anbieten. In Japan existieren übrigens auch heute noch einige wenige Schulen, die im Mittelalter entstanden sind und ihr Wissen und die für unterschiedliche Zwecke nötige Schießtechnik bis in die heutige Zeit überliefert haben.



RENAULT
Service



BOXENSTOP BEI RENAULT.

**Der Öl-Service:
Damit es läuft wie geschmiert!**

Für alle Fabrikate!

GUTSCHEIN
für einen Ölwechsel 39,90 EUR*
(inkl. 4 Liter Öl 15W40, Ölfilter und Altölentsorgung!)

*Einmalig einzulösen bei:

Autohaus Knüfker

Lieselingsweg 2-4 · 53119 Bonn · Tel.: 02 28 / 55 93 70

Träger des 4. Dan

Glückwunsch: SSF-Sportler Marco Birg hat bei den diesjährigen Seminaren der Europäischen Kyudo-Föderation im französischen Bourges die Prüfung zum 4. Dan bestanden. Längst nicht jeder Kyudoka kann zu solch hohen Weihen vordringen – zwar reichen die Graduierungen bis zum 10. Dan (wobei der 9. und 10. Dan nicht mehr bei Prüfungen erworben, sondern nur verliehen werden können), doch gibt es in Deutschland beispielsweise nur einen einzigen Träger des 6. Dan.

zierte Übungsleiter, von denen viele hochgraduierte Dan-Träger sind. Sieben deutsche Übungsleiter tragen überdies den ersten Lehrertitel („Renshi“), auch kommen japanische Kyudo-Lehrer jährlich zum Unterrichten nach Deutschland.

Das heute praktizierte Kyudo verbindet eine Jahrhunderte alte Tradition mit dem Bedürfnis des heutigen Menschen nach sportlicher Betätigung, Konzentration und Ausdauer. Im Ursprungsland Japan praktizieren heute etwa 500.000 Menschen Kyudo – Schüler und Studenten, Hausfrauen, Kaufleute, Angestellte, Rentner.

In Deutschland wird Kyudo seit 1969 ausgeübt; die Urzelle der deutschen Kyudo-Vereine wurde von Professor Inagaki Genshiro in Hamburg ins Leben gerufen. Professor Inaga-

Neu: KYUDO bei den SSF

Die Kyudo-Gruppe wird von Sven Zimmermann (5. Dan Renshi) geleitet. Das Mato-Training für fortgeschrittene Schützen findet in dem Raum unter der Tribüne des Sportparks Nord statt. Trainingszeiten sind bei Sven Zimmermann zu erfragen; für Schützen, die an Prüfungen und Wettkämpfen teilnehmen wollen, fallen Zusatzkosten von 30 Euro jährlich an. Am 13. September startet ein Anfängerkurs, der für Vereinsmitglieder 50 Euro kostet (Nichtmitglieder: 60 Euro; jeweils zzgl. 15 Euro für die Gummizille). Dieser Kurs über 10 Abende findet in der Theodor-Litt-Schule in Kessenich statt, die Teilnehmer treffen sich jeweils mittwochs von 20 bis 21.30 Uhr.

Kontakt: Sven Zimmermann, Tel. 0228/2076959 oder kyudo-bonn@web.de

Die Zeit für Geschenke ist gekommen!



*Ideal für Schule, Training
und Business-Anwendungen*

TA Triumph-Adler DXD 6020

Robuster Einstiegsprojektor für Standardanwendungen in edler Optik.

- DLP™ Technologie
- Helligkeit 2.000 ANSI Lumen
- XGA-Auflösung
- Nur 2,9 kg, Kontrastverhältnis 1.000 : 1
- HDTV-fähig
- Manuelle vertikale Trapezkorrektur
- Manuelle Wandfarbkorrektur
- Echte Farben dank 4-Segment-Farbrad

€ 1.199,- inkl. MwSt.



*HDTV-fähig, unglaubliches
Kontrastverhältnis von 10.000 : 1*

TA Triumph-Adler FP 604

Eleganter Plasmabildschirm mit integrierten Lautsprechern.

- 42" (106 cm) Plasmabildschirm
- Auflösung 852 x 480 Pixel
- Helligkeit 1.500 cd/m²
- Kontrastverhältnis 10.000 : 1
- Eingebaute DVB-T- und PAL-Tuner
- Viele Anschlussmöglichkeiten (1 x DVI-D, 2 x Komponenten, 2 x Scart, 2 x S-Video, etc.)
- Integrierte 2 x 10 Watt Stereo-Lautsprecher

€ 1.999,- inkl. MwSt.

TA Triumph-Adler und das TA Triumph-Adler Logo sind eingetragene Warenzeichen der TA Triumph-Adler AG. Alle anderen erwähnten Markenamen sind eingetragene Warenzeichen der jeweiligen Hersteller. Änderungen in Ausstattung und Konstruktion sowie Irrtümer vorbehalten! (02/2006)



Souverän zur Deutschen Meisterschaft

Nadiya Koyuncu knackt deutschen Rekord - Tilia Udelhoven auf Platz 4

Bei den Deutschen Meisterschaften im Blockwettkampf in Hannover wurde Nadiya Koyuncu ihrer Favoritenrolle gerecht und holte mit neuer deutscher Bestleistung und 2946 Punkten überlegen den Titel. Für die Leichtathleten ist dies zugleich der erste Deutsche Meistertitel in der Abteilungsgeschichte – pünktlich zum zehnjährigen Bestehen.

Bereits beim 80m-Hürdenlauf überzeugte Nadiya mit der neuen Bestleistung von 11,94s und setzte sich an die Spitze des Feldes. Mit überzeugenden Leistungen im Kugelstoßen (12,43m), 100m (12,52s) und Diskuswurf (37,05m) lag Nadiya vor dem abschließenden Weitsprungwettbewerb mit 170 Zählern fast uneinholbar in Front. Nadiya musste nur noch einmal das Brett treffen und nach dem zweiten Versuch war ihr der Titel nicht mehr zu nehmen. Mit der Gewissheit der Deutschen Meisterschaft im Hinterkopf gelang Nadiya im dritten Versuch mit 5,59m der weiteste Sprung der Konkurrenz und die zweite persönliche Bestleistung.

neuen persönlichen Bestleistung von 2742 Punkten einen ausgezeichneten vierten Platz. Ihre Leistungen: Hochsprung: 1,48m, 80m Hürden: 12,44s, 100m: 12,96s, Weitsprung: 5,16m, Speerwurf: 32,62m.

Premiere und Platz 4 für Tilia Udelhoven

Auch die zweite Athletin, die für die SSF Bonn in Hannover am Start war, konnte bei ihrem ersten Auftritt bei Deutschen Meisterschaften überzeugen: Tilia Udelhoven, die im Block Sprint/Sprung in der AK W14 bereits Landesmeisterin geworden war, belegte nach einem sehr ausgeglichenen Wettkampf mit der



Bereits beim 80m-Hürdenlauf überzeugte

Einladung zur Mitgliederversammlung der Leichtathletikabteilung am Mittwoch, 18. Oktober 2006, 20.00 Uhr im Roten Salon im Sportpark Nord.

Tagesordnung

1. Eröffnung der Versammlung
Feststellung der ordnungsgemäßen Einberufung und der Beschlußfähigkeit
Wahl eines Protokollführers
2. Genehmigung der Tagesordnung
3. Wahl der Delegierten zur Delegiertenversammlung
4. Planung der Saison 2006
5. Koordinierung der Arbeiten an der Leichtathletikhalle
6. Anträge
7. Verschiedenes

Anträge zur Mitgliederversammlung sind bis spätestens zum 4. Oktober 2006 (Poststempel) schriftlich an die SSF-Geschäftsstelle Abteilungsleitung Leichtathletik, Kölnstraße 313 a, 53117 Bonn zu richten.



RENAULT
Service



BOXENSTOP BEI RENAULT.

**Der 25 Punkte Sicherheits-Service:
Immer sicher ankommen!**

Für alle Fabrikate!

GUTSCHEIN
über einen kostenlosen
Sicherheits-Check!*

*Einmalig einzulösen bei:

Autohaus Knüfker

Lievelingsweg 2-4 · 53119 Bonn · Tel.: 02 28 / 55 93 70

tel nicht mehr zu nehmen. Mit der Gewissheit der Deutschen Meisterschaft im Hinterkopf gelang Nadiya im dritten Versuch mit 5,59m der weiteste Sprung der Konkurrenz und die zweite persönliche Bestleistung.

neuen persönlichen Bestleistung von 2742 Punkten einen ausgezeichneten vierten Platz. Ihre Leistungen: Hochsprung: 1,48m, 80m Hürden: 12,44s, 100m: 12,96s, Weitsprung: 5,16m, Speerwurf: 32,62m.

Floristik · Dekorationen · Raumschmuck · Grabanlagen · Dauergrabpflege · Haus-, Hof-, Garten-Dienstleistungen



Krebs
F·L·O·R·I·S·T·I·K

SSF-Mitglieder erhalten bei uns **10% Rabatt**

Vorgebirgsstraße 22 · 53332 Bornheim-Hersel · Telefon 02222-95 19 33 · Telefax 02222-95 19 34 · info@floristik-krebs.de · www.floristik-krebs.de



Deutsche Meisterschaften über die Mitteldistanz:

SSF-Trio erringt Vizemeistertitel

Martha Richter holt den Meistertitel in der Altersklasse 55

Das gab es so noch nie: Erstmals in der Abteilungsgeschichte erkämpften sich die Triathleten der SSF bei den Deutschen Meisterschaften den Titel des Deutschen Vizemeisters der Mannschaften. Verantwortlich für diesen Erfolg in Kulmbach waren Mario Konrad, Jan Matti Becker und Thomas Meyke, die über die Mitteldistanz (2 km Schwimmen, 90 km Radfahren und 21 km Laufen) an den Start gingen.

Überragend dabei insbesondere die Schwimmleistung von Konrad, der als Zweiter

von insgesamt mehr als 300 Startern aus dem Wasser kam und nach dem Radfahren, bei dem die Athleten besonders mit Kälte und Dauerregen zu tun hatten, immer noch eine Spitzenplatzierung unter den Top Ten einnahm. Am Ende beendete der Bonner Stadtmeister den Wettkampf als Elfter in einer Zeit von 4:27 Stunden. Ihm folgten seine Mannschaftskameraden Becker als 29. in 4:35 Stunden und Meyke als 38. in 4:39 Stunden.

Aufholjagd von Martha Richter

Gemeinsam durfte sich das Trio dann bei der Siegerehrung als zweitplatziertes Team feiern lassen. Gesellschaft auf dem Siegerpodest bekamen

Einladung zur Mitgliederversammlung der Triathlonabteilung der SSF Bonn 1905 e.V.

am Dienstag, den 17.10.06, um 19.00 Uhr in der Waldau

Tagesordnung

- TOP 1: Begrüßung
- TOP 2: Feststellung der Beschlussfähigkeit
- TOP 3: Bericht des Vorstandes
- TOP 4: Neuwahl von Teilen des Vorstandes
- TOP 5: Wahl der Delegierten
- TOP 6: Saison 2007 (Veranstaltungen, Liga, etc.)
- TOP 7: Verschiedenes

Wir möchten alle Mitglieder ermutigen, Themen, die von allgemeinem Interesse für die Abteilung sind, als eigene Tagesordnungspunkte in die Tagesordnung einzubringen oder diese unter dem Punkt „Verschiedenes“ anzusprechen.

Der Abteilungsvorstand

sie dabei von Martha Richter, die sich in einem spannenden Rennen nach 6:26 Stunden den Titel der Deutschen Meisterin in der Altersklasse 55 sichern konnte. Grundlage für

diesen Titel war eine gute Laufleistung, mit der sie die Konkurrenz, die nach dem Schwimmen und Radfahren noch in Führung lag, schließlich distanzieren konnte.



Einladung zur Mitgliederversammlung der Abteilung Badminton

am Dienstag, 7. November 2006, 19.00 Uhr, im Sportpark Nord (große Sporthalle), Kölnstr. 250, 53117 Bonn.

Die stimmberechtigten Mitglieder (gemäß §14 der Satzung) der Abteilung Badminton der Schwimm- und Sportfreunde Bonn 1905 e.V. werden hiermit zur Mitgliederversammlung eingeladen.

Tagesordnung

1. Begrüßung und Feststellung der Tagesordnung
2. Mitteilungen der Abteilungsleitung und Aussprache
3. Wahl eines Abteilungsleiters / einer Abteilungsleiterin
4. Wahl eines stellv. Abteilungsleiters und auf Wunsch weiterer Mitglieder der Abteilungsleitung
5. Wahl der Delegierten der Abteilung Badminton
6. Verschiedenes

Anträge der Mitglieder zu einzelnen Punkten der Tagesordnung oder zur Tagesordnung selbst sind der Geschäftsstelle der SSF Bonn 1905 e.V., Kölnstr. 313 a, 53117 Bonn, bis spätestens zum 24.10.2006 (Poststempel oder persönliche Abgabe) zuzuleiten.

Mitglieder, die Interesse haben, in der Abteilungsleitung der Badmintonabteilung mitzuarbeiten, melden sich bitte bei SSF-Geschäftsführerin Maïke Schramm, (maïke.schramm@ssf-bonn.de, Tel. 0228/5594113).

Bonn, im Juli 2006

Maïke Schramm (kommissarische Abteilungsleiterin)

Anzeige Raabe



Erfolgreich wie nie

Drei Titelgewinne für die Triathleten – Damen dürfen vom Aufstieg in die 1. Bundesliga träumen

Insgesamt fünf Mannschaften brachten die SSF-Triathlon dieses Jahr an den Start – und für alle verlief die Saison erfolgreicher als jemals zuvor!

Die Masters (älter 45 Jahre) haben ihre Saison bereits mit dem Gewinn des Titels in der Masters-Liga abgeschlossen. Dabei siegte das Team um Kapitän Martin Holtzmann bei seinen vier Starts in Bonn, Sassenberg, Lage und Krefeld gleich viermal und ließ der Konkurrenz keinerlei Chance. Platz 3 in dieser Liga ging an das benachbarte Team von Tri Power Aegidienberg.

Sowohl die 2. Herrenmannschaft, die in der Regionalliga startet, als auch das Senioren-team (älter 35 Jahre) können bei nur noch einem ausstehenden Wettkampf mit den Ma-

sters gleich ziehen: Beide Teams haben bei ihren bisherigen drei Starts gleich dreimal Platz 1 belegt. Der Vorsprung beider Teams auf die Zweitplatzierten Mannschaften ist dabei so groß geworden, dass eigentlich auch hier jeweils vom Titelgewinn ausgegangen werden darf. Besonders erfreulich ist der Wandel der 2. Herren vom Sorgenkind zum Vorzeigeteam. Hier ist es Teamkapitän Christoph Großkopf in nur zwei Spielzeiten gelungen, eine schlagkräftige und motivierte Truppe zusammenzubringen.

Hohes Niveau in der 2. Liga

Die 1. Mannschaften der Damen und der Herren gingen dieses Jahr beide das erste Mal in der neuen 2. Bundesliga Nord, Deutschlands zweithöchster Eliteliga, an den Start. Entsprechend hoch das sportliche Niveau.

Vor dem letzten Ligawettkampf in Oldenburg belegten die 1. Herren um Kapitän Ralf Krumbe Platz 8 in der Tabelle der 15 Mannschaften. Das Team rechnet sich aber realistische Chancen aus, noch auf Platz 6 vorzurücken. Krumbe über den Saisonverlauf seiner Truppe: „Die Jungs haben bei einem Wettkampf Pech gehabt, sonst wären wir jetzt un-

ter den Top 5. Dieses Jahr wollen wir die Liga mit Spaß beenden, um dann im nächsten Jahr motiviert den Sprung unter die besten drei Mannschaften anzugehen.“

Sponsoren gesucht

Sportlich besser lief es bei den Damen unter der Leitung

sie zum Aufstieg in die 1. Bundesliga berechtigt. Dieser Herausforderung würden sich die Damen im nächsten Jahr gerne stellen, doch noch ist offen, wie die finanziellen Mehrkosten getragen werden können. Hier ist das Team aber bereits sehr engagiert auf der Suche nach potentiellen Spon-



RENAULT
Service



BOXENSTOP BEI RENAULT.

**Der Batterie-Service:
Immer mobil bleiben!**

Für alle Fabrikate!

*Einmalig einzulösen bei:

GUTSCHEIN
über einen kostenlosen
Batterie-Check!*

Autohaus Knüfker

Lieselingsweg 2-4 · 53119 Bonn · Tel.: 02 28 / 55 93 70

von Christopher Schierhorn. In der Tabelle der neun Mannschaften stehen die Damen derzeit auf dem 2. Platz, der

soren, so dass Christopher Schierhorn die Mannschaft hoffentlich bald melden kann.
Max Eggen

Schutzmarken • koffeinhaltig

PETER BÜRFENT GmbH & Co. KG
COCA-COLA BONN



Furiöse Aufholjagd

Internationale Fünfkampf-Meisterschaften in Bonn

Mit einer furiosen Aufholjagd wurde SSF-Sportlerin Lena Schöneborn am letzten Juni-Wochenende Dritte bei den Internationalen Meisterschaften der Frauen/Juniorinnen im Modernen Fünfkampf, Vereinskollegin Elena Reiche belegte Rang 5. In der nationalen Wertung bedeutete dies für Lena Rang 1 bei den Juniorinnen und Rang 2 bei den Frauen sowie für Elena Platz 3 bei den Frauen. Eine hervorragende Leistung erblickten allerdings auch die Organisatoren der Veranstaltung: Weil der Sportpark Nord ein letztes Mal für die japanischen Fußball-Nationalspieler reserviert blieb, hatten sie im gesamten Stadtgebiet nach Ausweichmöglichkeiten suchen müssen.

Der Vorsitzende des NRW-Landesverbandes im Modernen Fünfkampf, Michael Scharf, sprach dem Organisationsteam um Joachim Krupp denn auch ein dickes Lob aus – das Schießen etwa fand bei der Bundeswehr in Bonn-Hardtberg statt, gefochten wurde in einer Turnhalle in Bonn-Alfter, geschwommen wieder auf dem Hardtberg, geritten und gelaufen auf dem Rodderberg. Der Laune und den Leistungen der Athleten tat dies jedoch keinen Abbruch, allenfalls die Siegerehrung fiel durch ein plötzliches Gewitter beinahe ins Wasser und musste in die Halle verlegt werden.

Platz 1 in der internationalen Wertung der Frauen/Juniorinnen belegte Eva Trautmann

aus Hessen vor Florence Dinichert aus der Schweiz und Lena Schöneborn aus Bonn. Die 20-Jährige konnte sich diesen 3. Platz durch eine grandiose Laufleistung noch erkämpfen, nachdem sie beim Reiten einen kleinen, aber entscheidenden Fehler am Hindernis 3 begangen hatte. Zwei Verweigerungen und dann doch noch einmal über das Hindernis gesprungen, das gab 200 Strafpunkte extra.

Eva Trautmann hätte zwar auch trotz dieser 200 Penalties (knapp) gewonnen, doch hat sich hier wieder einmal gezeigt, dass sportliche Leistung nicht programmierbar ist – schon gar nicht im Modernen Fünfkampf mit dem Partner Pferd. Das Gesamtergebnis von 4864 Punkten bedeutete

für die 20-jährige bei den Juniorinnen allerdings Platz 1 sowie in der nationalen Wertung Rang 2. Vereinskollegin Elena Reiche erreichte ein Endresultat von 4748 Punkten und kam in der internationalen Wertung damit auf Platz 5, was in den nationalen Wertung aber einem guten dritten Platz gleichkam.

Bei den Junioren konnte der Schwede Daniel Sonberg die verlorengegangene Fußballlehre schon eine halbe Stunde nach der WM-Begegnung Deutschland-Schweden wieder herstellen. Auch die Franzosen konnten ihre drei Wettkämpfer unter den ersten Fünftplatzierten, erst dann punkteten die drei Berliner Tibor Nobis, Martin Busse und Christopher Link.

PARTNER
Hier gibt's Vorteile für Mitglieder

SSF Mitglieder erhalten bei uns 15% Rabatt!
Ausgenommen bereits reduzierte Ware und Sonderangebote.

Schmidt Rudersdorf
gestalte deine Welt!

Fliesen • Baustoffe • Naturstein
Christian-Lassen-Str. 6
53117 Bonn-Buschdorf
Telefon 02 28 . 55 91 6 - 0
Fax 02 28 . 55 91 6 - 55
www.schmidt-rudersdorf.de

Öffnungszeiten
Montag - Freitag 09.30 - 18.30 Uhr
Samstag 09.00 - 14.00 Uhr
Offener Sonntag* 11.00 - 16.00 Uhr
*keine Beratung, kein Verkauf

**Ideen muss man haben.
Und unsere Fliesen.**



Einladung zur Abteilungsversammlung Moderner Fünfkampf

am 7. November 2006 um 19.00 Uhr im Roten Salon,
Sportpark Nord

Tagesordnung

1. Feststellung der Tagesordnung
2. Bericht der Abteilungsleitung
3. Wahl der Delegierten
4. Verschiedenes

Anträge sind bis zum 1. November (Poststempel oder persönliche Abgabe an die Abteilungsleitung) auf der SSF-Geschäftsstelle, Kölnstr. 313a, 53117 Bonn abzugeben.

Michael Scharf

Rang 5 bei Junioren- WM im Fünfkampf

Zumindest aus deutscher Sicht hat SSF-Fünfkämpferin Lena Schöneborn für einen tollen Abschluss der Junioren-Weltmeisterschaften in Shanghai gesorgt: Sozusagen im Endspurt konnte sie sich von Rang 7 auf den 5. Platz vorarbeiten. Für die letztjährige Titelträ-

ste Saison: „Nach der Trainingsumstellung, dem Beginn des Studiums und einem Wohnortwechsel war eine gewisse Stagnation bei Lena zu erwarten, im nächsten Jahr aber werden sich Steigerungen zeigen“.

In den einzelnen Disziplinen errang die Bonner Ath-



RENAULT
Service



BOXENSTOP BEI RENAULT.

**Der Bremsen-Service:
Immer sicher zum Stehen kommen!**

Für alle Fabrikate!

GUTSCHEIN
über einen kostenlosen
Bremsen-Check!*

*Einmalig einzulösen bei:

Autohaus Knüfker

Lieselingsweg 2-4 · 53119 Bonn · Tel.: 02 28 / 55 93 70

bassetti

GRANFOULARD



Bonn-CITY

GRAFF GmbH

WOHNACCESSOIRES + WOHNTEXTIL

Vivatsgasse 2 · 53111 Bonn

Tel.: 02 28/65 26 59 · Fax: 6 29 89 51

gerin, die auch im nächsten Jahr noch bei den Juniorinnen startberechtigt ist, war dies eine Bestätigung ihrer internationalen Leistungsfähigkeit. Trotz guter Leistungen in allen Disziplinen fehlte es der Bonnerin aber am berühmten Quäntchen Glück für eine Medaille.

Bundestrainerin Kim Raisner, die Lena bestens aus gemeinsamen Wettkämpfen kennt, freute sich über das Gesamtergebnis von 5356 Punkten: „Unser Ziel für das nächste Jahr bleibt die Qualifikation für die Olympischen Spiele 2008 in Peking und wir wissen nun, wo noch besonders gearbeitet werden muss“. Die Berlinerin geht zuversichtlich in die näch-

leten folgende Ergebnisse: Schießen: 177 Ringe (=1060 Punkte), Fechten: 916 Punkte (19 Siege/11 Niederlagen), 200 m Schwimmen: 2:24,06 min (=1192 Punkte), Reiten: 1088 Punkte (bei 4 Abwürfen), Laufen: 10:55,81 s (=1100 Punkte und die sechstbeste Zeit überhaupt).

Junioren-Weltmeisterin wurde die Ägypterin Aya Medany mit 5660 Punkten, die den Wettkampf von Beginn an dominierte; Zweite wurde die Französin Amélie Caze (5452 Punkte), die sich nach zwei Stürzen noch knapp vor der Chinesin Cehn (5432 Punkte) über die Ziellinie retten konnte.

Vereineigene Schwimmhalle nur für Mitglieder im Sportpark Nord.

Sportbecken: 50 m lang, 20 m breit, Wassertiefe 1,80 m / 3,80 m, Taucherglocke 7,0 m, Wassertemperatur 27 Grad

Lehrbecken: 12,5 m lang, 5,80 m breit, Wassertiefe 0,40 m / 1,20 m, Wassertemperatur 27 Grad
(Dieses Becken ist Mo.-Fr. durch Kurse belegt)

Badekappspflicht!

Kostenlose Benutzung für Vereinsmitglieder zu folgenden Zeiten:

Tag	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
Bahnen	3	3	3	3	3	mind.4	8
von	14.00	06.30	06.30	06.30	06.30	07.00	08.00
bis	-	-	-	-	-	-	-
Uhrzeit	21.30	21.30	22.30	21.30	21.30	17.00	14.45

An folgenden Tagen ist das Bad geschlossen:

Neujahrstag, Rosenmontag, 1. u. 2. Weihnachtstag.
Für die übrigen Feiertagen bitte Aushang im Bad beachten.

Geschäftsstelle der SSF-Bonn:

Kölustrasse 313a, 53117 Bonn,
Telefon-Nr. 0228/676868, Fax: 0228/673333,
Email: info@ssf-bonn.de, Internet: www.ssf-bonn.de.

Öffnungszeiten Geschäftsstelle:

Mo, Mi, Fr 13.00 – 17.00 Uhr,
Di 9.00 – 18.00 Uhr,
Do 9.00 – 20.00 Uhr.

Mitgliedsbeitrag pro Jahr ab 2007: 128 EUR pro Erwachsenen; 105 EUR pro Kind, Familienermäßigung, Studentenrabatt
Aufnahmegebühr: 26 EUR pro Erwachsenen; 11 EUR pro Kind

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

Trainingsstätten:

Sportpark Nord: Kölustrasse 250; 53117 Bonn

Theodor Litt Schule: Eduard Otto Strasse 9; 53129 Bonn

Ludwig-Erhard-Kolleg: Kölustrasse 235; 53117 Bonn

Gottfried-Kinkel Realschule: August-Bier-Strasse 2; 53129 Bonn

Robert-Wetzlar-Kolleg: Dorotheenstr./ Ecke Ellerstr., 53111 Bonn

Jahnschule: Herseler Str. 3, 53117 Bonn

SSF-Bootshaus: Rheinaustr. 269, 53225 Bonn

Schulzentrum Tannenbusch: Hirschberger Strasse, 53119 Bonn

Beethoven-Gymnasium: Adenauerallee 51-53, 53113 Bonn

Frankenbad: Am Frankenbad 2, 53111 Bonn

Rheinische Kliniken Bonn: Kaiser-Karl-Ring 20, 53111 Bonn

Seniorenheim Josefshöhe: Am Josefinum 1, 53117 Bonn

Öffnungszeiten Fitnessraum Sportpark Nord:

Mo, Mi, Fr 8.00 – 21.30 Uhr, Di, Do 9.00 – 21.30 Uhr,
Sa 9.00 – 17.00 Uhr, So 10.00 – 15.00 Uhr.

Öffnungszeiten Fitnessraum SSF-Bootshaus Beuel

Mo, Mi, Fr 9.00 Uhr – 21.00 Uhr
Di, Do 14.00 Uhr – 21.00 Uhr
So 9.00 Uhr – 14.00 Uhr
Freitags inclusive Kinderbetreuung von 9.00 - 12.00 Uhr







SCHLAFSYSTEME
WASSERBETTEN • MATRATZEN • LUFTBETTEN

DAS TRAUM DUO

MATRATZE EVOLUTION & RAHMENLOSE UNTERFEDERUNG

SSF Mitglieder
erhalten bei uns
15% * Rabatt!




Matratze "Evolution" mit neu entwickeltem **integralelem Wellenprofil** für übergangslosen anatomisch, perfekten Liegekomfort.
Kombiniert mit der patentierten rahmenlosen Unterfederung SF500 Premium Line, verschmelzen sie zu einem traumhaften Duo.

*Gilt nur auf nicht reduzierte Ware und in Verbindung mit Ihrem Mitglied Ausweis!

Werner Bungert - www.sleeping.art.de - Obnierstr.10 - Nähe Verteilerkreis - 53119 Bonn
Tel. (0228) 68 65 56 - Fax (0228) 68 97 833 - Öffnungszeiten : Mo.-Fr. 10-13 & 15-18 Uhr Sa.10-14 Uhr



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. Bitte erkundigen Sie sich in der Geschäftsstelle oder bei den angegebenen Ansprechpartnern.

Badmintonkurse für Erwachsene

Sportpark Nord, Kursdauer: 10 Übungsstunden, Kosten: 10 EUR für SSF-Mitglieder, 45 EUR für Nichtmitglieder

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

Badmintonkurse für Jugendliche

Sportpark Nord, Kursdauer: 10 Übungsstunden, Jugendliche, die den Anfängerkurs absolviert haben, können in den laufenden Spielbetrieb einsteigen, Kosten: 5 EUR für Mitglieder, 25 EUR für Nichtmitglieder

Anfänger	donnerstags,	15.00 – 16.00 Uhr
Fortgeschrittene	donnerstags,	16.00 – 17.00 Uhr

Basketball für Kinder und Jugendliche

Kursdauer: 10 Übungsstunden, Kosten: 5 EUR für Mitglieder, 25 EUR für Nichtmitglieder

Fortgeschrittene	freitags,	15.00 – 16.00 Uhr	Robert-Wetzlar-Sch.
Fortgeschrittene	freitags,	16.00 – 17.00 Uhr	Robert-Wetzlar-Sch.
Anfänger	dienstags,	17.00 – 18.00 Uhr	Theodor-Litt-Sch.

Einrad für Jugendliche (Alter 8 – 14 Jahre)

Sportpark Nord, Kursdauer: 10 Übungsstunden, Kosten: 10 EUR für Mitglieder, 25 EUR für Nichtmitglieder

Anfänger	montags	16.00 – 17.00 Uhr
Fortgeschrittene	montags	17.00 – 18.00 Uhr

Sportabzeichen

Sportpark Nord im Stadion, Zeitraum Mai bis 26. September, Abnahme Deutsches und Bayerisches Sportabzeichen, kostenfrei, ohne Anmeldung. Nähere Infos: Frank Herboth, Tel. 0228/675701
dienstags, 18.00 – 19.30 Uhr

Nordic Walking

Kursdauer: 10 Übungsstunden, Kosten: 10 EUR für Mitglieder, 45 EUR für Nichtmitglieder, Walkingsticks gegen Leihgebühr

Anfänger	mittwochs,	17.30 – 18.30 Uhr	SPN, Stadion
Fortgeschrittene	mittwochs,	18.30 – 20.00 Uhr	Parkplatz Römerbad, eigene Walkingsticks mitbringen

Beckenbodengymnastik

Seniorenheim Josefshöhe, Kursdauer: 10 Übungsstunden, Kosten: 10 EUR für Mitglieder, 45 EUR für Nichtmitglieder.

dienstags, 09.00 – 10.00 Uhr

Kurse der Skiabteilung für Erwachsene

Sportpark Nord, Einstieg jederzeit möglich. Für Mitglieder der Skiabteilung kostenlos, für Nichtmitglieder und Mitglieder anderer Abteilungen: Zehnerkarte 45 EUR, Ansprechpartner: Hans Hennes, Tel. 02222/3659

Skigymnastik	mittwochs,	18.15 – 19.30 Uhr
Dynamisches Fitnesstraining	mittwochs,	19.30 – 21.00 Uhr

Wassergewöhnungs- und Schwimmkurse für Kinder

Umfangreiches Angebot, nähere Informationen in der Geschäftsstelle

Erwachsenenkurse der Schwimmabteilung

Schwimmkurse: Sportpark Nord, 14 Übungsstunden, Kosten: 45 EUR für Mitglieder, 95 EUR für Nichtmitglieder

Anfänger dienstags, 19.00 – 19.45 Uhr

Fortgeschrittene freitags, 19.15 – 20.00 Uhr (Kraul- u. Rückenschwimmen)

Aquajogging/Aquapower: Kursdauer: 10 Übungsstunden, Kosten: 25 EUR für Mitglieder, 50 EUR für Nichtmitglieder

Aquajogging (schwimmtief) donnerstags, 19.45 – 20.30 Uhr SPN

Aquapower (schwimmtief) donnerstags, 19.00 – 19.45 Uhr SPN

Aquapower (stehtief) dienstags, 19.45 – 20.30 Uhr SPN

Aquapower (stehtief) samstags, 11.15 – 12.00 Uhr Rheinische Kliniken B.

Präventiver Kurs für Erwachsene

In Zusammenarbeit mit den Krankenkassen und der SSF Bonn. Bei regelmäßiger Teilnahme ist eine Kostenerstattung bei verschiedenen Krankenkassen möglich

Aquafitness (schwimmtief): Sportpark Nord, Kursdauer: 11 Übungsstunden, 10 EUR für Mitglieder, 45 EUR für Nichtmitglieder

freitags 11.45 – 12.30 Uhr SPN

Hier unten finden Sie das Kursangebot, das in unserem SSF-Bootshaus in Bonn Beuel stattfindet. (bereits bestehende Kurse und geplante Kurse ab 18. September 2006)

Mo 10:15 – 11:30 Uhr Bodystyling (Kurs, ab 25.09.2006, Sonja Shafaghi)

Mo 11:30 – 12:45 Uhr Rückenfit (Kurs, ab 25.09.2006, Sonja Shafaghi)

Mo 15:00 – 16:00 Uhr Kindertanz (6-10 Jahre)
(Kurs, ab 18.09.2006, Ingrid Berger-Knipp)

Mo 16:30 – 17:15 Uhr Kung Fu für 6-9 Jährige
(Abteilung, Sabine Haller-Schretzmann)

Mo 17:15 – 18:00 Uhr Kung Fu für 9-12 Jährige
(Abteilung, Sabine Haller-Schretzmann)

Mo 18:10 – 19:15 Uhr Kung Fu für Jugendliche und Erwachsene
(Abteilung, Sabine Haller-Schretzmann)

Mo 19:15 – 22:00 Uhr Kung Fu für Fortgeschrittene
(Abteilung, Sabine Haller-Schretzmann)

Di 18:30 – 19:30 Uhr Tai Chi für Fortgeschrittene
(Abteilung, Sabine Haller-Schretzmann)

Di 19:30 – 20:30 Uhr Tai Chi für Fortgeschrittene 1
(Abteilung, Sabine Haller-Schretzmann)

Di 20:30 – 22:00 Uhr Tai Chi für Fortgeschrittene 2
(Abteilung, Sabine Haller-Schretzmann)

Mi 09:00 – 10:15 Uhr Wirbelsäulengymnastik
(Präventionskurs, ab 18.09.2006, Mabubeh Mesbah)

Mi 18:30 – 20:00 Uhr Bauchtanz (Kurs, ab 20.09.2006, Christa Schulz)

Mi 20:00 – 22:00 Uhr Tanzen für Erwachsene
(Standardtänze; Raphaela Edeler)

Do 16:15 – 17:15 Uhr Capoeira für Jugendliche
(Kurs, ab 18.09.2006, Daniel Katayama)

Do 17:15 – 18:45 Uhr Capoeira für Erwachsene
(Kurs, ab 18.09.2006, Daniel Katayama)

Do 19:00 – 20:00 Uhr Tai Chi für Einsteiger
(Abteilung, Sabine Haller-Schretzmann)

Do 20:00 – 22:00 Uhr Tai Chi - Prüfungsvorbereitung
(Abteilung, Sabine Haller-Schretzmann)

Fr 15:00 – 16:00 Uhr Jazz-Dance für 8 – 12 Jährige
(Kurs, ab 18.09.2006, Christina Ding)

Fr 16:00 – 17:00 Uhr Jazz-Dance ab 13 Jahre
(Kurs, ab 18.09.2006, Christina Ding)

Fr 18:00 – 24:00 Uhr Tango Argentino (Gruppe, Martin Ottmers)

Sa 11:00 – 12:00 Uhr Fat Burner (Kurs, ab 18.09.2006, Simone Meinert)

Sa 12:00 – 13:00 Uhr Matten Work Out
(Kurs, ab 18.09.2006, Simone Meinert)

Sa 13:00 – 14:00 Uhr Bauch – Oberschenkel – Po
(Kurs, ab 18.09.2006, Ass)

Sa 14:00 – 15:00 Uhr Bauch – Beine – Po (Kurs, ab 18.09.2006, Ass)

Abteilungsangebote (nur für Vereinsmitglieder, Probetraining möglich)



Schwimmen

Angebot: Schwimmkurse / Leistungssport- und Breitensportgruppen. (Zusatzbeiträge für Leistungssportgruppen)
Trainingsstätten: Sportpark Nord, Frankenbad
Auskünfte: Ute Pilger, 0228/768406
Masterssport: Margret Hanke, 0228/622899
Schwimmkurse: SSF-Geschäftsstelle, 0228/676868

Wasserball

Angebot: Mannschaften für alle Altersstufen
Trainingsstätte: Sportpark Nord
Auskünfte: Ruppert Mayershofer, 0228/644437

Tauchen „STA Glaukos“

Angebot: ABC-Ausbildung, Ausbildung zum Erwerb aller nationaler Tauchsportabzeichen, Übungstauchgänge im Freigewässer nach Absprache, Jugendtraining
Trainingsstätte: Sportpark Nord
Auskünfte: Frank Engelen, 0228/4798887; info@glaukos-bonn.de; Jugendtraining: jugend@glaukos-bonn.de
Abteilungsbeitrag: 25,60 EUR pro Jahr

Kanu

Angebot: Ausbildung, regelmäßige Fahrten, Teilnahme an Wettbewerben und sonstigen Veranstaltungen
Trainingsstätten: Sportpark Nord SSF-Bootshaus
Auskünfte: Hubert Schrick, 0228/773424 (d), Kirsten Scharf, 0228/677002, Brigitte Hoffmann, 0228/482898
Abteilungsbeitrag: Jugendliche: 20,50 EUR pro Jahr
Erwachsene: 25,60 EUR pro Jahr

Tischtennis

Angebot: Jugendgruppe, Hobbygruppe, Seniorengruppe
Trainingsstätten: Jahnschule, Sportpark Nord
Auskünfte: Jörg Brinkmann, 0228/677910
Abteilungsbeitrag: Erwachsene: 15,- EUR pro Jahr

Badminton

Angebot: Verschiedene Trainingsgruppen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene. Kurse für Anfänger und Fortgeschrittene
Trainingsstätten: Sportpark Nord
Auskünfte: SSF Bonn, Geschäftsstelle, 0228/676868

Volleyball

Angebot: Wettkampfmannschaften für Kinder und Erwachsene, Hobby-Volleyball-Gruppen, Kurse für Anfänger
Trainingsstätten: Gottfried-Kinkel-Realschule, Beethoven Gymnasium, Schulzentrum Tannenbusch, Sportpark Nord
Auskünfte: Fritz Hacke (Erwachsene), 02244/3386
SSF Bonn, Geschäftsstelle (Kinder und Jugendliche) 0228/676868

Leichtathletik

Angebot: Trainingsgruppen für Kinder, Jugendl. u. Erwachsene
Trainingsstätten: Collegium Josephinum Bonn, Sportpark Nord
Auskünfte: Alois Gmeiner, 02208/5243

Moderner Fünfkampf

Angebot: Vielseitigkeitssport: Schwimmen, Laufen, Fechten, Schießen und Reiten, Hobbyschießgruppe für Erwachsene
Trainingsstätte: Sportpark Nord
Auskünfte: Joachim Krupp, 0228/640218
Anton Schmitz, 0228/664985

Ski

Angebot: Ganzjährige Skigymnastik, Frühwinterskilauf, Skilaut aktiv, Skiwandern, Skiferien für Jedermann, Schlittschuhlaufen, Wanderungen
Trainingsstätte: Sportpark Nord
Auskünfte: Petra Block, 0228/690454
Hans Hennes, 02222/3659
Abteilungsbeitrag: 7 EUR pro Jahr

Triathlon

Angebot: Vielseitigkeitssport: Schwimmen, Laufen, Radfahren
Trainingsstätte: Sportpark Nord
Auskünfte: Janet Schriever, 0172/2789822
Abteilungsbeitrag: 30,- EUR pro Jahr ab 18 J., 10 EUR pro Jahr 16–17 J.

Judo

Angebot: Judotraining für Kinder (ab 5 J.), Jugendliche und Erwachsene, Judogymnastik
Trainingsstätten: Sportpark Nord, Theodor-Litt-Schule
Auskünfte: Jörg Buder (Erwachsene), 02222/63060
Yamina Bouchibane (Kinder), 02224/969545

Ju-Jutsu

Angebot: Selbstverteidigung, Kampftraining und Fitness für Jugendliche ab 16 J. und Erwachsene
Trainingsstätte: Theodor-Litt-Schule
Auskünfte: Alexander Zumbeck, 02222/922957

Karate, Ken-Do, Iai Do

Angebot: **Karate:** für Kinder ab 8 J., Jugendliche und Erwachsene, Anfängerkurse und Trainingsgruppen
Ken-Do: für Jugendliche ab 14 J. und Erwachsene
Iai Do: für Jugendliche ab 16 J. und Erwachsene
Trainingsstätte: Sportpark Nord
Auskünfte: Wolfgang Günther (Karate Erw.), 02222/936149, Norbert Geuthner (Kendo), geuthner@aol.com, Dr. Heinz Beck (Iai-Do), 0228/28179109

Bo-Jutsu, Jiu-Jitsu, Aikibudo

Angebot: Stock- und Waffenkampf, Kobudo (ab 18 J.), Selbstverteidigung, im sportlichen Wettkampf und als Kampfkunst
Trainingsstätte: Theodor-Litt-Schule
Auskünfte: Ute Giers, 02241/9320670

Kyudo

Angebot: Japanisches Bogenschießen, ab 16 Jahre, Anfängerkurs, Training für Fortgeschrittene
Trainingsstätte: Sportpark Nord, Theodor-Litt-Schule
Auskünfte: Sven Zimmermann, 0228/2076959

Tai Chi

Angebot: **Tai Chi:** Erwachsene
Trainingsstätte: SSF-Bootshaus
Auskünfte: tai-chi@ssf-bonn.de

Tanzen „Tanz-Turnier-Club ORION“

Angebot: Gesellschaftstanzkreise, Breitensport-Tanzen, Turniertanz Standard
Trainingsstätten:- Gottfried-Kinkel-Realschule, SSF-Bootshaus
Auskünfte: Peter Kunze-Schurz, 0228/265300, Carola Reuschenbach-Kreutz, 0171/6817751, Raffaella Edeler, 0178/4158208;
Abteilungsbeitrag: 30,70 EUR pro Quartal (Erwachsene)

Krafttraining /Fitnessstraining

Angebot: Individuelles u. wirbelsäulenschonendes Ganzkörpertraining an Geräten, gezieltes Gymnastikprogramm sowie Tests zur Einschätzung des Trainingszustandes
Trainingsstätte: Sportpark Nord
Auskünfte: Beate Schukalla, 0228/6193755
Trainingsstätte: SSF-Bootshaus Bonn Beuel
Auskünfte: Inga Eimann, 0228/4229272
Abteilungsbeitrag: 76,70 EUR pro Jahr, Nutzung beider Fitnessräume 90 EUR

Breiten- und Gesundheitssport

Angebot: Offener Bewegungstreff: verschiedene Gruppen (Wirbelsäulengymn., gesundes Fitnessstraining, Aerobic, Lauftreff, Wassergymn., Kinderturnen und vieles mehr), für Mitglieder und Nichtmitglieder siehe gesondertes Angebot
Auskünfte: SSF Bonn, Geschäftsstelle, 0228/676868

Einfach eine Teilnehmerkarte kaufen und hingehen. Keine Anmeldung erforderlich!

Egal, ob Sie nur mal schnuppern oder regelmäßig Sport treiben wollen, ob Sie sich für ein Angebot entscheiden oder öfter etwas anderes machen möchten: Bei den Angeboten des „Offenen Bewegungstreffs“ ist alles möglich. In den Schulferien sowie an Feiertagen finden keine Angebote statt.

Wir wollen mit unseren Angeboten aktuell bleiben und unsere Teilnehmer mit einem gesunden Sportangebot zufriedenstellen. In den Sommermonaten finden bei schönem Wetter manche Gymnastik- und Fitnessangebote auch im Stadion statt.

Strukturelle Veränderungen und Neuerungen in den angebotenen „offenen“ Sportgruppen (z.B. Verfügbarkeit der Übungsleiter, Anzahl der Teilnehmer oder Räumlichkeiten) sind möglich, manchmal auch kurzfristig. Daher sollten sich Interessenten bitte vorher am Aushang im Eingangsbereich des Sportparks Nord, in der SSF-Geschäftsstelle oder im Internet über den aktuellen Stand informieren.

Die Jahres- und Multi-Jahreskarten sind immer nur bis 31. Dezember gültig. Sie müssen jedes Jahr neu beantragt werden. Adresse, Telefonnummer und Öffnungszeiten der Geschäftsstelle und des Krafraums, sowie die Adressen der Sportstätten, finden Sie auf Seite 28.

Preise des Offenen Bewegungstreffs:

(Kartenverkauf in der Geschäftsstelle und im Fitnessraum der SSF Bonn während der Öffnungszeiten)

Einzelkarte:

5 EUR für Mitglieder und Nichtmitglieder bis 59 Jahre
4 EUR für Mitglieder und Nichtmitglieder ab 60 Jahre u. Kinder

Zehnerkarte:

10 EUR für Mitglieder
45 EUR für Nichtmitglieder bis 59 Jahre
30 EUR für Nichtmitglieder ab 60 Jahre u. Kinder

Jahreskarten: (nur für Mitglieder)

1 Jahreskarte für 1 Angebot

18 EUR bis 59 Jahre
15 EUR ab 60 Jahre u. Kinder

2 Jahreskarten für 2 Angebote

36 EUR bis 59 Jahre
30 EUR ab 60 Jahre u. Kinder

1 Multi-Jahreskarte für alle Angebote

50 EUR bis 59 Jahre
40 EUR ab 60 Jahre u. Kinder

Das Angebot im Einzelnen: Stand: 10. September 2006

Wirbelsäulengymnastik

Mo	10.00 - 11.15 Uhr	Sportpark Nord
Mo	11.20 - 12.30 Uhr	Sportpark Nord
Mo	18.15 - 19.30 Uhr	Seniorenh. Josefshöhe
Di	18.00 - 19.30 Uhr	Theodor-Litt-Schule
Mi	8.00 - 09.15 Uhr	Sportpark Nord
Fr	9.30 - 10.45 Uhr	Sportpark Nord

Wirbelsäulengymnastik mit Entspannung

Do	18.00 - 19.15 Uhr	Theodor-Litt-Schule
----	-------------------	---------------------

Rückenfit

Mi	11.45 - 13.00 Uhr	Bootshaus Beuel
Do	20.00 - 21.30 Uhr	Ludwig-Erhard-Kolleg

Kräftigung Tiefenmuskulatur

Fr	11.00 - 12.30 Uhr	Sportpark Nord
Fr	19.00 - 20.00 Uhr	Sportpark Nord

Pilates

Mi	17.15 - 18.30 Uhr	Ludwig-Erhard-Kolleg
----	-------------------	----------------------

Ausgleichsgymnastik

Do	10.00 - 11.15 Uhr	Sportpark Nord
----	-------------------	----------------

Ausgleichsgymnastik im Sitzen für ältere Senioren

Di	10.00 - 11.15 Uhr	Seniorenh. Josefshöhe
----	-------------------	-----------------------

Body and Mind

Di	19.30 - 21.00 Uhr	Theodor-Litt-Schule
----	-------------------	---------------------

Seniorengymnastik

Mi	9.30 - 10.45 Uhr	Sportpark Nord
Do	8.45 - 10.00 Uhr	Sportpark Nord

Gesundes Fitnesstraining

Mo	18.45 - 20.00 Uhr	Sportpark Nord
----	-------------------	----------------

Gesund und fit

Mi	19.00 - 20.00 Uhr	Sportpark Nord
Mi	20.00 - 21.30 Uhr	Sportpark Nord

Fitness nur für Frauen

Mi	20.00 - 21.30 Uhr	Gottfried-Kinkel RS
----	-------------------	---------------------

Senioren Aerobic

Di	11.15 - 12.30 Uhr	Sportpark Nord
----	-------------------	----------------

Schon-/Einsteiger-Aerobic

Fr	18.00 - 19.00 Uhr	Sportpark Nord
----	-------------------	----------------

Fatburner Aerobic

Mo	18.30 - 19.30 Uhr	Sportpark Nord
----	-------------------	----------------

Aerobic

Do	17.30 - 19.00 Uhr	Sportpark Nord
----	-------------------	----------------

Body Styling

Mo	19.45 - 21.15 Uhr	Sportpark Nord
----	-------------------	----------------

Bauch-Beine-Po

Mi	10.30 - 11.45 Uhr	Bootshaus Beuel
----	-------------------	-----------------

Thai-Bo

Do	18.15 - 19.45 Uhr	Sportpark Nord
----	-------------------	----------------

Walking mit und ohne Stöcke

Mi	11.00 - 12.00 Uhr	Sportpark Nord
Treffpunkt: Stadion im Sportpark Nord		

Lauffreff

Di	18.00 - 19.00 Uhr (Anfänger)	Sportpark Nord
Di	19.00 - 20.00 Uhr (Fortgeschrittene)	Sportpark Nord
Treffpunkt: Eingangsbereich im Sportpark Nord		

Wassergymnastik

Mi	19.15 - 20.00 Uhr	Sportpark Nord
Mi	20.00 - 20.45 Uhr	Sportpark Nord
Do	19.15 - 20.00 Uhr	Sportpark Nord

Aqua jogging

Mi	12.15 - 13.00 Uhr	Sportpark Nord
Do	9.00 - 9.45 Uhr	Sportpark Nord
Do	10.00 - 10.45 Uhr	Sportpark Nord
Fr	11.00 - 11.45 Uhr	Sportpark Nord

Volleyball für Anfänger

Fr	18.30 - 20.00 Uhr	Sportpark Nord
----	-------------------	----------------

Kinderturnen

für Kinder (1,5 - 3 J.) und Eltern		
Di	9.30 - 10.30 Uhr	Sportpark Nord
Di	10.30 - 11.30 Uhr	Sportpark Nord
Do	17.00 - 18.00 Uhr	Sportpark Nord
für Kinder (4 - 6 J.), Geschwister u. Eltern		
Do	16.00 - 17.00 Uhr	Sportpark Nord
für Kinder (3 - 4 J.) und Eltern		
Fr	17.00 - 18.00 Uhr	Sportpark Nord
für Kinder (5 - 6 J.) ohne Eltern		
Fr	16.00 - 17.00 Uhr	Sportpark Nord



Wo wir in Bonn unsere Kreise ziehen, sind Sie gut versorgt.

Wir machen Bonn zur funktionierenden Stadt:
Durch Energie- und Wasserversorgung, Busse
und Bahnen, Abfallverwertung, Hafenbetrieb
und was sonst noch dazu gehört.

Schwimm- und Sportfreunde Bonn 1905 e.V.
Kölnstraße 313a · 53117 Bonn

G-4062 Postvertriebsstück. Entgelt bezahlt.