

BONN



SSFS

Sport- Palette

Vereinsnachrichten der Schwimm- und Sportfreunde Bonn 1905 e.V. Ausgabe 394 / Oktober 2005



Foto: Stefan Barth

Unsere Weltmeisterinnen im Modernen Fünfkampf:
Lena Schöneborn und Elena Reiche mit der Berliner Kim Raisner





Raten Sie mal,
wer gewinnt.
Sie!

 Sparkasse
KölnBonn

Welche finanziellen Ziele Sie auch haben, mit uns haben Sie vom Start weg beste Chancen. Denn wir bieten Ihnen Spar- und Geldanlageideen, mit denen Sie schneller vorwärts kommen. Fragen Sie uns. Wir sagen Ihnen, wie wir Ihre finanziellen Vorhaben Erfolg versprechend ins Laufen bringen. **Sparkasse. Gut für Köln und Bonn.**



Schwimm- und Sportfreunde Bonn

Geschäftsstelle:

Königsstraße 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: 0228/672890
 Telefon Kraftraum: 0228/61 93 755

Bankverbindungen:

Sparkasse Bonn
 Kto.-Nr. 72 03, BLZ 380 500 00
 Postbank Köln
 Kto.-Nr. 932545 01, 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:

Maïke Schramm

Finanzreferent:

Manfred Pirschel

Vereinsverwaltung:

Peter Hardt

Koordination der Abteilungen:

Eckhard Hanke

Schule und Verein, Umwelt und Ausbildung:

Manuel Gaßner

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	6–11
Jugend	12–13
Aus den Abteilungen:	
Schwimmen	14–17
Wasserball	19
Tauchen	20–23
Kanu	24–25
Tischtennis	26–28
Triathlon	29–31
Karate	31
Moderner Fünfkampf	32
Volleyball	34–35
Offener Bewegungstreff	36–37
Kursangebote	38
Abteilungsangebote	39

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, „Sport-Palette“,
 Kölnstr. 313 a, 53117 Bonn

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)

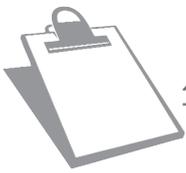
Herstellung: Schwimm- und Sportfreunde Bonn 1905 e.V.

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

- Gitte Grommes
Herbert Schultes
Roswitha Sieg
Regina Kassner-Rugo
Margot Zimmermann
Achim Strehlow
Michael Werle
Doris Kopka
Marie-Luise Maeurer
Manfred Werner
Dieterich Veil
Sibylle Lange
Maria Mueller
Ingo Niemzig
Gisela Thoma
Sigrid Hermanns
Jürgen Kohlandt
Leni Henze
Anne-Rose Boeckling
Inge Hopp
Claus-Dieter Rade
Maria von der Linden
Gerhard Wenzel
Bruno Masshoefer
Petra Maria Petersen
Elisabeth Scharf
Sybille Frantzen
Heinz Schueller

November

- Katharina Keroglu
Ekatherina Kouptsianis
Mehdi Radfar
Susanne Lehrmann
Eva Ruebenach
Marie-Luise Seidel
Theresa Leisner
Barbara Lensing-Schloßer
Johann Wexeler
Manfred Luenser
Uwe Rothhardt
Heinz-Peter Kurth
Walter Emmerich
Manocher Zolfaghari
Ingrid Elsner
Manfred Ullisch
Herbert Hillemacher
Claus W. Dittmer
Ernst Hromadka
Irmgard Reuter
Kurt Jaeger
Karin Moll
Günter Hampel
Christiane Schroeter
Sonja Schultes

Freie Plätze in der Übermittagsbetreuung

In der Übermittagsbetreuung für Grundschul Kinder sind jetzt Plätze frei!

Montags bis freitags werden die Kinder von 12.00 bis ca 16.00 Uhr von einer Erzieherin und einem Erzieher betreut und erhalten ein gesundes Mittagessen im benachbarten Fechtinternat. Die Größe der Gruppe liegt bei 14 Kindern, die Kosten betragen 80 Euro im Monat (Ermäßigungen für Sozialhilfeempfänger und Inhaber eines Bonn-Ausweises sind möglich).



Anmeldungen nimmt die Geschäftsstelle der SSF Bonn entgegen (Kölnstraße 313a, 53117 Bonn, Telefon: 0228/67 68 68).

40 Euro Nutzungsgebühr für „schwarze Schafe“

Weil es immer wieder „schwarze Schafe“ gibt, die die SSF-Sportstätten nutzen, ohne Vereinsmitglied zu sein oder die entsprechende Kursgebühr bezahlt zu haben, hat der Vereinsvorstand Maßnahmen ergriffen: Wer die Sportstätten des Vereins widerrechtlich nutzt, muss künftig mit mehr als nur einem Hallenverweis rechnen.

Der Vorstand hat in seiner Sitzung vom 23.06.2005 den Paragraphen 3.6 der Beitrags- und Gebührenordnung wie folgt geändert: Künftig hat das Aufsichtspersonal das Recht, widerrechtliche Nutzer aus der Sportstätte zu weisen und eine einmalige Nutzungsgebühr in Höhe von 40 Euro zu verlangen. Diese Gebühr muss sofort entrichtet werden, kann gegen Vorlage eines gültigen Personalausweises und zusätzlich einer Bearbeitungsgebühr von 3 Euro aber auch schriftlich in Rechnung gestellt werden. Der Betrag ist 14 Tage nach Rechnungsdatum fällig (Poststempel).

Noch teurer wird es, wenn die Forderung über ein Anwaltsbüro bzw. einen Mahnbescheid eingetrieben werden muss; dann kommt zu der einmaligen Nutzungsgebühr von 40 Euro eine Verwaltungsgebühr von 13 Euro dazu – so wie auch die Anwalts- bzw. Mahnkosten dem illegalen Nutzer auferlegt werden.

*** SSF-Termine ***

Table with 2 columns: Date and Event description. Rows include: Di, 04.10.2005 Start der Trampolinwoche im Sportpark Nord; Mo, 10.10.2005 Herbstwoche für Jugendliche im Sportpark Nord; Do, 10.11.2005 Gesamtvorstandssitzung im Bootshaus; Sa, 19.11.2205 Traditionsabend im Bootshaus; Do, 01.12.2005 Kindernikolausfeier im Sportpark Nord

Redaktionsschluss für die nächste Palette: 01. November 2005

Besser als jede Planung



Liebe Schwimm und Sportfreunde,
liebe Neumitglieder in Bonns größter Sportgemeinschaft,
zunächst einmal gilt unser herzlicher Gruß all denen, die
auf dem diesjährigen SSF-Festival am 3. September
Mitglied der Schwimm- und Sportfreunde Bonn 1905
geworden sind. Wir hoffen sehr, dass Sie in unserer
großen Sportgemeinschaft Ihren Platz finden und sich
wohl fühlen. Wenn Sie fragen zum Verein und seinen
Angeboten haben, nutzen Sie die Vereinszeitschrift, das
Internet (www.ssf-bonn.de) und die Geschäftsstelle als
wertvolle Informationsquellen.

Mein herzlicher Dank gilt aber gerade auch im Zusammen-
hang mit dem SSF-Festival den vielen ehrenamt-
lichen Helfern und Helferinnen, die erneut zum Gelingen
einer großartigen Präsentation des Vereins auf dem
Münsterplatz beigetragen haben. Weit über 200 SSFler
waren im Einsatz, gerade im Jahr des 100-jährigen
Bestehens ein ermutigendes Bild, was ehrenamtliches
Engagement bewirken kann.

Ein Höhepunkt des Festivals war sicher die Verleihung
der Ehrenmitgliedschaften. An Hans Karl Jakob bei-
spielsweise, der über Jahrzehnte im Vorstand des Clubs
unterschiedliche Ämter inne hatte und über viele Jahre
die Moderation des SSF-Festivals als „Stimme der SSF“
übernahm. 1955 war er in einen damals noch über-
schaubaren Verein mit knapp 500 Mitgliedern eingetre-
ten; heute, 50 Jahre danach, wird der Club zum Jahres-
ende fast 8.000 Mitglieder haben. Eine unglaubliche
Erfolgsgeschichte, die unser neues Ehrenmitglied Hans
Karl Jakob über fünf Jahrzehnte hinweg im Verein miter-
lebt hat. Auch Lena Schöneborn (19) und Elena Reiche
(26) wurden zu Ehrenmitgliedern ernannt. Die beiden
Modernen Fünfkämpferinnen hatten den SSF Bonn im
Jubiläumsjahr unverhofft gleich drei Weltmeistertitel
beschert: Lena als Juniorenweltmeisterin von Moskau
und beide zusammen mit der Berlinerin Kim Raisner in
der Weltmeisterstaffel von Warschau. Wohlgermerkt: Dies
waren die ersten Weltmeistertitel für den Deutschen
Frauenfünfkampf überhaupt und dann gleich mit solcher
SSF-Beteiligung!

Freuen wir uns also über die einzigartigen Erfolge, die
auch aus leistungssportlicher Sicht das 100-Jährige
abrunden, und wünschen wir den Athletinnen weiterhin
viel Erfolg. Besser ließe sich ein Jubiläumsjahr, das unter
dem Motto „100 Jahre – 100 Orden“ eben mit Orden
für die Protagonisten rund um den Sport begonnen hatte
und das jetzt mit drei Goldmedaillen bei Weltmeister-
schaften fast schon endet, noch nicht einmal planen.

Bleibt noch ein kurzer Rückblick auf die zentrale sport-
liche Veranstaltung des Jahres, die Deutschen Meister-
schaften der Masters im Römerbad. Gutes Wetter, ein
toll geschmücktes Römerbad, eine fast perfekte Organi-
sation, eine Rekord-Teilnehmerzahl von mehr als 1.200
Aktiven und mit den SSF Bonn ein Gastgeber, der einen
Großteil der Medaillen gleich hier in Bonn behielt, indem
er in fast allen Altersklassen großartige Erfolge erzielte.
Herz, was willst Du mehr. Es war einfach klasse. Auch
das Jubiläumfest in der PH Mensa „platzte aus allen
Nähten“, mit 650 Teilnehmern vermeldeten die Organi-
sation „restlos ausverkauft“. So dauerte es etwas, bis
jeder seinen Platz fand. Aber ein gutes Büffet und Musik
von Bruce Kapusta und der Band „Heart and Soul“ sorg-
ten für einen kurzweiligen Abend. Auch wenn die Musik
nicht jeden Geschmack vollauf zufrieden stellen konnte –
die volle Tanzfläche jedenfalls zeigte, dass die SSFler sich
auch auf der Tanzfläche sportlich zu betätigen wissen.

Auch wenn das Jubiläumsjahr sich jetzt so langsam dem
Ende entgegen neigt, lassen wir uns doch gemeinsam
überraschen, was der Rest des Jahres noch so bringt.
Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Lesen der
Sportpalette und bleiben Sie aktiv.

Michael Scharf

Michael Scharf
Vorsitzender



Besucherrekord beim Festival:

Sommer, Sonne – SSF

Auf dem Bonner
Münsterplatz zeigt sich der
Verein knapp 30.000
Bürgern von seiner
schönsten Seite



Das strahlende Spätsommer-Wetter war ganz sicher nicht der einzige Grund, der die Bonner am ersten September-Samstag in Scharen auf den Münsterplatz lockte: Zum inzwischen 30. Mal veranstalteten die Schwimm- und Sportfreunde Bonn dort ihr SSF-Festival. Den ganzen Tag über boten die Abteilungen des Vereins einen Einblick in ihre Sportart, aber auch Mitmachen war angesagt. Im Jubiläumsjahr der SSF nämlich sollte vor allem eins gezeigt werden: Im Verein ist Sport eben doch am schönsten.

Knapp 30.000 Besucher zählte die Bonner Lokalpresse – so viele wie nie zuvor. Ihnen allen präsentierten sich die SSF in gewohnter Manier: In 20 Informationszelten beantworteten Fachleute aus den einzelnen Abteilungen die Fragen der Besucher, auf der Bühne präsentierten gut gelaunte Moderatoren ein lockeres Programm und zeigten Sportler unter anderem, was sie an asiatischer Kampftechnik „so drauf haben“. Kanu-Interessierte konnten sich im 34.000 Liter fassenden Wasserbecken eine kurze Erfrischung verschaffen, und egal ob an der Tischtennisplatte,



auf dem Mini-Volleyballfeld oder im Kinder-Erlebnispark oder am Kletterturm: Überall herrschte Hochbetrieb, bildeten sich auch schon einmal Warteschlangen.

Deutlich wurde aber auch, dass die Schwimm- und Sportfreunde mit ihren derzeit rund 7.500 Mitgliedern mehr sind als Bonns größter Breitensportverein. Pünktlich zum Jubiläum nämlich haben eine ganze Reihe von Athleten außergewöhnliche Erfolge für ihren Verein errungen: Jürgen Arck den Europameister-Titel im Langstreckenschwimmen, Iris Gatzten die Bronzemedaille bei der EM (sie wurde stellvertretend für die Schwimmerinnen der Lagenstaffel geehrt), Elena Reiche den Weltmeistertitel im Modernen Fünfkampf und Nina Schiffer gleich

drei Jahrgangsmeysterschaften im Schwimmen, um nur einige Sportler zu nennen. Last but not least das (beim Festival frisch gekürte) jüngste Ehrenmitglied des Vereins – die 19-jährige Lena Schöneborn, die nicht nur bei den Juniorinnen, sondern zusammen mit Elena Reiche auch in der „A-Klasse“ bei den Damen Weltmeisterin im Modernen Fünfkampf wurde.

Und noch eins wurde deutlich: Ohne all die vielen freiwilligen Helfer, die sich bereits in Herrgottsfrühe zum Aufbauen trafen, hätte auch das schönste Sommerwetter nur einen kleinen Beitrag zum Gelingen des Festivals leisten können. Ihnen gilt deshalb ein besonderer Dank: Super, toll gemacht!



Protokoll der Mitgliederversammlung der SSF Bonn 1905 e.V. vom 28.06.2005 im Bootshaus, Rheinaustr. 269, 53225 Bonn

Beginn: 19.45 Uhr
anwesend: Mitglieder gemäß Anwesenheitsliste

Der Vorsitzende Michael Scharf begrüßt die anwesenden Mitglieder. Er entschuldigt die Abwesenheit der stellvertretenden Vorsitzenden Maike Schramm, die die SSF Bonn bei der am gleichen Abend stattfindenden Mitgliederversammlung des Stadtverbundes vertritt, bei der eine Beitragserhöhung und die Änderung der Satzung auf der Tagesordnung stehen. Iris Gatzen wird einstimmig zur Protokollführerin gewählt.

Top 1: Feststellung der Tagesordnung

Mit der Veröffentlichung in der Sportpalette Nr. 392 vom April 05 wurde die Versammlung ordnungsgemäß eingeladen und ist somit beschlussfähig. Das letzte Protokoll wurde in der Februarpalette veröf-

fentlicht und nicht beanstandet und ist somit genehmigt.

Top 2: Mitteilungen des Vorstands

Michael Scharf berichtet über die Entwicklung des Vereins im letzten Jahr und gibt einen Ausblick auf die künftigen Ziele.

Die Mitgliederentwicklung ist weiter positiv: aktuell haben die SSF Bonn 7.200 Mitglieder. Ziel bis Ende des Jahres sind 7.800 Mitglieder.

Michael Scharf geht auf die sportlichen Erfolge der ersten Jahreshälfte ein und berichtet über die bisherigen Veranstaltungen im Jubiläumsjahr.

Der Umbau des Bootshauses ist genehmigt und wird in den nächsten Monaten vollzogen. Der Umbau der Tribüne wird in diesem Jahr noch vor dem Winter beendet. Die Öffnungszeiten im Schwimmbad wurden erweitert: Sa bis 17.00 Uhr, Mi bis 22.30 Uhr.

Die GmbH Gründung wird in den nächsten Monaten vollzogen. Alle Verträge sind vom Finanzamt geprüft und gebilligt.

Die Jugendwartin Astrid Schramm berichtet über die Ferienfreizeit in Dankern im März 2005 und über das Kinderfest, das die SSF-Jugend am vergangenen Samstag anlässlich des 100-jährigen Vereinsjubiläums auf dem Bonner Münsterplatz veranstaltet hat. Außerdem erwähnt sie die für den Rest des Jahres geplanten Aktivitäten des Jugendausschusses (Grillfest und Jugendvollversammlung am 05.07., Ferienfreizeit in Oberwerries für 9 – 13-Jährige, Fahrradtour rund um den Bodensee für 13 – 17-Jährige, Sommerfreizeit im Sportpark Nord, Herbstfreizeit im Sportpark Nord und Trampolinkurs, Nikolausfeier im Sportpark Nord am Dienstag, 01.12.2005).

Astrid Schramm bedankt sich bei allen Helfern für die Mitarbeit im abgelaufenen Jahr. Herr Scharf bedankt sich bei Astrid Schramm und allen ehrenamtlichen Helfern, die sich bei den verschiedenen Aktivitäten beteiligen.

Top 3: Ehrungen

Es erfolgten keine Ehrungen.

Top 4: Haushaltsrechnung 2004

Der Finanzreferent, Manfred Pirschel, erläutert die Haushaltsrechnung 2004, die mit einem geringen Minus abgeschlossen hat. Die vorgelegte Haushaltsrechnung wird von den Mitgliedern einstimmig genehmigt.

Top 5: Jahresbericht 2004 des Rechnungsprüfungsausschusses

Werner Hulbert, Vorsitzender des Rechnungsprüfungsausschusses, verliest den Bericht der Rech-

nungsprüfer und beantragt die Entlastung des Vorstandes hinsichtlich der Kassenführung. Michael Scharf dankt den Rechnungsprüfern Elvira Busch, Elisabeth Ludermann, und Werner Hulbert für die geleistete Arbeit und würdigt die umfangreiche ehrenamtliche Tätigkeit.

Top 6: Entlastung des Gesamtvorstands

Der Vorstand wird von den anwesenden Mitgliedern einstimmig bei Enthaltung des Vorstandes entlastet.

Top 7: Wahl des Rechnungsprüfungsausschusses

Michael Scharf dankt den Rechnungsprüfern für die geleistete Arbeit.

Als Rechnungsprüfer werden Werner Hulbert, Elvira Busch und Elisabeth Ludermann zur Wiederwahl vorgeschlagen und einstimmig bei eigener Enthaltung gewählt.

Top 8: Entscheidungen über Einzelvorhaben des Clubs

Z. Zt. stehen keine neuen Einzelvorhaben zur Entscheidung an.

Top 9: Mitgliedsbeiträge

Die letzte Beitragserhöhung der SSF Bonn wurde im Jahr 1998 durchgeführt, so dass die Beiträge seit sieben Jahren stabil sind. Am 15.01.04 hatte die Delegiertenversammlung den Vorstand bereits ermächtigt, die Beiträge um je 6 Euro in den Jahren 2005 und 2006 (also insgesamt um 12 Euro) zu erhöhen, sofern mit einer Kürzung der Zuschüsse gerechnet werden muss.

Für das Jahr 2005 hat der Vorstand von dieser Möglichkeit keinen Gebrauch gemacht. Da jedoch für 2006 definitiv mit einer erheblichen Kürzung der öffentlichen Zuschüsse gerechnet werden muss und auch der Bootshausumbau ohne den erhofften Zuschuss der öffentlichen Hand bewerkstelligt werden muss, beantragt der Vorstand für 2006 eine Erhöhung des Grundbeitrags um 7 Euro auf 117 Euro. Er bleibt mit diesem Antrag unter dem von der Delegiertenversammlung bereits genehmigten Erhöhung.

Durch die Euromstellung, eine Umstellung der EDV und verschiedene Beitragsänderungen ist die ursprüngliche Transparenz in der Staffellung des Familienrabatts im Laufe der letzten Jahre verloren gegangen.

Eckhard Hanke legt der Mitgliederversammlung einen Vorschlag für eine neue transparente Beitragsstruktur vor, erläutert diese und beantwortet Fragen anhand der geltenden Beitragsordnung.

Sowohl die Beitragserhöhung (einstimmig), als auch die geänderte Beitragsstruktur (eine Enthaltung,

keine Gegenstimme) werden von der Mitgliederversammlung beschlossen.

Top 10: Ergänzungswahlen zum Präsidium

Michael Scharf erläutert die bisherige Funktion des Präsidiums. Bedingt durch die Ausgliederung des wirtschaftlichen Geschäftsbetriebs in die GmbH wird das bisherige Engagement der Präsidiumsmitglieder in diesem Bereich in die GmbH verlagert. Außerdem scheidet einige Mitglieder des Präsidiums aus dem Präsidium aus, da sie sich in Form einer GbR als Gesellschafter in die GmbH einbringen.

Eine Ergänzung des Präsidiums ist z.Zt. nicht geplant. Möglicherweise werde es in Zukunft einen Vereinsbeirat statt eines Präsidiums geben. Sollte eine Auflösung gewünscht werden, muss die Satzung geändert werden. Derzeit bestehe jedoch kein aktueller Handlungsbedarf.

Top 11: Anträge

Es liegen keine Anträge vor.

Top 12: Verschiedenes

Aufgrund der städtischen Bäderdiskussion wird der Verein der Stadt Bonn anbieten, das Frankenbad in Vereinsregie nach einem ähnlichen Modell zu übernehmen wie den Sportpark Nord. Das Schwimmbad im Sportpark Nord wurde 1969 durch 100% Finanzierung durch Zuschüsse von Bund und Ländern errichtet. Das Bad wurde nur deshalb gebaut, weil der Boden unter der Dreifachhalle weggerutscht ist und durch einen Unterbau unterfangen werden musste. Die Stadt hat das Grundstück zur Verfügung gestellt. Die Zuschüsse wurden seinerzeit mit der Auflage bewilligt, dass der Verein im Sportpark Nord neben Breitensport auch Leistungssport betreibt und fördert.

Michael Scharf weist auf das nächste SSF Festival am 03.09.05 auf dem Münsterplatz hin und bittet die Anwesenden mittels der ausliegenden Plakate und Flyer für die Veranstaltung zu werben. Außerdem werden wieder zahlreiche Helfer benötigt. Mitglieder, die bereit sind, an dem Tag mit zu helfen werden gebeten, sich in der Geschäftsstelle bei Thomas Ropertz oder Maike Schramm zu melden.

Herr Ropertz stellt die Projekte „Lotto Spezial“ und „Vereinspartnerschaften“ vor.

Ende der Versammlung: 20:50 Uhr
Michael Scharf (1. Vorsitzender)
Iris Gatzen (Protokollführerin)



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



So weit die Füße trugen ...



Weit mehr als 600 Gäste fanden anlässlich der großen Jubiläumsfeier zum 100-jährigen Bestehen der Schwimm- und Sportfreunde Bonn den Weg in die Mensa der Pädagogischen Fakultät am Römerkastell – und taten bis spät in die Nacht vor allem eines: feiern, klönen und tanzen. Kräftig unterstützt wurden sie von zahlreichen Masterschwimmern der SSF, die an diesem Wochenende gleich nebenan im Römerbad die Deutschen Meisterschaften austrugen und die Fete als gesellschaftliche „Unterbrechung“ ihrer sportlichen Wettkämpfe nutzten.

Gut gelaunt und in bewährter Manier führte Arne Pöppel als Moderator durch den Abend, der mit einer Reihe von Vorführungen begann. So

zeigten die Senioren-Aerobicgruppe von Beatrix Koller-Alan, die Kendo-Gruppe um Monika Krämer und die Tai-Chi/ Kung-Fu-Gruppe von Sabine Haller-Schretzmann ihr Können – ebenso wie die Band „Heart and Soul“, die Blues Brothers Cover Band und der Trompeter Bruce Kapusta. Das reichhaltige Buffet tat sein übriges, um die Gäste für ihre Lieblingsbeschäftigung zu stärken – zur Musik des DJs zu schwofen, was die Füße hergaben.

Dass der Hauptgewinn der Tombola – ein Original-Trainingsanzug der SSF Bonn – von einem „ortsfremden“ Sportler gewonnen wurde, konnten die meisten Gäste wohl verschmerzen: Immerhin wird damit nun auch im fernen Thüringen kräftig Werbung für die SSF betrieben.

Wer spendet für neue Trainingsuhren?

Wie viele Schwimmer bereits bemerkt haben, ist inzwischen auch die letzte beleuchtete Trainingsuhr in unserem Bad defekt und kann auch nicht repariert werden. Bei den beiden verbliebenen, unbeleuchteten Uhren haben viele Nutzer das Problem, dass sie die Zeiger vom Becken aus nicht richtig erkennen können.

Wegen der umfangreicher anderer Investitionen kann die Anschaffung neuer Trainingsuhren z.Zt. aus dem Haushalt der SSF Bonn nicht finanziert werden. (Das günstigste uns vorliegende Angebot für geeignete neue beleuchtete Trainingsuhren liegt bei 2.000 Euro pro Uhr.) Daher rufen wir unsere Mitglieder, insbesondere aber die Nutzer unserer Trainingsuhren im Bad (bzw. deren El-

tern) zu einer Spende auf. Je nach Höhe des Spendenaufkommens können wir dann (keine oder) eine, zwei oder drei neue Uhren für unser Bad anschaffen.

Spenden können entweder in bar beim Trainer, im Schwimmmeisterraum bzw. in der Geschäftsstelle eingereicht oder auf das Konto 7203 bei der Sparkasse Bonn, BLZ 38050000 (Kennwort Spende für Trainingsuhren) überwiesen werden.

Bei einer Überweisung mit dem Hinweis Spende und genauer Angabe des Namens und der Anschrift erhält der Spender eine Spendenquittung zur Vorlage beim Finanzamt.

Im voraus allen Spendern vielen Dank.

Der Vorstand

Metzgerei & Partyservice



Mit über 200 Produkten aus eigener Herstellung
Fachliche und gute Beratung im Verkauf und im Service
Ständige Produktion garantieren höchste Qualität
Immer nach unserem Motto

Frische ist **Haupt** Sache

U. & V. Haupt GbR

Adolfstr. 51 (Am Frankenbad)
53111 Bonn

Tel.: 0228/633616, Fax 0228/694902

Internet: www.Metzgerei-Haupt.de

e mail: Metzgerei-Haupt@t-online.de

BONNER CITY



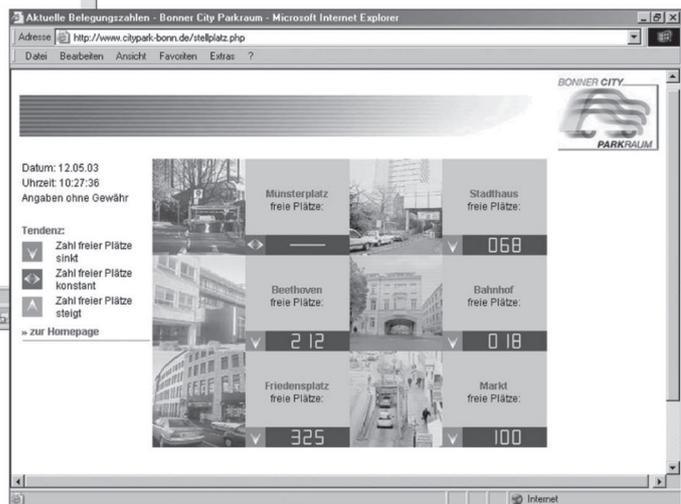
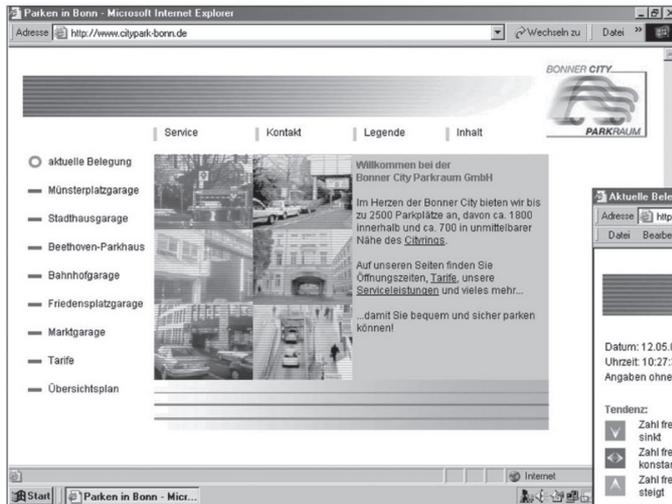
PARKRAUM

GmbH

Preiswert und sicher parken ab 1€ / Std in:

- *Münsterplatz-Garage*
- *Stadthaus-Garage*
- *Beethoven-Garage*

- *Bahnhof-Garage*
- *Friedensplatz-Garage*
- *Markt-Garage*



Informieren Sie sich auch auf unserer Homepage über den Stand der aktuellen freien Parkplätze!

www.citypark-bonn.de



Sommercamp der SSF-Jugend - ein echter Knaller

Mit Sportschuhen und guter Laune im Gepäck trafen sich auch in diesem Jahr wieder 40 Kinder im Alter von 8 bis 12 Jahren zur Sommerfreizeit im Sportpark Nord. Viel Sport, Spiel und vor allem Spaß sollten in den fünf Ferientagen im Mittelpunkt stehen. Viele Kinder waren bereits zum wiederholten Male dabei und deren Vorfreude kann durchaus als Erfolg vergangener Freizeiten gewertet werden.

Zunächst konnten sich die Kinder eigenständig in vier Gruppen zusammenfinden; so hatten Freunde oder Geschwister die Möglichkeit, gemeinsam in einer Gruppe zu sein. Nach spielerischem Kennenlernen und Namensfindung der Teams organisierten die Kinder unter Begleitung der Betreuer auch in diesem Jahr einen „Olympic Day“, bei dem sich die einzelnen Teams spannende Wettkämpfe unter anderem im Fußball, Tauziehen und Hockey lieferten.

Wie auch in den folgenden Tagen war für das leibliche



Wohl durch ein gesundes, kindgerechtes Mittagessen bestens gesorgt. Nach dem Mittagessen hatten Kinder und Betreuer die Möglichkeit, sich Ruhe zu gönnen oder aber nach Belieben zu spielen. Anschließend galt es wieder, sich in den vielfältigen sportlichen Angeboten zu vergnügen.

Die Kinder hatten auch in den beiden folgenden Tagen die Möglichkeit, die einzelnen Sportarten zumindest einmal kennen zu lernen, meist aber

ihre Fertigkeiten zu vertiefen. So standen Tischtennis, Fußball, Basketball, Geschicklichkeitsübungen, Schwimmen, Sprung-Übungen am großen Trampolin, Ultimate Frisbee, Hockey und Kampfsportarten auf dem Programm. Donnerstags konnten die Kinder sich im Piratenland auf Hüpfburgen, Rutschen und Kletterschiffen so richtig austoben.

Zum Abschluss der Sommerfreizeit machten Kinder und Betreuer am Freitag den



Panorama-Park im Sauerland unsicher. Achter- und Rodelbahnen, Karussells, Labyrinth und Streichelzoo garantierten jede Menge Spaß - eine spannende, ereignis- und erlebnisreiche Woche neigte sich da dem Ende zu.

Den motivierten Kindern, sowie nicht zuletzt dem engagierten Betreuer team, bestehend aus Inga Eimann, Bettina Overstolz-Wüst, Mario Mittermüller, Jonas Eickmann, Margorzata Flak und Christian Theisges, ist es zu verdanken, dass die Ferienfreizeit im Sportpark Nord auch diesmal wieder ein echter Knaller war!
Christian Theisges

Protokoll der Jugendvollversammlung vom Dienstag, 05.07.2005, im Roten Salon des Sportparks Nord

Beginn: 17.30 Uhr
Begrüßung und Eröffnung der Versammlung, Festlegung der Beschlussfähigkeit
Astrid Schramm (Jugendwartin) begrüßt die Anwesenden. Sie übermittelt die Grüße des Vorsitzenden Michael Scharf, der aus terminlichen Gründen nicht an der Versammlung teilnehmen kann.
Zur Jugendvollversammlung wurde ordnungsgemäß in der Sportpalette (Ausgabe 392 / April 2005) eingeladen, und diese ist somit beschlussfähig.
Festlegung der Tagesordnung
Die vorliegende Tagesordnung wird einstimmig genehmigt.
Bericht des Jugendausschusses
Ferienfreizeit in Schloß Dankern

im März 2005
Es nahmen 62 Kinder und 13 Betreuer an der Maßnahme in den Osterferien vom 18. bis 25. März teil. Die Teilnehmer hatten bei den einzelnen Aktivitäten z.B. beim Sandburgen bauen, Fußball spielen oder „Sehen und Hören bei Nacht“ sehr viel Spaß.
Spielefest auf dem Münsterplatz
Zum 100-jährigen Jubiläum der SSF Bonn veranstaltete die SSF-Jugend am 25. Juni 2005 auf dem Münsterplatz ein Spielefest unter dem Motto „Komm und mach mit!“. Mit ca. 10.000 Besuchern wurde die Veranstaltung zu einem vollen Erfolg.
Noch geplante Aktivitäten für 2005:
Ferienfreizeit in Oberwerries für 9

bis 13-Jährige vom 11.07. bis 18.07.05
Fahrradtour rund um den Bodensee für 13 bis 17-Jährige vom 19.07. bis 28.07.05
Sommerfreizeit im Sportpark Nord vom 08.08. bis 12.08.05
Beteiligung am Weltjugendtag in der Rheinaue
Herbstfreizeit im Sportpark Nord und Trampolinkurs in den Herbstferien
Jugendstand beim SSF-Festival Nikolausfeier im Sportpark Nord am Donnerstag, 01.12.05
Aussprache zu Top 3
Es werden keine Nachfragen von den Anwesenden gestellt.
Entlastung des Jugendausschusses

Der Jugendausschuss wird einstimmig entlastet.
Wahl des Jugendausschusses
Johannes Kalsen, Mario Mittermüller, Martin Gmeiner, Anne Henn, Sebastian Schubert, Sebastian Henn, Ann Katrin Becker, Inga Eimann, Hanne Draeger und Anke Vietmeyer werden einstimmig als Jugendausschussmitglieder gewählt.
Anträge
Es liegen keine Anträge vor.
Verschiedenes
Keine Wortmeldungen.
Ende der Sitzung: 17.40 Uhr
Astrid Schramm (Jugendwartin)
Anke Vietmeyer (Protokollführerin)



Der Tag der toten Ente

„Mädchen und Jungen in Bewegung“ auf Schloss Oberwerries. Ferienfreizeit als Lehrgang

Zum 4. Mal schon führte die große SSF-Ferienfreizeit ins Westfälische: 22 SSF-Kinder und ihre Betreuer scheuchten vom 11. bis 18. Juli die Schlossgeister von Oberwerries bei Hamm aus ihren Verstecken.

Nach dem ersten Kennenlernen sollten die Kinder in einer Bilderrallye die nähere Umgebung des Schlosses erkunden und aus versteckten Zetteln ein Hammer-Gedicht zusammenstellen; unter Be-

rücksichtigung ihrer Wünsche wurde ein Wochenplan erarbeitet (wobei natürlich der Besuch eines Schwimmbades bei allen ganz oben auf der Wunschliste stand). Weitere Wünsche wie Kanu fahren, Reiten, Trampolin springen usw. rundeten den Wochenplan ab.

Traditionell organisierten die Kinder in Eigenregie sportliche Wettkämpfe wie z.B. ein Fußball- oder Hockeyturnier; Be-

treuer Mario Mittermüller brachte den Kindern das „Spiel der fliegenden Teller“ (Frisbee) näher und Christian Theisges machte sie mit dem Rugby-Spiel bekannt. Rüdiger Kresmer, der die Freizeit in Oberwerries seit Beginn begleitet, war unermüdlicher Kapitän beim Kanu fahren und die

Pferde aus dem Reitstall Caldenhof haben sicher Inga Eimann mit ihren jungen Reitern wieder erkannt, denn auch sie war zum vierten Mal mit dabei.

Auf der schönen Wiese im Schlosshof spielten die Kinder Zombiball, Federball und Badminton. Die mitgebrachten Roller sorgten am ersten Tag zwar für drei kleine Karambolagen, mit der Einführung eines Tempolimits auf der „Hofautobahn“ aber wurde eine unfallfreie Fahrt möglich.

Eine Nachtwanderung stand ebenso auf dem Programm wie die bunten Schmetterlinge in Ingas Entspannungsgeschichten und Kreativität und schauspielerisches Talent, dem die Kinder beim Abschlusskonzert „Klangvolle Phantasie“ freien Lauf lassen konnten.

Dank der tollen Teilnehmer und der engagierten Betreuer war die Woche auf Schloss Oberwerries wieder „gespenstisch“ schnell vorbei und alle freuen sich auf das nächste Jahr!

PS.: Im Gegensatz zum gleichnamigen Film haben übrigens alle Enten trotz der massiven Fütterung mit untypischem Futter (z.B. Weintrauben) überlebt ... Inga Eimann

SSF brachten Jugend aus aller Welt in Schwung

Ultimate Frisbee beim 20. Weltjugendtag

Den Jugendlichen aus aller Welt, die den 20. Weltjugendtag in Köln und Umgebung besuchten, wurde in Köln, Düsseldorf und Bonn ein umfangreiches Freizeitprogramm geboten. So durften auch die Schwimm- und Sportfreunde nicht fehlen und zeigten mit „Ultimate Frisbee“ sportliche Präsenz. In den Rheinauen, sowie am Alten Zoll in Bonn hatte das jugendliche Publikum die Möglichkeit, unter fachkundiger Anleitung durch Inga Eimann, Mario Mittermüller und Christian Theisges, Fitness, Koordination und Teamgeist zu beweisen. Die positive, internationale Atmosphäre und ein gnädiger Wettergott machten unser Angebot zu einem besonderen Erlebnis. Christian Theisges

Freier Eintritt für die Helfer

SSF-Jugend machte mit bei der „YOU“, der größten Jugendmesse Europas

Sicher war die SSF-Jugend nicht allein daran „schuld“, aber immerhin hat sie ihren Teil dazu beigetragen, dass die YOU, Europas größte Jugendmesse, in diesem Jahr einen neuen Zuschauerrekord verzeichnen konnte. Bei der Messe, die vom 26. bis 29. Mai in Essen stattfand, hatten wir eine Menge Spaß und haben viele nette Leute getroffen.

Der NRW-Verband für Modernen Fünfkampf präsentierte sich in Halle 5 mit einem Stand, wo die Jugendlichen mit Miniarmbrüsten auf Zielscheiben schießen konnten. Diese Aktion war Bestandteil eines Vielseitigkeitstests der Sportjugend.

An den vier Messetagen gehörte der J-Teamler zu den Helfern am Stand, zur Belohnung durften wir kostenlos zur Messe. Am Stand wurde in mehreren Schichten gearbeitet, die freien Zeiten boten für jeden die Gelegenheit, sich die anderen Messestände in den übrigen Hallen anzusehen. Auch konnte man an vielen Mitmachaktionen – meist Gewinnspielen – teilnehmen, als Preise winkten z.B. Handys und Reisen. Aber auch verschiedene Musikgruppen traten auf drei Bühnen auf. Auch wir haben uns am Aktionsprogramm auf der NRW-Bühne des Landessportbundes beteiligt. Hier bauten wir einen kleinen Multiparcour, aus Miniarmbrustschießen, zehn Zügen mit einem Zugseil, Fech-

ten auf Luftballons, Springen über Hürden und einem abschließenden Slalomlauf ins Ziel. auf. Jeder Teilnehmer des Miniparcours bekam einen Preis (z.B. Frisbee, T-Shirt, etc.).

Zu sehen, zu tun und zu hören gibt's also einiges – ich hoffe, auch ihr habt Lust bekommen, im nächsten Jahr vom 15. bis 18. Juni zur YOU nach Essen zu fahren. Mein Angebot: Freier Eintritt für einen Messetag als „Lohn“ für zwei Schichten am Stand à 1,5 Stunden. Interessierte können sich bei Anke Vietmeyer in der Geschäftsstelle melden, im nächsten Jahr gibt's dann weitere Informationen.

Anke Vietmeyer

Elf Europarekorde im Römerbad

Deutsche Meisterschaften der Masters rundum gelungen

Organisatoren und Athleten haben allen Grund zur Zufriedenheit: Die zum 37. Mal – und in diesem Jahr unter der Regie der SSF Bonn – ausgetragenen Deutschen Schwimm-Meisterschaften der Masters hätten kaum besser über die Bühne gehen können.

Unter 280 Vereinen konnten die SSF die Gesamtwertung mit 15 Gold-, 13 Silber- und 14 Bronzemedailles in den Einzel- und Staffeln souverän für sich entscheiden. Eine der ältesten – und obendrein der erfolgreichsten – Teilnehmerinnen, die 85-jährige Isolde Feiland, stand gleich mehrfach auf dem Siebertreppchen: Sie erschwamm sich zwei Goldmedaillen in den Einzel- sowie einmal Gold und zweimal Silber in den Staffelwettbewerben. Insgesamt erzielten die mehr als 1.300 Aktiven an den drei Veranstaltungstagen 35 deutsche und elf Europa-rekorde.

Aktiv dabei seit Jahrzehnten

Nur für Laien mag das Alter der Starter dabei irritierend erscheinen: Bei den Masters-Meisterschaften sind Athleten ab 20 Jahren startberechtigt, nach oben hin ist die Altersgrenze offen. Vor fast sieben Jahrzehnten hat denn auch die Schwimmkarriere der heute 85-jährigen Isolde Feiland begonnen: 1938 errang sie in der Türkei ihre erste Goldmedaille; damals war die inzwischen älteste aktive Schwimmerin der SSF Bonn 18 Jahre alt. (Noch immer übrigens trainiert Isolde Feiland viermal pro Woche, an den restlichen Tagen ist sie häufig auf dem Tennisplatz zu finden.)

Wie Isolde Feiland können auch viele andere Aktive der SSF stolz auf ihre Leistung sein; bereits am ersten von drei Veranstaltungstagen hatten die Schwimm- und Sportfreunde elf Medaillen auf ih-



rem Konto verbuchen können. Gleich im ersten Rennen (AK60, 200 m Lagen) holte Monika Warnusz die erste Goldmedaille für die SSF, den wohl größten Anteil an der für den Verein so positiven Bilanz der Meisterschaften aber hat die 76-jährige Erika Nestler. Sie gewann das Springen vom Einmeterbrett und holte bei neun Starts im Schwimmen ebenso viele Medaillen – u.a. Gold über 50 m Brust und 50 m Schmetterling sowie Silber über 50 m Freistil und 50 m Rücken in den Einzelwettbewerben. Ein gerüttelt Maß an Medaillen ging auch auf das Konto von Margret Hanke (AK60), die dreimal Gold (50 m Freistil, 50 m Rücken, 50 m Schmetterling) sowie Bronze über 200 m und 100 m Freistil holte. In den Staffeln übrigens erkämpften sich die SSF-Athleten drei Gold-, neun Silber- und fünf Bronzemedailles.

Neben all den weiblichen Erfolgen darf das „starke Geschlecht“ nicht unerwähnt bleiben: Ältester Teilnehmer der Schwimm-Meisterschaften

beispielsweise war der 97-jährige Hans Hahn vom TSV Allendorf, der über 100 m Rücken an den Start ging und sich mit einer Zeit von 4:30,03 Minuten den obersten Platz auf dem Siebertreppchen sicherte.

Kunstspringen und Synchronschwimmen

Zwar reichte die Zahl der Teilnehmer am Kunstspringen im Freibad Rüngsdorf und am Synchronschwimmen naturgemäß nicht an die Anzahl der Starter in den Schwimmwettbewerben heran, doch ging es auch dort durchaus spannend zu. Immerhin zählten zu den knapp 140 Aktiven aus 26 Vereinen beim Kunstspringen zahlreiche ehemalige Europameister sowie ein WM- und Olympia-Teilnehmer. Ältester und ebenfalls erfolgreichster Springer war der in Godesberg wohnende, aber für Telekom Post Köln startende Adolf Klöver, der die Titel vom Ein- und Dreimeterbrett holte.

Nicht nur ob der spannenden Wettkämpfe sondern

auch Dank der tollen Organisation wurde die Veranstaltung auch für die Zuschauer zu einer rundum gelungenen Sache: Auf der Tribüne neben dem Wettkampfbecken fanden zahlreiche Zuschauer Platz, eine große Leinwand im geräumigen Festzelt ermöglichte die Verfolgung aller Wettkämpfe auch bei Regen. Ein weiteres Highlight während der Meisterschaften war ganz sicher auch die große Jubiläumsfeier der SSF, die an diesem Wochenende in der Pädagogischen Fakultät gefeiert wurde und zu der sich rund 650 Gäste eingefunden hatten.

Bei dieser positiven Bilanz bleibt letztlich nur ein Terminhinweis: Zwölf Aktive der SSF nutzten die Meisterschaften nämlich auch, um sich auf die Europameisterschaften der Masters vorzubereiten, die vom 16. bis 20. August in Stockholm stattfanden. Und die Weltmeisterschaften der Masters. Im kommenden Jahr in Kalifornien.



Starke Mannschaft

SSF-Masters holten zwei Titel bei den Europameisterschaften in Stockholm

Eine starke Mannschaft bescherte den SSF Bonn bei den Europameisterschaften der Masters in Stockholm gleich zwei Titel: Bei den Schwimmern konnten Jürgen Arck und Ingeborg Seidel ihre bisher größten Erfolge feiern. Jürgen Arck (AK 50) gewann im Freiwasserschwimmen über drei Kilometer den Europameistertitel und Ingeborg Seidel (AK 55) holte sich überraschend den Europameistertitel über 200 m Brust.

Zusätzlich zu seinem Titel im Freiwasserschwimmen errang Jürgen Arck eine Bronzemedaille über die 800 m-Freilstrecke. Bronze konn-



Jürgen Arck und Ingeborg Seidel

te auch Monika Warnusz (AK 60) über 200 m Brust erkämpfen – ebenso wie die Damenstaffel mit Iris Gatzen (Rücken), Monika Warnusz (Brust), Ingeborg Seidel (Schmetterern) und Ulla Held (Freistil), die in der 4 x 50 m-Lagenstaffel (AK 240) auf Rang 3 schwammen. Weitere gute Plazierungen unter den ersten Acht in den Einzelwettkämpfen der verschiedenen Disziplinen konnten Margret Hanke, Brigitte Obergfell, Iris Gatzen, Susanne Ende, Ulla Held und Jochen Schondorf erreichen. Eine erfolgreiche Teilnahme hatten auch Ingrid Segschneider, Eva Würtenberger und Frank Schulze.

Nina Schiffer in Italien erfolgreich

Aufgrund ihrer hervorragenden Leistungen bei den Deutschen Meisterschaften im Mai konnte sich Nachwuchsschwimmerin Nina Schiffer (Jg. 91) für das European Youth Olympic Festival (EYOF) qualifizieren. Diese Wettkämpfe wurden von 4. bis 9. Juli im italienischen Lignano ausgetragen. Jugendliche aus ganz Europa kamen dort zusammen, um sich in elf verschiedenen Sportarten zu messen. Bei den Schwimmern konnten sich Aktive der Jahrgänge 91/92 weiblich und 89/90 männlich qualifizieren.

Am dritten Tag der Spiele schaffte Nina Schiffer auf ihrer Paradedstrecke 400 m Lagen die ersehnte Medaille. Nachdem sie im Vorlauf in 5:08,08 min den fünften Platz belegte, steigerte sie sich im Finale auf 5:01,13 min und holte Bronze. Den Vortritt geben

musste sie lediglich der Ungarin Emese Kovacs (4:54,63 min) und der Engländerin (4:57,42 min) geben – 19 Konkurrentinnen ließ sie jedoch hinter sich.

Über 200 m Lagen schwamm Nina im Vorlauf 2:25,15 und im Finale sehr gute 2:24,67 min. Mit dieser Leistung lang sie am Ende auf Rang 4. Am letzten Tag in Lignano startete Schiffer über 200 m Schmetterling. Als Vorlaufsechste (2:22,26 min) steigerte sie sich im Finale auf 2:21,87 min und belegte zum Schluss Platz 5. Nachfolgend wurde sie in der 4x100 m-Lagenstaffel eingesetzt. Die deutsche Mannschaft gewann in 4:23,44 min die Silbermedaille (der 1. Platz ging an Großbritannien in 4:18,88 min), wobei Nina auf der Schmetterlingsstrecke in 1:03,58 min glänzte.

Birgit Möller

Anzeige Raabe

Motiviert auf die Medaillenränge

NRW Jahrgangs-Meisterschaften:

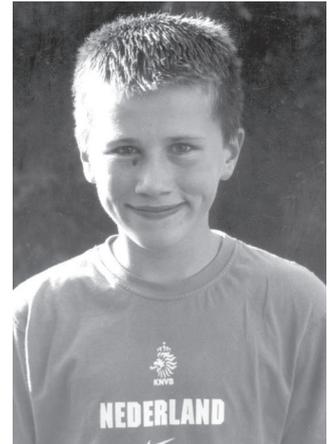
703 Aktive aus 118 Vereinen kämpften Mitte Juni im Kölner Leistungszentrum um die begehrten Medaillen bei den Nordrhein-Westfälischen Jahrgangs-Meisterschaften. Startberechtigt waren die Jahrgänge 91 bis 93 weiblich und 89 bis 93 männlich. Die SSF Bonn gingen mit 25 Sportlern an den Start. Kurz vor Saisonabschluss hatten vor allem die jüngeren Aktiven ihren Höhepunkt und zeigten viele Bestleistungen. Einige hatten ihren Saisonhöhepunkt mit den Deutschen Meisterschaften schon hinter sich, konnten sich aber dennoch wiederholt gut motivieren.

Insgesamt gingen vier Gold-, neun Silber- und zehn Bronzemedailles nach Bonn. Der Lö-

wenanteil wurde von der Aktiven der 2. Leistungsmannschaft unter Trainer Stefan Koch gewonnen. Jürgen Schehl (Jg.93) freute sich, bei seiner ersten NRW-Meisterschaft den Titel über 200 m Lagen in persönlicher Bestzeit von 2:40,82 min zu gewinnen. Er wurde weiterhin Vizemeister über 100m Schmetterling (1:16,81 min) und holte Bronze über 200 m Schmetterling in 3:00,53 min. Ein weiterer Titel ging an Max Widera (Jg.91). Er gewann die 400 m Freistil in 4:31,57 min. Lisa Pohl (Jg.92) freute sich über fünf Medaillen. Silber holte sie über 100 m und 200 m Schmetterling (1:10,48 min/ 2:31,67 min) sowie 200 m Rücken (2:35,19 min) und Bronze gelang ihr über 200 m



Ist eine erfolgreiche Saison geschwommen: Joseph Kleindl.



Jürgen Schehl holte sich den Titel über 200 m Lagen.

und 400 m Freistil (2:19,50 min/ 4:50,20 min). Über alle Strecken gelangen ihr persönliche Bestzeiten. Niklas Mäusbacher (Jg.93) startete auf seiner Paradenstrecke 200 m Schmetterling und wurde in 2:50,37 min Vizemeister. Zudem gelangen ihm dritte Plätze über 200 m Lagen, 100 m Rücken

und 200 m Rücken. Ein weiterer Vizemeistertitel ging an Jeremin Cejvanovic (Jg.92). Über 50 m Freistil schwamm er mit 28,45 sec persönliche Bestzeit. Auch mit den Leistungen seiner anderen Aktiven, die größtenteils Bestzeiten vorweisen konnten, war Trainer Stefan Koch sehr zufrieden.

SWISSFLEX



PARTNER
Hier gibt's Vorteile für Mitglieder

Sleeping Art

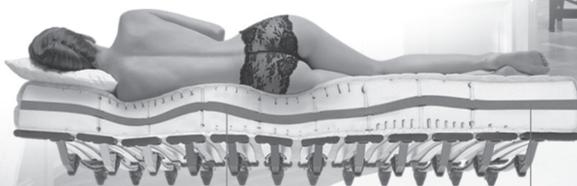
SCHLAFSYSTEME
WASSERBETTEN • MATRATZEN • LUFTBETTEN

SWISSFLEX

DAS TRAUM DUO

MATRATZE EVOLUTION & RAHMENLOSE UNTERFEDERUNG

*SSF Mitglieder
erhalten bei uns
15% * Rabatt!*



Matratze "Evolution" mit neu entwickeltem **integralem 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 - Obnernerstr.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



Die Aktiven der 1. Leistungsmannschaft unter Trainer Martin Grabowski zeigten unterschiedliche Leistungen. Zum Teil wurden zu diesem späten Saisonzeitpunkt noch Bestleistungen gezeigt, teilweise war aber auch schon ein Knick festzustellen und die Aktiven waren deutlich von ihren Bestmarken entfernt. Medaillen wurden von Nina Schiffer, Denise Möller (beide Jg. 91) und Joseph Kleindl (Jg. 89) errungen. Nina Schiffer gewann die Titel über 50 m und 100 m Rücken (32,33 sec/ 1:08,68 min). Weiterhin holte sie Silber über 50 m Schmetterling in persönlicher Bestzeit von 29,95 sec und 100 m Freistil (1:00,52 min). Eine Bronzemedaille gelang ihr weiterhin über 50 m Freistil in 27,88 sec.

Die größten Leistungssprünge macht zur Zeit Joseph

Kleindl. Schon bei den Deutschen Meisterschaften in Berlin zeigte er erstaunliche Bestzeiten und konnte seine gute Form bis zu diesen NRW-Meisterschaften halten. In Köln ging er vier Mal an den Start und glänzte auf jeder Strecke mit sehr guten Bestmarken. Dabei gewann er über 200 m Schmetterling in 2:13,76 min eine Silbermedaille. Vollkommen unerwartet gelang ihm der Sprung auf das Treppchen über 100 m Rücken. In 1:04,58 min belegte er auf dieser Strecke Rang 3. Denise Möller wurde in persönlicher Bestzeit von 2:34,83 min Dritte über 200 m Rücken. Ein weiterer dritter Platz gelang ihr über 200 m Schmetterling in 2:29,63 min.

(Mehr zu den Ergebnissen unter: http://www.ssf-bonn.de/ospart/swim_nrwjahrgang.htm)
Birgit Möller

NRW-Kader 2005/2006

Für das Schwimmjahr 2005/2006 wurden folgende Aktive in die D-Kader des Schwimmverbandes Nordrhein-Westfalen berufen:

D1-Kader

Alina Knees (Jg. 95), Stephanie Schmitz (Jg. 95) und Georg Pohl (Jg. 95)

D2-Kader

Cornelia Bauer (Jg. 94), Jessica Warnusz (Jg. 94), Fabian Werkhausen (Jg. 94), Jürgen Schehl (Jg. 93), Niklas Mäusbacher (Jg. 93) und Kai Winterhoff (Jg. 93)

D3-Kader

Kathrin Rosenbaum (Jg. 93) und Max Widera (Jg. 91)

D4-Kader

Lisa-Mareike Pohl (Jg. 92), Denise Möller (Jg. 91), Nina Schiffer (Jg. 91), Joseph Kleindl (Jg. 89), Ingmar Winterhoff (Jg. 89) und Max Fingas (Jg. 89)

Juniorenkader

Raffaella Mendel (Jg. 88), Stephan Scholaut (Jg. 88), Maurice Mülder (Jg. 88) und Florian Bauer (Jg. 87)

NRW-Kader

Corinna Richter (Jg. 87)

Darüber hinaus wurden Lisa-Mareike Pohl, Denise Möller und Max Widera in den Förderkader II, Nina Schiffer in den Förderkader I und Raffaella Mendel in den Anschlusskader nominiert.

Protokoll der Mitgliederversammlung der Schwimmabteilung der SSF Bonn 1905 e.V. am 25. August 2005 im Bootshaus, Bonn-Beuel

Abteilungsleiter Klaus Rommerskirchen eröffnet um 20.12 Uhr die Versammlung und begrüßt die Anwesenden, besonders den SSF-Vorsitzenden Michael Scharf, Geschäftsführerin Maïke Schramm, Vorstandsmitglied Eckhard Hanke sowie den Schwimmwart des SBM, Rudolf Schramm.

Michael Scharf lobt die gute Zusammenarbeit mit der Abteilungsleitung und dankt allen für die hervorragende Organisation der DM der Masters, der zentralen Veranstaltung zum 100-jährigen Vereinsjubiläum.

Zur Versammlung wurde ordnungsgemäß durch Mitteilung in der Sportpalette (Juli-Ausgabe) eingeladen. Von derzeit 2.237 Mitgliedern nehmen 31 (26 Stimmberechtigte) teil. Als Schriftführerin wird Helga Hulbert einstimmig gewählt, die Tagesordnung einstimmig angenommen. Die Versammlung gedenkt der Verstorbenen.

Bericht der Abteilungsleitung

Klaus Rommerskirchen berichtet über eine insgesamt positive Entwicklung, unterstützt durch das neue Leistungssportkonzept und einen reibungslosen Trainerwechsel von Uwe Werkhausen zu Martin Grabowski, der zudem den erhofften frischen Wind in die oberen Trainingsgruppen gebracht habe. Mit einem erfolgreichen Internationalen Jugendschwimmfest, dem guten Abschneiden bei den DM in Berlin und den DM der Masters in Bonn habe die Schwimmabteilung zum positiven Erscheinungsbild des Vereins im Jubiläumsjahr beitragen können.

Schwimmwartin Ute Pilger nennt einige Erfolge unserer Aktiven: DMS – Erhalt der 1. (Damen) und der 2. (Herren) Bundesliga, den Gewinn der Mannschaftswertung beim Internationalen, das Abschneiden bei den DM in Berlin, wo Nina Schiffer drei Gold- und eine Silbermedaille gewann, Marius Dittrich zwei Silber-, Lisa-Mareike Pohl und Max Widera jeweils eine Bronzemedaille. Nina Schiffer nahm aufgrund ihrer Leistungen (ebenfalls mit großem Erfolg) am European Youth Olympic Festival in Italien teil. Bei der DMS-J waren die Leistungen weniger gut, wobei sich dennoch drei Mannschaften für den Landesentscheid qualifizierten und die männliche Jugend E (Jg. 96/97) den Titel holen konnte. Das Spenden-Schwimmen für die Flutopfer in Cuddalore erbrachte eine Summe von über 4.000 Euro. Ute Pilger dankt Iris Katzen und Maïke Schramm für die Unterstützung durch die Geschäftsstelle.

Margret Hanke berichtet über ein sehr erfolgreiches Jahr für die Masters, besonders bei den DM in Bonn, wo die SSF die größte und erfolgreichste Mannschaft stellten. Dank auch an die vielen Helfer für die von allen Seiten gelobte Meisterschaft. Bei der EM in Stockholm holten sich Ingeborg Seidel (200 m Brust) und Jürgen Arck (3 km Freiwasserschwimmen) den Europameistertitel und die Damenstaffel gewann eine Bronzemedaille.

Für ihre herausragenden sportlichen Leistungen erhält Nina Schiffer ein Präsent und auch die TG I und TG II

für sportliche Erfolge und soziales Engagement.

Der stellv. Abteilungsleiter Ferenc Warnusz erläutert die Entwicklung des Kurssystems, das sich vom Säuglingsschwimmen ab drei Monate, über Wassergewöhnung und Aquajogging bis hin zum Leistungssport großer Beliebtheit erfreut. Der Bewegungs- und Ernährungskurs „Schwer mobil“ ist neu hinzugekommen und wird von den Krankenkassen unterstützt. Ferenc Warnusz dankt allen Ü-Leitern und Helfern für ihr Engagement bei der Betreuung von über 600 Kindern und Jugendlichen, davon 60 im Leistungssportbereich. Er bittet um Unterstützung, neue Ü-Leiter zu gewinnen.

Kassenwart Felix Kraus erläutert den Haushalt 2004, der auf Grund geringerer Einnahmen und höherer Ausgaben als geplant mit einem Minus abgeschlossen wurde. Für 2005 wurden geringere Einnahmen und Ausgaben angesetzt, da Ziel der Abteilungsleitung ein ausgeglichener Haushalt sei. Der Kassenwart entschuldigt sich dort, wo verspätete Überweisungen und Buchungsvorgänge auf Kritik gestoßen sind und verspricht Abhilfe.

Angesichts drastisch gesunkener Spenden erinnern Kassenwart und Abteilungsleiter die Mitglieder an die Möglichkeit, die Arbeit der Schwimmabteilung allgemein oder projektbezogen (z.B. „Internationales“) – gegen Spendenquittung – mit einem Beitrag zu unterstützen.

Klaus Rommerskirchen teilt zum Schluss des Rechenschaftsberichtes noch mit, dass Bonn (SSF Bonn in Zusammenarbeit mit den Landesleistungszentren Ertstadt und Köln) seit dem 1. Juli vierter Sonderstützpunkt des Schwimmverbandes Nordrhein-Westfalen ist, mit Martin Grabowski als Sonderstützpunkt-Trainer.

Der Abteilungsleiter dankt ihm für sein kenntnisreiches Engagement beim Zustandekommen dieser Vereinbarung sowie allen Trainern, Ü-Leitern und vielen Helfern für ihre Unterstützung, besonders Eckhard Hanke für die Organisation bei den DM der Masters.

In der anschließenden Aussprache werden noch einmal die Haushaltszahlen diskutiert sowie die Frage nach Betreuung und Unterbringung der Gäste aus Litauen beim Internationalen Schwimmfest, wobei eine Unterbringung in Familien, wie bisher, angestrebt wird.

Auf Antrag von Maïke Schramm wird die Abteilungsleitung einstimmig entlastet.

Mit Hinweisen auf den Spendenaufruf des Vereins für die Erneuerung der beleuchteten Trainingsuhren im Bad sowie das Münsterplatzfestival am 3. September beendet Abteilungsleiter Klaus Rommerskirchen die Versammlung um 21.35 Uhr.

Helga Hulbert (Schriftführerin)
Klaus Rommerskirchen (Abteilungsleiter)

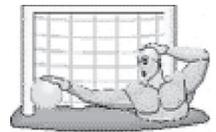


Alles im grünen Bereich mit der RVK

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



Saison der Gegensätze neigt sich ihrem Ende

Wasserballer erfüllten ihr Soll, ließen ihr Potenzial aber nur selten aufblitzen

Für die Wasserballer der SSF Bonn war die zurückliegende Saison 2004/2005 in vielerlei Hinsicht eine Saison, in der sich die Gegensätze regelrecht anzogen. So glänzte unsere 1. Herrenmannschaft mit einer der höchsten Gewinnquoten im heimischen Sportpark Nord, während man gleichzeitig die beinahe schwächste Auswärtstruppe der Liga stellte.

Gleich 14 von insgesamt 17 Punkten fuhr man im heimischen Gewässer ein und präsentierte sich damit vor allem am Anfang der Saison überraschend stark. Außerdem wurden in den ersten vier Spielen 6 von 8 möglichen Punkten geholt - und dies gegen namhafte Mannschaften wie den SC Düsseldorf und den späteren Aufsteiger von DJK Poseidon Duisburg. Es durfte also durchaus auf mehr als nur die „Schlacht“ um den Klassenverbleib gehofft werden, die man sich in den letzten Jahren immer wieder relativ verbittert geliefert hatte.

Doch sollten diese Hoffnungen in den folgenden fünf Spielen wiederum einen empfindlichen Dämpfer bekommen, holte man doch lediglich im Heimspiel gegen die Mannschaft des



SV Gladbeck 13 zwei magere Punkte, die bei Gegnern wie dem SV Schermbeck, dem SV Rheinhausen und dem SV Brambauer niemanden zufrieden stimmen konnten. Man war also - nach dem seit Jahren besten Saisonstart - plötzlich wieder mitten im Abstiegskampf und auch der restliche Verlauf der Saison sollte sich äußerst durchwachsen gestalten. Immer wieder folgten auf kleinere Erfolge umso größere „Fehlritte“, wobei die Saison ihren traurigen Tiefpunkt in der Auswärtsniederlage zu Gast beim ASC Gummersbach fand, der in diesem Spiel seine einzigen zwei Punkte der gesamten Saison einfuhr.

Alles in allem bleibt am Ende der Saison - wie schon so oft - festzuhalten, dass man das volle Potenzial gelegentlich aufblitzen ließ, aber bei weitem noch nicht ausschöpfte. Das Saisonziel „Klassenerhalt“ ist erreicht,

das Soll damit also erfüllt - mehr jedoch nicht!

Zwei Gesichter der C-Jugend

Ähnlich wie unsere Herrenmannschaft hatte diese Saison auch unsere C-Jugend zwei Gesichter: Während man sich im Bezirk nahezu unangefochten die Goldmedaille sicherte und bei der abschließenden Bezirkssendrunde gegen die zweitplatzierte Mannschaft des SC BW Poseidon Köln klar mit 25:4 siegte, so zahlte man in der Westdeutschen Liga doch eine Menge Lehrgeld. Den Erfolgen im Bezirk stehen Niederlagen im WSV wie z.B. gegen Bayer Uerdingen mit 28:0 und den ASC Duisburg mit 24:0 entgegen - eine Tatsache die vor der Meldung der Mannschaft anzunehmen war. Diesen Abstand im WSV galt es zu vermindern, wenngleich klar war, dass man ihn nicht komplett würde aufholen können, doch Ergebnisse

wie die knappe 2:8 Niederlage gegen den SC Düsseldorf zeigen, dass es absolut richtig war, eine C-Jugend auf WSV-Ebene zu melden. Höhepunkt und gleichzeitig Abschluss der Saison für die C-Jugend war die knappe Rückspiel Niederlage mit 4:9 gegen den ASC Duisburg im heimischen Bad, was ein absolut respektables Ergebnis darstellt.

In der B-Jugend durfte man sich im Bezirk bei gerade einmal drei B-Jugendspielern und dem Rest C-Jugendlichen über einen hervorragenden zweiten Platz freuen und mit der jüngsten D-Jugend Mannschaft überhaupt belegte man einen guten vierten Platz. Alles in allem stellte die Saison im Jugendbereich wieder einen großen und wichtigen Schritt in die richtige Richtung dar und man darf sicherlich schon jetzt auf die Resultate der kommenden Saison gespannt sein.

Sascha Pierry

Lust auf eine neue Herausforderung ?!?

Dann komm doch mal zum Wasserball! Wir suchen besonders Kinder der Jahrgänge 1994/ 1995, die Spaß am und im Wasser haben, aber nicht nur die „Kacheln zählen wollen“.

Kostenloses Probetraining immer:

mittwochs 16.00 - 17.30 Uhr

sonntags 14.30 - 17.00 Uhr

Euer Ansprechpartner ist Sascha Pierry

Tel.: 0228/7673616

e-mail s_pierry@yahoo.de



**Kanzleianschrift:
Bachstrasse 32
53115 Bonn**

**Tel.: 02 28/410 07 77
Fax: 02 28/410 08 80**

**e.mail:
ra.von.lyncker@web.de**

**Rechtsanwalt
Jost von Lyncker**

**Arbeitsrecht
Baurecht
Mietrecht & Immobilienrecht
Verkehrsrecht & OWIG-Sachen**



Tauchen lernen beim STA Glaukos

Ein- und Abtauchen in eine neue Welt

Die Bronzekursteilnehmer der Tauchabteilung Glaukos absolvierten im Mai ihre ersten Freiwassertauchgänge. Viele von uns hatten schon Taucherfahrung aus früheren Kursen oder Urlaube. Juliane jedoch ist eine von denjenigen, für die es wirklich das „erste Mal“ war. Um ihre wahren Gefühle zu ergründen, habe ich mit ihr das Assoziationspiel gespielt. Bei diesem Spiel ist durch schnelle Reaktion garantiert, dass die Antworten direkt und unverfälscht aus Julianes Unterbewusstsein kommen. Es geht darum zu sagen, was einem zu dem genannten Begriff einfällt. Ich taste mich also langsam an unser Thema heran:

K: Sport!

J: Tauchen, Bladen, Joggen, fit bleiben, Spaß haben
(Volltreffer: Juliane ist auf dem richtigen Weg - Tauchen ist die als erstes genannte Sportart!)

K: Ausbildung

J: Hmm *(denkt nach)* - in der Praxis hab ich die gar nicht so

richtig gehabt *(wie bitte?!)* find ich wichtig - in jeglicher Hinsicht
K: Tauchen

J: *(ruft begeistert)* Super! Man muss dabei seinen inneren Schweinehund in jeglicher Hinsicht überwinden können.

K: Brevet

J: Bre - was?! *(tsts - man könnte meinen sie hat die Ausbildung wirklich nicht gehabt...)*

K: Babett

J: Ach so! *(jetzt ist anscheinend auch der Brevet-Groschen gefallen)* Übungsleiterin, engagiert...

Brevet - das ist dieses Tauchabzeichen, oder? *(yeeses!)*

K: Buddy-Check

J: Gerät, Weste, komplett

K: Tannenbaum

J: *(ruft)* Oooh - schön! Kitschig, viele Sachen dran, schön grün, Geschenke, Geschenke, Geschenke, *(zufrieden)* - herrlich!

K: Fisch

J: Ton, Metall *(hat tatsächlich einen Fisch aus Ton und Metall im Wohnzimmer stehen!!)*, vielfältig, guck ich mir lieber an als

dass ich's esse .. aber essen geht auch.

K: *(macht das Zeichen „Öffne meine Reserve“)* Was fällt dir dazu ein?

J: Luft rauslassen, kann auch 'n Messer sein (?!), kann auch 'n Tennisarm sein *(jetzt wirts aber albern...)*

K: Was fällt dir dazu ein: *(macht das Zeichen für „Esoufflement“)*?

J: *(lacht)* Halleluja! *(beide lachen)* Wiederbelebung der falschen Art. Gymnastik für alte Leute... *(Pause)*

K: noch was?

J: nee *(Liebe Juliane, ich hoffe in diesem Verein taucht noch jemand mit dir, wenn das Interview abgedruckt ist!)*

K: gut, dann der nächste Begriff: Henri

J: Maske *(so ist sie doch noch elegant beim Thema Tauchen geblieben. Das kann man wohl gelten lassen, oder, Frank?!)*

K: Frank

J: Es gibt zwei Franks die wir haben - einer ist der Freund von Babett. Aber sind beide nett ...

das reimt sich ja auf Babett *(schnarch... machen wir hier Literaturstunde? schnell zurück zum Thema!)*

K: Arno

J: Auch Tauchlehrer. Ganz anderer Typ als Babett! *(das hätte ich schon gerne genauer gewusst, konnte jedoch nicht durch Nachfragen den Spielverlauf verfälschen, daher der nächste Begriff:)*

K: Apnoe

J: *(tief überzeugt)* super! Find ich herrlich. Man erfährt noch schneller seine Grenzen, wenn man ohne Hilfsmittel taucht.

K: Und der letzte Begriff ist: Hildorfer See

J: Kann schön sein wenn die Sicht heerrlich ist. Tannebäume. Schönes Tauchen, entspanntes Tauchen, entspannter als im Schwimmbad.

K: Schönes Tauchen, entspanntes Tauchen - vielen Dank für das Interview und dieses gelungene Fazit unseres Kurses!

(Kristina Ollesch und Juliane Witte)



Kein Sommerfest ohne Tauchgang: Petra Spiess und Frank Meyer entsteigen der Aggertalsperre
Fotos: Petra Spiess, Frank Meyer

Der Mensch ist seit jeher ein soziales Wesen. Die Jagd nach Mammut war in der Gruppe erfolgversprechender und wer sich grad nach Beeren bückte, freute sich, wenn jemand anders den Säbelzahnträger rechtzeitig gesehen hatte. Wenn das Mammut dann mal erlegt war und die Beeren gesammelt, wurde der ganze Clan satt. Archaisches Verhalten prägt auch heute unser zivilisiertes Dasein. Taucher – zum Beispiel –

Clan treffen mit Festschmaus

trifft man über und unter Wasser gerne in kleinen Grüppchen an. Und dann nach quasi erfolgreicher Jagd versammeln sie sich zum Festschmaus. Anfang Juli ließ sich dies an der Aggertalsperre beobachten: 18 Taucher beiderlei Geschlechts der Glaukos-Sippe tummelten sich im See und rotteten sich am Abend auf dem Zeltplatz in Lantebach zusammen, wo weitere Mitglieder der Sippe sich hinzugesellten. Hier gabs zwar kein Mammut und keine Beeren sondern Schweinernes in Kotelett- und Würstchen-Form. Dabei wurde von einem hochrangigen alten Alpha-Männchen darauf geachtet, dass jeder sein zustehendes Stück bekommt. Legendär war – wie eigentlich immer – das Salat- und Nachtisch-Buffer!

Alles in allem auf jeden Fall mal wieder ein gelungenes Sommerfest, bei dem man diesmal auch über das Wetter fast gar nicht klagen konnte! Schon deshalb nicht, weil nach dem letztjährigen Unwetter diesmal mit diversen mitgebrachten Zelt-Pavillons vorgebeugt worden war!

Vielen Dank wieder an die wackeren Organisatoren unserer Vereins-Events, Regina Kikas und Arno Wertenbruch. Und herzlichen Dank auch an Jürgen Pitzke für das Mitbringen des Grillguts und sein Engagement als Grillmeister!

Ach ja, weitere archaische Riten unter Tauchern wie Initiierung (Tauchschein) oder Aufstieg in der Gruppenhierarchie (Silber- oder Goldtaucher) werden an anderer Stelle beschrieben.



Wer weiß schon, dass es auch eine Deutsche Meisterschaft der Unterwasserfotografen gibt? Oder dass die Gewinner der Deutschen Meisterschaft auch die Nationalmannschaft stellen, die dann für Deutschland bei internationalen Unterwasser-Fotografie-Wettbewerben startet? Auf nationaler Ebene können sich die Unterwasser-Fotografen der STA Glaukos bzw. der SSF Bonn allemal sehen lassen; mehr noch: Sie sind mittlerweile schon fast ein Angstgegner vieler ambitionierter deutscher Fotografen.

2003 zum Beispiel gewann Hartmut Weber (SSF Bonn) die German Open in Hemmoor und in diesem Jahr entschied Thomas Lücken (STA Glaukos) die German Open in Köln für sich. Ebenfalls 2005 gewann Geza Aschoff (STA Glaukos) den Fotosub der Zeitschrift Unterwasser in der Kategorie Makro/digital in Phuket/Thailand. Rainer Hartenberger (STA Glaukos) wurde bei diesem Wettbewerb Zweiter und erhielt einen Ehrenpreis der Jury.

Der Weg zum Deutschen Meister in Unterwasserfotografie

Der VDST (Verband Deutscher Sporttaucher) mit seinen Landesverbänden schreibt im Zwei-Jahres-Rhythmus Fotowettbewerbe aus. Hierzu gehören mindestens drei Landeswettbewerbe, zwei German Open und zum Abschluss jeder Saison die hochkarätigste Fotoveranstaltung auf nationaler Ebene, die Kamera Louis



Meisterhafte Fotokunst unter Wasser

Ein Unterwasserfotograf auf Motivsuche ...

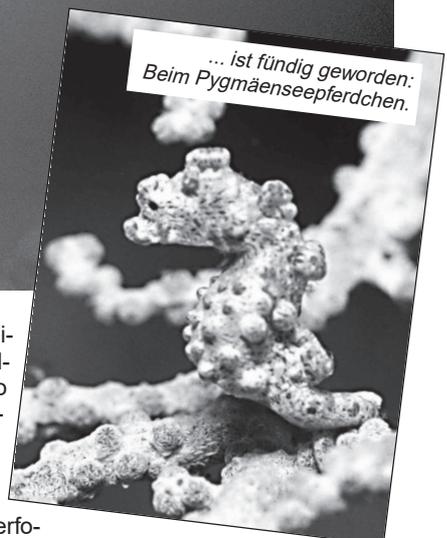
Boutan, die dieses Jahr zum 27.Mal ausgetragen wird.

Um in die Wertung zum Deutschen Meister der Unterwasserfotografen zu kommen, muss jeder Teilnehmer mindestens in zwei Landesmeisterschaften und bei der Kamera Louis Boutan in einer speziellen Fotokategorie starten und gewertet worden sein, dem 10-Bilder-Wettbewerb. Die dort eingereichten Bilder sollen nicht nur die Bandbreite des Könnens des Fotografen, sondern auch die der Unterwasserfotografie dokumentieren: Von jedem Teilnehmer werden Makro-, Weitwinkel-, Modell- und Landschaftsaufnahmen gefordert; im Rennen um die deutsche Meisterschaft bleibt jedoch nur, wer außerdem an

einem German Open, einem Life-Wettbewerb teilgenommen hat. Nur so kommt man in die Wertung.

Jedes Jahr schreibt der VDST ein German Open aus und Unterwasserfotografen, die Ambitionen auf eine Wertung in der deutschen Rangliste oder gar die Deutsche Meisterschaft haben, müssen (zumindest in der Zeit von einer Kamera Louis Boutan zur nächsten) an einem dieser Life-Wettbewerbe teilnehmen. In allen Wettbewerbe starten Frauen und Männer gemeinsam.

Zur Einstimmung auf die doch auf sehr hohem Niveau ausgetragenen 10-Bilder-Wettbewerbe können Anfänger in



der Wettbewerbsfotografie an, meist ebenfalls auch vom VDST ausgeschriebene enge und spezifischer gefassten Kategorien, wie z.B. die Farbe Rot, Haie usw. oder aber in speziellen Anfänger-Kategorien starten. Leider übrigens wird die UW-Fotografie noch immer überwiegend von Männern ausgeübt - aber genau wie beim Tauchen sind die Frauen auch hier auf dem Vormarsch. Heide Grebe

<p>Umwelt- & Altlastenuntersuchungen Baugrund- & Gründungsbeurteilungen Rückbau- & Entsorgungskonzepte Baukoordination n. BGR 128 Fachbauleitung n. TRGS 519 (Asbest) Beratung & Kostenoptimierung geotechnische Labor- & Feldprüfungen Überwachung & Entsorgungsmanagement</p>	<div data-bbox="630 1691 885 1825" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="646 1836 877 1926" data-label="Image"> </div> <p>Geologie-, Bau- & Umweltconsult Beratende Geologen und Geotechniker BDG/DGGT Rumi, Knüpper & Kania</p> <p>NL Köln-Bonn: In der Asbach 22 53347 Alfter T: 0228 - 2805799 F: 0228 - 2805806 www.gbu-consult.de</p>
--	---

TA Triumph-Adler Rheinland GmbH garantiert:

Kosteneinsparung: Ja – aber
keine halben Sachen



„...halbe Sachen“

- große System-Vielfalt im Hardware-Bereich
- Mix verschiedener Vertragsformen wie Kauf, Leasing, Service
- unterschiedliche Lieferanten und Ansprechpartner
- hoher Arbeitsaufwand für Organisation und Verwaltung von Verbrauchsmaterial und Serviceleistungen
- Kapitalbindung durch gekaufte Einzelgeräte
- undurchsichtige Kosten-Struktur im gesamten System

kostenfreie
SystemAnalyse



Individuelle Lösungen
inklusive Service All-in



„...GANZE Sachen“

- Verbesserung der Hardware-Infrastruktur
- Standardisierung der Ausgabe-Medien
- Optimierung der Kostenstruktur
- Entlastung der vorhandenen IT-Strukturen
- moderne, homogene Produktlandschaft
- hohe Service-Qualität

Wir bieten Ihnen eine kostenfreie Analyse Ihrer derzeitigen System-Struktur. Dabei versprechen wir Ihnen maßgeschneiderte Lösungen – inklusive Service All-in.

Hierfür bürgt TA Triumph-Adler Rheinland GmbH, unser Geschäftsführer, Herr Frank Eismann.

Gemeinsam mit Ihnen entwickeln wir das auf Sie individuell abgestimmte Funktions- und Service-Konzept für den gesamten Bereich Kopieren · Drucken · Faxen · Scannen · Präsentieren

130 Mitarbeiter, davon 60 Service-Techniker
19 500 Kunden regional · mehr als 4 000 Systeme überregional

TA Triumph-Adler
Triumph-Adler Rheinland GmbH

Nehmen Sie Kontakt mit uns auf.
Frau Janina Fischer verbindet
Sie mit Ihrem persönlichen Berater

Tel. 02 28 . 9 88 77 38
Fax 02 28 . 9 88 77-32

janina.fischer@ta-rheinland.de
www.ta-rheinland.de



Bronzekurs 2004/2005



Glückwunsch

Herzlichen Glückwunsch
an unsere neuen
CMAS * Taucher:
Kristina Ollesch,
Juliane Witte,
Sarah Noack,
Frank Meyer,
Jörg Möller und
Harald Link.

Herzlichen Glückwunsch
zum CMAS ** an
Anke Mattern und
Knut Schaeffler.

Wir wünschen Euch viel
Spaß beim Tauchen und
immer genug Luft !!!

Eure
Abteilungsleitung

Im Herbst 2004 versammelten sich eine Gruppe uner-schrockener Tauchinter-essenten zum Probetraining im SSF-Schwimmbad. Nachdem wir von Arno Wertenbruch und Babett Drees, unserem zukünftigen Tauchlehrer und unserer Übungsleiterin, ca. 1,5 Stunden durchs Becken ge-jagt worden waren stand fest, dass wir alle schwimmen und somit die Ausbildung begin-

nen konnten. Es folgten drei Monate Wassergewöhnung in Form von Flossenschwimmen (auch gerne mit „Speed-schnorcheln“ verwechselt), Entspannungs- und Quer-durchs-Becken-Apnoeübun-gen. Einen vorläufigen Höhe-punkt stellte zu Jahresanfang das erste Gerätetauchen im Schwimmbad dar, bevor wir uns im Mai auch ins Freige-wässer wagen durften.

Pünktlich zum STA Glaukos-Sommerfest an der Aggertal-sperre haben schließlich alle Teilnehmer des Kurses 2004/05 ihre Bronze-Ausbil-dung erfolgreich abgeschlos-sen. Dies wäre nicht möglich gewesen ohne den Einsatz vieler STA Glaukos-Mitglieder, die uns engagiert und kompetent in Tauchpraxis und -theorie ausbildeten. Vielen Dank an euch!

Ein besonderes Lob ge-bührt der guten Rundum-Betreuung durch unseren Tauch-lehrer Arno und Übungsleiterin Babett – die Ausbildung war super organisiert und ihr habt es geschafft, schon bald ein gutes Teamgefühl zu erzeu-gen. Last but not least hat Frank Engelen uns nicht nur die Grundlagen der Tauchphysik näher gebracht, sondern auch Arno als Tauchlehrer bei den Freigewässerprüfungen unterstützt – vielen Dank auch dir, Frank, sagen Frank Meyer, Harald Link, Jochen Müller-George, Joerg Moeller, Juliane Witte, Kristina Ollesch und Sa-rah Noack. Kristina Ollesch



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.

Schwimmzubehör • Schwimmbekleidung • Trainingsmaterial •

Sporttextilien • Fitnesswear • Freizeitwear der Marken:

ARENA – SPEEDO – SOLAR – OLYMPIA – ZOGGS – Aquashere

und vieler anderer Hersteller



Wildwasser in Waidring – ein sportliches Naturerlebnis



*Die Vorbereitung in der Kanuabteilung war wohl gut:
Es gelang mir sogar als Wildwasserneuling bereits schwierigere Strecken mitfahren zu können.*

Ein Erlebnis der Extraklasse bot mir als Kanu-Neuling das 33. Kanu-Camp, das im Juli nach Österreich führte. Die grandiose Landschaft um St. Johann in Tirol bietet für jede Form des Könnens etwas. Das reichte von ganz leichtem Wildwasser

– für Anfänger gut geeignet – über die verschiedenen Schwierigkeitsgrade bis hin zu Wildwasserstrecken, die wirklich nur etwas für geübte und gute Kanuten waren. Die Betreuung war so gut organisiert wie bei den SSF-Kanuten zu Hause gewohnt; wir starteten

in Kleingruppen mit sachkundigen Fahrtenleitern und kameradschaftlichem Zusammenhalt, der darüber hinaus das ganze Camp prägte. Wer Interesse an Sport in und mit der Natur hat, wilde Wasser und wunderschöne Umgebung zu schätzen weiß und sich dabei

auch sportlich betätigen möchte, war im Kanu-Camp genau richtig aufgehoben. Auch im nächsten Sommer wird es ein solches Kanu-Camp geben – dann allerdings in Frankreich. Das kontinuierliche aufbauende Training im Schwimmbad der SSF (Montags und Don-



bft

**TANKEN
& MEHR**





Nomadenleben auf dem Wasser

Gepäckfahrt führte erstmals nach Sachsen-Anhalt und Thüringen

Neuland beraten die SSF-Kanuten, die bei der traditionellen acht-tägigen Gepäckfahrt in diesem Jahr erstmals an Saale, Unstrut und Bode geführt wurden – eine Region, die berühmt ist für ihre Burgen, Schlösser, Kirchen und historischen Stadt- und Dorfanlagen.

Die Fahrt startete in Uhlstädt, wo auf der Zeltwiese des Sportlerheims die Zelte aufgeschlagen und im Sportler-Lokal die ersten Kontakte geknüpft wurden. Schön war's, die Kameradschaft, den Zusammenhalt und die Freundlichkeit der dort ansässigen Menschen zu erfahren, die uns „Fremden“ entgegengebracht wurde – ein Eindruck der sich während der ganzen Fahrt fortsetzen sollte.

Die nächsten zwei Tage führten durch eine wunderbare Naturlandschaft, geprägt von roten Sandsteinfelsen und Streuobstwiesen bis zur Mündung der Unstrut in Naumburg. Zahlreiche Graureiher, Eisvögel, Raubvögel wie Bussard und Roter Milan, aber auch Rehe und zutrauliche Nutrias waren dabei zu sehen. Vor der Fahrt auf der Saale bis nach Calbe stand ein Abstecher auf die Unstrut, der am vierten Tag wieder in Naumburg endete. Selbst der Tag der Rückfahrt wurde noch für eine kurze Tour auf der Bode genutzt, die ihren Ursprung im Harz hat und mit ungemein klarem Wasser überraschte.



Wenn die beladenen Boote nicht wie hier bequem geschleust werden konnten, mussten sie an Wehren oft beschwerlich von der ganzen Gruppe umtragen werden.

Eine derartige Gepäckfahrt ist sicherlich nicht Jedermanns Sache und in gewisser Hinsicht ein Hätetest, was Ausrüstung, Teamfähigkeit und vor allem die individuelle Kondition anbelangt. Die für diese Fahrt erforderliche Kondition ist jedoch für die meisten durch Teilnahme an den regelmäßig angebotenen Fahrten leicht erreichbar, was unsere heterogene Gruppe bewiesen hat. Hier paddeln ehemalige Leistungssportler und jahrelang erfahrene Kanuten zusammen mit neueren Kanusportbegeisterten, die bereits innerhalb eines Jahres genügend Kondition und Technik aufgebaut haben. Auch das Alter setzt keine Grenzen; die Altersstruktur der Teilnehmer reichte von ca. 20 bis 60 Jahren.

Obwohl genügend Gelegenheit besteht, bestimmte Etappen im individuellen Tempo zurück zu legen, ist Teamarbeit beim Umtragen der Wehre mit den beladenen Booten oft genug unausweichlich, und so sind die insgesamt gut 300 km als eine durchaus sportliche Kombination von Team- und Eigenleistung zu sehen.

Unser Ziel haben wir zwar schon lange erreicht, doch nehmen wir die auf dem Weg gesammelten Eindrücke und Erfahrungen mit – insbesondere das friedliche Miteinander der Leute dort und die Kameradschaft, die uns während der Fahrt entgegengebracht wurde und die sich wohl noch lange positiv auf unseren Alltag, in den wir längst wieder eingetaucht sind, auswirken werden.

Kirsten Scharf



nerstags von 20.00 bis 21.30 Uhr) und die Wochenendfahrten auf sportlich interessanten Kleinflüssen der Umgebung bieten eine ideale Vorbereitung auch auf die Wildwasserfahrten der SSF-Kanuten in Frankreich und der Schweiz.

Bernd Obenaus



Immer eine Freie in Ihrer Nähe!



Jugendvereinsmeisterschaften 2005

Spannung vor großer Kulisse

Ein volles Haus hatten wir bei den diesjährigen Vereinsmeisterschaften der Jugend. In der A-Klasse gingen neun Jugendliche an den Start. Erfreulicherweise war auch Rashik-Al Hossain, der uns mannschaftlich leider nicht mehr zur Verfügung steht, mit von der Partie. Obwohl schon länger nicht mehr im Training zeigte er gleich zu Beginn mit einem knappen 3:2-Sieg gegen Benjamin Stein, dass er noch nichts verlernt hat. Überraschend deutlich mit 3:0 setzte sich der Turnierfavorit Benjamin Wasiljew gegen Lars Flüge durch. Genauso überrascht musste man vom 3:0-Erfolg von Gülten Polattemir gegen die Kreisranglistenzweite Karolina Schulz sein.

In Runde 2 gab es ein weiteres Mädchel-Duell. Lana Kvitelashvili konnte sich hierbei äußerst knapp gegen Gülten durchsetzen. In der nächsten Runde hätte es Benjamin Wasiljew fast erwischt. 0:2 lag er in Sätzen gegen Alexander Szafarowicz schon zurück, ehe er den Kopf noch mal aus der Schlinge zog. Lana konnte in diesem Durchgang 3:1 gegen Karo gewinnen und lag somit in der Mädchen-Wertung klar vorne.

Auch im vierten Spiel musste Benjamin Wasiljew heftigen Widerstand überwinden. Im fünften Durchgang trumpften die Mädels groß auf. Lana konnte sich gegen Lars durchsetzen. Karo schaffte gegen Rashik-Al ihren ersten Sieg. Rashik-Al wiederum brachte in der 6. Runde Lana die erste Niederlage bei. Daran hatte sie auch in der nächsten Runde

noch zu knabbern, als sie chancenlos mit 0:3 gegen Alexander unterging. In einem weiteren engen Match siegte Lars gegen Rashik-Al.

Lars verlor jedoch anschließend mit 1:3 gegen Alexander und büßte damit alle Chancen auf einen der ersten Plätze ein. Diese Chance hielt sich Lana offen, denn sie gewann gegen Benjamin Stein. Gülten konnte gegen Gabriel Denhoff ihren zweiten Sieg einfahren. Dies gelang in der Schlussrunde ebenfalls Karo mit 3:1. Die Spannung stieg, als das letzte Spiel zwischen Lana und Benjamin Wasiljew lief. Benjamin stand bereits als Vereinsmeister fest, doch dahinter wurde es eng. Würde Lana verlieren, wäre sie punktgleich mit drei anderen nur Fünfte. Bei einem Sieg winkte sogar die Vize-

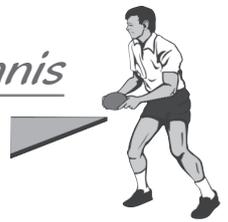
Meisterschaft. Erstaunlich war, dass Lana im fünften, entscheidenden Satz und auch im achten Spiel noch in der Lage war, Benjamin mir präzisen Vorhandschüssen in Bedrängnis zu bringen. So machte sie auch verdient mit 11:9 den Sack zu und konnte Benjamin die einzige Niederlage beibringen.

Hauptsache Spaß

In der B-Klasse spielten erstmals einige unserer „Neuen“ mit. Natürlich konnten sie noch keinen Blumentopf gewinnen, aber es hat ihnen Spaß gemacht und das ist doch auch die Hauptsache. In dieser Gruppe konnte sich Marc Stein als Vereinsmeister feiern lassen und seinen ersten Pokal mit nach Hause nehmen. Den einzigen Satz gab er gegen den späteren Dritten Maxi Lücke ab. Lascha Kvitelaschwili konnte er mit 11:6, 11:7, 11:4 überraschend klar auf den 2. Platz verweisen. Lascha setzte sich knapp mit 3:2 gegen Maxi durch. Auf dem 4. Platz folgte Christian Hacker, der sich nur

COCA-COLA BONN
PETER BÜRFENT GmbH & Co.

Life tastes good.



den Arivierten geschlagen geben musste und Philipp Zimmer, Joseph Schnabel und Sven Braun auf die Plätze verwies.

Ausgeglichene Doppel

Spannend wurde der anschließende Doppelwettbewerb, da die Paarungen ziemlich ausgeglichen waren. Letztlich hatten die vier Erstplatzierten alle drei Siege und zwei Niederlagen zu verzeichnen, so dass das Satzverhältnis entscheiden musste. Dies war mit 7:5 bei den beiden besten Paaren ebenfalls gleich. Da sich hier im direkten Vergleich Lars/Karo gegen Benjamin Stein/Gülten durchgesetzt hatten, konnten sie sich als Vereinsmeister feiern lassen. Den Vereinsmeistern und allen Platzierten herzlichen Glückwunsch!

Jörg Brinkmann

Rangliste A-Klasse:

1. Benjamin W.
2. Lana
3. Alexander
4. Rashik-Al
5. Lars
6. Benjamin St.
7. Gülten
8. Karolina
9. Gabriel

Rangliste B-Klasse:

1. Marc
2. Lascha
3. Maximilian
4. Christian
5. Philipp
6. Joseph
7. Sven

Kreismeisterschaften der Damen:

Premiere für die Mädels

Erstmal haben die Mädchen der Tischtennis-Abteilung bei den Kreismeisterschaften der Damen mitgespielt. Von diesem Erlebnis berichtet Lana Kvitelashvili:

Am zweiten Juni-Wochenende haben Bettina Weiher, Gülten Polattemir, Karolina Schulz und ich an den Kreismeisterschaften der Damen teilgenommen. Aufgrund meines Alters (ich bin zu alt für die Jugend) und nicht zuletzt weil wir vier die neue 2. Damenmannschaft gründen, blieb mir nicht anderes übrig, als dies einfach mal auszuprobieren. Obwohl jede von uns schon als Ersatz in der Damenmannschaft gespielt hat, wussten wir gar nicht, was uns erwarten würde. Also stellten wir uns auf stundenlanges Schupfen ein.

Am Samstag in der C-Klasse traten nur fünf Spielerinnen an. Das hieß natürlich, dass jede gegen jede spielen musste. Die Freundschaften untereinander mussten wir kurz beiseite legen und uns auf die folgenden Spiele konzentrieren. Mein erstes Spiel ging gegen Bettina. Da sie

unsere „Neue“ ist, konnte ich ihre Leistung schwer einschätzen. Nach langem Schwitzen und Zittern verlor ich das Spiel im Entscheidungssatz 7:11. Sehr enttäuscht musste ich diese bittere Niederlage hinnehmen. Karo gewann gleichzeitig 3:1 gegen Gülten.

In den nächsten Runden übernahm Bettina durch Siege gegen Renate Heinzen (SV Vilich-Müldorf) und Gülten die Führung. Schnell wurde mir klar, dass es schwer werden würde, noch den 1. Platz zu holen. Glücklicherweise gewann Karo gegen Bettina, denn sie war die einzige, die sich gegen ihre Aufschläge durchsetzen konnte. Zum Schluss hatten Bettina und ich die gleiche Bilanz von 3:1 gewonnenen Spielen. Eigentlich sollten wir Sätze und Bälle notieren. Bei Siegerehrung stellte sich jedoch heraus, dass der direkte Vergleich entschied. Dass ich dann ziemlich verärgert war, kann man verstehen, aber der 2. Platz war auch nicht übel! Bettina bekam als Kreismeisterin einen Pokal und einen Gutschein, ich eine Flasche Wein und ebenfalls einen Gutschein. (Als Nichttrinker habe ich die Flasche Wein natürlich gleich an meine Eltern weitergereicht.) Karo wurde übrigens Dritte vor Gülten.

Im Doppel konnten Karo und ich das Endspiel mit 3:1 gegen Bettina und Gülten gewinnen und wiederum mit je eine Flasche Wein mit nach Hause nehmen.

Am Sonntag in der B-Klasse starteten zehn Spielerinnen in zwei Gruppen. Die ersten beiden der Gruppe kamen ins Halbfinale. Von unserer Mannschaft haben alle außer Bettina teilgenommen. Dafür erhielten wir mit Alice Kautz und Silvia Feldeisen

aus der 1. Damenmannschaft noch Verstärkung. In der Gruppe 1 wurde ich mit 3:1-Spielen mit Mühe und Not Gruppensiegerin. Ich konnte es gar nicht glauben, als ich gegen die Favoritin Merzai (TuS Oberkassel) 3:0 gewann! In Gruppe 2 zeigte Gülten ihr Können und zog als Gruppenerste ins Halbfinale ein.

Im Halbfinale traf ich auf Michaela Buchert-Carsten (TV Rheinbach). Ich gewann ganz knapp im 5. Satz. Das Finale konnte kommen! Im zweiten Halbfinalspiel verlor Gülten gegen Merzai, und ich musste im Finale erneut gegen sie antreten. Die Sätze wechselten sich bis 2:2 ab. Im entscheidenden Satz lag ich mit 3:8 in Rückstand und hatte innerlich schon alle Hoffnung aufgegeben. Die Anfeuerungsrufe der Helfer und meiner Teamkameradinnen taten meiner Motivation gut – wie durch ein Wunder holte ich bis 9:9 auf. Aber durch zwei nacheinander folgende Topspins auf meine Rückhand musste ich mich doch mit 9:11 knapp geschlagen geben. Wieder nur Zweite, ziemlich ärgerlich. Nun wusste ich allerdings, dass ich meine Eltern mit noch mehr Rotwein beglücken konnte.

Beim Doppel dann konnten Karo und ich alle hinter uns lassen und holten uns wie am Vortag den Kreismeistertitel. Noch mehr Wein!!!

Und noch eine gute Nachricht gibt es: in der C-Klasse haben Bettina, Karo und ich uns für die Bezirksmeisterschaften qualifizieren können und in der B-Klasse bin ich auch mit von der Partie. Bis dahin ist also noch viel Training angesagt, damit es dann vielleicht auch für den 1. Platz reicht.

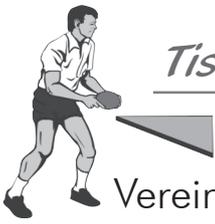
Lana Kvitelashvili

Schnupperkurs für Kids

Kinder ab acht Jahren, die einmal ausprobieren wollen, ob ihnen Tischtennis gefällt, sind herzlich eingeladen zu unserem Schnupperkurs

*donnerstags, 17.00 bis 18.30 Uhr
im Sportpark Nord*

Der Kurs wird von einem lizenzierten Übungsleiter geleitet. Mitzubringen sind Sportbekleidung und Hallenschuhe. Tischtennis-Schläger können gestellt werden. Der Schnupperkurs beinhaltet fünf mal zwei Übungsstunden. Die Kursgebühr beträgt 10 Euro für Nichtmitglieder und ist für Mitglieder kostenlos. Einfach mal reinschnuppern!



Vereinsmeisterschaften der Damen und Herren:

Nicht ohne Wermutstropfen

Spannende Spiele wurden bei den Vereinsmeisterschaften geboten und dennoch blieb ein Wermutstropfen: Bei dem als optimal empfundenen Termin am letzten Wochenende vor Saisonbeginn hätte die Beteiligung (nicht zuletzt aus der 2. Herrenmannschaft) ruhig etwas höher ausfallen dürfen.

Routine setzte sich bei den Damen durch

Die Damen waren zwar auch nicht komplett am Start, aber sie boten in ihrer Konkurrenz einen kleinen Krimi, bei dem sich letztlich die Routine gegen die Jugend durchsetzen konnte. Alice Kautz konnte ihren Titel erfolgreich verteidigen, Platz 2 belegte Silvia Feldeisen vor Angela Tropartz, die Dritte wurde. Gülten Polat-

temir, die sich gleich im ersten Spiel eine Zerrung eingefangen hatte, kam auf Platz 4; Lana Kvitelashvili, die bei den Kreismeisterschaften noch auftrumpfen konnte, erwischte bei den Vereinsmeisterschaften nicht ihren besten Tag und landete auf Platz 5.

2 Gruppen und 1 Titelverteidiger bei den Herren

Die Herren spielten in zwei Vorrundengruppen die Halbfinalteilnehmer aus. In Gruppe 1 sorgte Guido Richrath für Furore. Nach einem Arbeitssieg über Volker Luh zeigte er gegen Harald Kautz seine glänzende Frühform und kam zu einem überraschenden Erfolg in vier Sätzen. Das 3:0 gegen Wolfgang Hinze stellte seinen Gruppensieg sicher. Harald Kautz konnte nach vier Sätzen gegen Volker Luh ebenfalls ins Halbfinale einziehen, der sich Platz 3 in der Gruppe durch einen Sieg gegen Wolfgang Hinze sicherte.

In der zweiten Gruppe zog Titelverteidiger Horst Stein unbeirrt seine Bahnen. Lediglich gegen Jörg Brinkmann gab er einen Satz weise ab. Den zweiten Halbfinalplatz sicherte sich Jürgen Vianden durch Erfolge gegen Jörg Brinkmann und Karl-Heinz-Mörs. Dieser konnte sich durch ein überraschend deutliches 3:0 gegen Jörg den Platz sichern.

Im ersten Halbfinale schließlich setzte sich Horst

Stein gegen Harald Kautz durch und zog ins Finale ein; im zweiten Halbfinale ging der Sieg trotz eines verlorenen ersten Satzes an Guido Richrath. Im „kleinen Finale“ dann gewann Jürgen Vianden gegen Harald Kautz und kam am Ende auf Platz 3. Das Endspiel um die Vereinsmeisterschaft der Herren konnte der als Favorit gestartete Horst Stein für sich entscheiden und seinen Titel damit erfolgreich verteidigen; Guido Richrath musste sich mit Rang 2 zufrieden geben.

Glück im Doppel, Spannung beim Mixed

Da der neue alte Vereinsmeister auf das Doppel verzichtete, kam Benjamin Wasiljew zum Einsatz. Das Gespann Richrath/Luh hatte das Glück auf seine Seite und konnte sich ohne Satzverlust den Titel holen. Auf Platz 2 im Doppel kamen Kautz/Brinkmann, auf die Plätze 3 und 4 die Paare Wasiljew/Mörs bzw. Vianden/Hinze.

Erfreulich war, dass nach Jahren endlich auch wieder eine Mixed-Konkurrenz gespielt werden konnte. Lana Kvitelashvili und Harald Kautz setzten sich in einem spannenden Match letztlich durch, weil sie gegen Polattemir/Vianden nur einmal patzten, alle anderen ihren Gegnern jedoch mindestens zweimal gratulieren mussten. Jörg Brinkmann

bassetti

GRANFOULARD



Bonn-CITY

GRAFF

GmbH

WOHNACCESSOIRES + WOHNTEXTIL

Vivatsgasse 2 · 53111 Bonn
Tel.: 02 28/65 56 59 · Fax: 6 29 89 51

Mach' mit und bleib' fit !

Für alle Senioren bieten wir donnerstags von 15.00-17.00 Uhr im Sportpark Nord einen betreuten Tischtenniskurs an. Vereinsmitglieder zahlen nur den Abteilungsbeitrag (22 Euro jährlich). Kursgebühr für Nichtmitglieder: 30 Euro für 7 Trainingseinheiten.

Anmeldungen an Jörg Brinkmann,
Telefon 02 28/67 79 10

Dabeisein ist (fast) alles

Bonn-Triathlon 2005:

Nicht nur 4 Kilometer Schwimmen, 60 Kilometer auf dem Rad und 15 Kilometer Laufen am Beueler Rheinufer sind beim Bonn-Triathlon zu bewältigen – immer auch ist es der „innere Schweinehund“, gilt es die eigenen Grenzen auszutesten und die Leistung des Vorjahres möglichst noch übertreffen. SSF-Triathlet Joachim Welter beschreibt die Gedanken, die wohl den meisten dabei durch den Kopf gehen:

Jedes Jahr auf's Neue

Der „Bonn-Tria“ steht bei uns für vieles: Er ist schwierig, spektakulär, stimmungsvoll und natürlich „unser Heimspiel“. Schon im Vorfeld drehen die meisten ungezählte Radrunden im Siebengebirge: Wie fahre ich die „Kommende“ in Ramersdorf hoch? Welchen Gang lege ich bei der Ortsdurchfahrt Niederholtorf ein? Wieviel Kraft lasse ich im Hanftal? Wie komme ich den Berg von Kotthausen nach Sasseberg hoch? Und wie sehr schafft mich kurz vor Schluß der „Quäl-Dich-Berg“ (den nennen wir so, weil vor Jahren mal einer „Quält Euch“ auf die Straße gesprayt hat)? Jede Ecke, jede Abfahrt, jeder Berg wird in mehreren Varianten gefahren und jede/r hofft, für den Tag des Rennens die richtige Taktik und Technik zu finden.

„Bunte Mischung“ am Start“

So fieberten auch in diesem Jahr wieder über 60 SSFler dem Start am 19. Juni entgegen. Ganz schnelle Leute, die um die Stadtmeisterschaft kämpfen wollten, die „Oldies“, die ihre Ligamannschaften bei den Senioren (ab 35 Jahre) und bei den Masters (ab 45 Jahre) am Start hatten und alle, die ihr eigenes Ziel erreichen wollten. Debütanten und erfahrene Hasen – eine bunte Mischung eben.

Vor dem Start an der Fähre nach Niederdollendorf sind alle zwar nervös, aber bestens gelaunt. Etwa 900 Triathleten in schwarzen Neoprenanzügen

passen auf die Fähre und werden bis zum alten Zementwerk rheinabwärts gefahren. Hier erreicht die Anspannung ihren Höhepunkt: Noch 10 Sekunden, dann klappt die Fähre ihre Sicherheitsklappe runter und wir stürzen in den Rhein. Durch die starke Strömung des Rheins ist der Start kein Problem. Rechts am Pfeiler vorbei unter der Südbrücke durch (wer links schwimmt wird disqualifiziert) und dann heißt es ab Richtung rote Boje in der Strommitte. Hier sind wir Bonner immer ziemlich unter uns, denn die Teilnehmer von auswärts meinen, die Rechtskurve, die der Rhein hier beschreibt, innen zu nehmen, sei der beste Weg. Wir wissen: Es ist der kürzeste, aber der langsamste Weg. Denn nicht, wer besonders schnell schwimmt, sondern wer die Strömung perfekt nutzt, kommt als erster an.

Und immer die große Frage: Ab wann muss ich Richtung Ufer schwimmen, um den Ausstieg nicht zu verpassen? Ich selbst bevorzuge eine „Sicherheitslinie“, die mich etwas Zeit kostet, den Ausstieg aber sicher erreichen lässt. Andere sind mutiger und gehen das Risiko ein, von der Strömung am Ausstieg vorbeigespült zu werden. Wer es schafft (und die SSFler schaffen es alle, denn wir haben das ja geübt), wird mit einer Schwimmzeit unter 30 Minuten belohnt. Ich selbst brauche 32 Minuten, der Preis für meine defensive Schwimmweise.

Raus aus dem Wasser, rauf auf's Rad

Ab in die Wechselzone, Neo ausziehen, Startnummer und Helm an, die Schuhe sind mit Gummibändern am Rad befestigt. Los geht's. Jeder von uns hat sein Ziel, wann er/sie wieder da sein will. Ich will so nah wie möglich an die 1:50 Stunden heranfahren. Wir werden sehen. Am ersten Berg stehen die ersten SSFler, die nicht starten. Deren Unterstützung tut gut! Taktisch richtig ist es, an diesem Berg nicht gleich zu überziehen, denn es wartet



noch eine Menge Arbeit. So fahre ich recht vorsichtig hoch und kann mir dann auf den nächsten Kilometern eine Menge Mitstreiter „schnappen“, die am Berg schon zuviel Kraft gelassen haben.

Im Hanftal gibt es die einzige Verpflegungsstelle an der

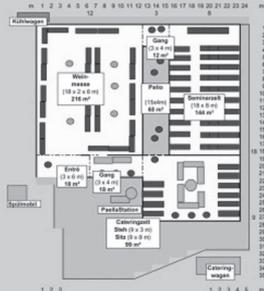
Radstrecke. Da heißt es, die alte (und bis dahin hoffentlich leere) Radflasche wegzuschmeißen und bei 30 km/h eine neue Flasche zu schnappen, die von fleißigen Helferhänden gereicht wird. Ge-

Fortsetzung nächste Seite

Alles aus einer Hand.

Eventplanung

Von der Idee und Planung ...



... über den Aufbau ...




... bis hin zur Durchführung mit Catering und Personal.



Veranstaltungsort: 4. Bereichs Weinforum

Ulrich Hütten
GastronomieMarketing

Fon 0 22 33 / 96 53 80
Fax 0 22 33 / 96 53 81
Mobil 01 79 / 1 35 30 36

e-mail info@gastronomiemarketing.de
web www.gastronomiemarketing.de



Fortsetzung von Seite 29

Dabeisein ist (fast) alles

schafft! Und jetzt volle Konzentration auf den härtesten Anstieg der Runde: Von Kotthausen nach Sassenberg. Irgendwelche Fans haben unsere Namen mit weißer Farbe auf den Asphalt gepinselt. Wahnsinn! Ich komme mir vor wie bei der Tour de France. Und habe wieder das Gefühl, dass ich in diesem Club so mag: Wir sind so etwas wie eine Familie und jeder gönnt dem anderen den Erfolg.

Hinter Sassenberg heißt es Tempo machen: Durch Eudenberg und dann die lange Abfahrt ab Wilmeroth hinunter. Mein Rad läuft gut, die „Wellen“ um Oberpleis komme ich gut hoch. Noch eine Abfahrt am Kloster Heisterbach und

dann rechts ab in den letzten Anstieg, den „Quäl Dich-Berg“. Auch hier wieder alle unsere Namen auf der Straße. Ich bin begeistert. Oben angekommen, kann ich mir ein Lächeln nicht verkneifen: Ab jetzt geht es nur noch bergab!

Patrick fährt neben mir. „Hey Joa, Du schon hier? Das ist aber stark!“ So etwas motiviert und nach genau 1:50 Stunde fahre ich in die Wechselzone. Das läuft gut. Hoffentlich klappt das jetzt noch mit dem Laufen.

Laufen – die Begegnung mit den Fans

Laufen in Bonn ist für uns SSFler die Begegnung mit den Fans. Da wir seit dem letzten Jahr alle in denselben Trikots unterwegs sind (unseren Sponsoren Skinfit und Erdinger Alkoholfrei noch einmal vielen Dank!), sind wir im großen Feld für unsere Fans, Bekannten und Freunde leicht

auszumachen. Überall an der Strecke stehen sie und feuern uns an. Da fliegen die Beine nur so dahin. Dauernd hört man den eigenen Namen oder den anderer SSFler, die von außen in die Strecke gerufen werden. Und man trifft sich, denn die Laufstrecke ist eine „Wendepunktstrecke“, die zweimal zu bewältigen ist. So überholt man sich, kommt sich entgegen und feuert sich untereinander an. Toll, diese Atmosphäre.

Über den Sprecher im Ziel höre ich, dass die Kameraden Jan-Matti Becker, Takao Mühmel, Ralf Krumbel und Max Egen gut im Rennen liegen müssen. Ob sie die Stadtmeisterschaft wieder zu den SSF holen? Im letzten Jahr hat Jerome vom PSV gewonnen. Das wollen unsere ganz flotten Jungs natürlich nicht auf sich sitzen lassen. Und bei den Mädels haben wir mit Isa Roth un-

ser „heißestes Eisen im Feuer“. Wo sie wohl liegt?

Es ist heiß, aber ich laufe flüssig und schnell. Nach der ersten Runde knapp 32 Minuten – ich bin mehr als zufrieden. Weiter so! Am Ende bin ich nach 3 Stunden und 25 Minuten im Ziel. Wahnsinn! Ich habe meine Bestzeit um 12 Minuten verbessert. Und wie waren die anderen?

Jan-Matti und Isa gewinnen die Stadtmeisterschaft. Bei den Männern kommen zudem Takao, Ralf und Max auf die Plätze 2 bis 4, Caro Bauer wird bei den Frauen Vierte vor Michi Hauberg. Unsere Masters mit Bruno Höning, Jörg Buhs und mir selbst gewinnen die Ligawertung. Und die Senioren mit Armin Mathes, Thomas Fuchs, Stephan Dimitriadis und Jörg Klocke werden Zweite. Wenn das keine Erfolge sind! Joachim Welter

Im Schlafanzug auf Aufholjagd

Spaßwettkampf der Triathlon-Kids:

Ein Wettkampf der ganz besonderen Art wurde am Tag des großen SSF-Spielefestes im Sportpark Nord ausgetragen: Es traten an – die erste Damen- und Herrenmannschaft der 2. Triathlon-Bundesliga mit Prof triathlet Olaf Sabatschus gegen die Kinder- und Jugend triathleten des SSF. Um dem sportlichen Vergleich eine ganz eigene Note zu geben, wurden die „Großen“ mit allerlei lustigen Handicaps ausgestattet.

„Mehr Spaß geht nicht“

Station 1 war das große Schwimmbecken. Mit tollkühnen Kopfsprüngen stürzten sich die jungen Sportler beim Staffeltwettbewerb nacheinander ins kühle Nass und zogen voller Elan und Kampfgeist ihre Bahnen. Im Profi-Lager dagegen hemmte eine spezielle Auflage die gewinnerprobten Mannschaften. Bevor sie überhaupt einen Arm- oder Beinschlag machen durften, musste jeder der Favoriten im



Mehr Spaß kann ein Wettkampf wohl kaum machen – darin waren sich kleine und große Wettkämpfer trotz der „ungerechten“ Startbedingungen einig.

Wasser zwei Socken, eine Schlafanzughose und eine historisch anmutende Badekappe anziehen. Natürlich versuchten die so ausgestatteten Damen und Herren, die verlorene Zeit schnell aufzuholen. Dies gelang ihnen aber nicht so recht, da das ein oder andere Kleidungsstück beim Schwimmen nicht an seinem dazu gehörenden Körperteil

blieb, in alle Richtungen verrutschte und in der Tiefe verschwand. Zur Motivation gab es jede Menge Pfiffe und angedeutete La-Ola-Wellen. Die Nase vorn hatten schließlich die Kinder.

Weiter ging es draußen in der Arena beim gekoppelten Rad- und Laufwettkampf. Beide Teams absolvierten 400 Meter

auf dem Fahrrad, zum Chancenausgleich mussten die Kids danach noch rund 20 Meter laufen. Vor allem das Radfahren der Großen hatte es in sich. Der vorgesehene fahrbare Untersatz war zwar ein stabiles Vehikel, lenkfähig und mit zwei aufgepumpten Reifen ausgestattet. Allerdings waren diese nur 20 Zoll groß. Sprich ein kleines Kinderfahrrad, das so man-



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

am Donnerstag, 17.11.2005, um 19:30 Uhr im Sportpark Nord, „Roter Salon“

Tagesordnung

- TOP 1:** Begrüßung und Verabschiedung der Tagesordnung
- TOP 2:** Feststellung der Beschlussfähigkeit
- TOP 3:** Erweiterung des Vorstandes um den Jugendbeisitzer
- TOP 4:** Bericht des Vorstandes
- TOP 5:** Saison 2005 (Veranstaltungen, Liga etc.)
- TOP 6:** Verschiedenes

Wir möchten alle Mitglieder noch ermutigen, Themen von allgemeinem Interesse für die Abteilung als eigene Tagesordnungspunkte in die Tagesordnung bis zum 17.10.2005 einzubringen oder diese unter dem Punkt „Verschiedenes“ anzusprechen.

Ingo Lochmann

chem athletisch durchtrainiertem Körper schon alleine beim Aufsitzen enorme Dehnbarkeit und Gelenkigkeit abforderte. Trotzdem oder vielleicht gerade deshalb traten die Profis mit ungeahnter Energie in die Pedale. Manche Flüche oder Wadenkrämpfe auf ihren Fahrstrecken konnten aber die Anfeuerungsrufe nicht übertönen. Alle Zuschauer waren begeistert. Über die Kinder, die sehr gut dagegen hielten, und über die Bundesligisten, die einmal mehr zeigten, was in ihnen steckt – in jeder Hinsicht. Krönender Abschluss war eine formvollendete Siegerehrung der beiden Gewinnerteams und ein gemeinsames Fazit: Mehr Spaß im Sport geht nicht!

„Trikids“ trainieren seit 2004

Seit Mai 2004 besteht die Triathletengruppe der Kinder und Jugendlichen bei den Schwimm- und Sportfreunden Bonn, Trainer Udo Voss übernahm in Zusammenarbeit mit dem Modernen Fünfkampf das Schwimmtraining, Christoph Grosskopf das Rad- und Lauftraining. Zusätzliche organisatorische Hilfe kommt von Silke und Ralf Velten und an Wettkampftagen von den Schülervätern Herrn Meißner und Herrn Rosenbaum, die sich selbst und ihre Transporter in den Dienst der guten Sache stellen.

Zunehmend wichtiger werden auch die Wettkämpfe: Während beim ersten Wettbewerb im vergangenen Jahr in Kerpen lediglich fünf Kinder antraten, stieg die Anzahl der teilnehmenden Kinder stetig. Es folgten der Kindertriathlon in Leverkusen, Laufwettkämpfe in Bad Godesberg und Mondorf sowie der Bonner Swimathon im März. Beim Duathlon in Rheinbach gingen schon mehr als 20 Kinder an den Start. Um ein noch effektiveres Training zu gewährleisten, wurden die Kinder in zwei Altersklassen aufgeteilt. Bei der Schülergruppe im Alter von 10 bis 13 Jahren steht mehr der Spaß an der Ausdauerbewegung im Vordergrund, während die Jugendlichen im Alter von 14 bis 17 Jahren schon mit deutlichem Ehrgeiz trainieren. Ihnen stellen die älteren SSF-Triathleten in diesem Jahr gebrauchte Rennräder zur Verfügung. Für die nahe Zukunft sind neue Fahrräder und Wettkampfkleidung geplant – Spenden sind daher willkommen (die Bankverbindung befindet sich auf der Abteilungshomepage). Ganz oben auf der Wunschliste steht zudem – steigende Teilnehmerzahl vorausgesetzt ein weiterer Trainer.

Eva Salm

Ultrastarke Kämpfernatur

Das ist wahrhaftig nur etwas für ultrastarke Kämpfernaturen: Ein „Doppel ultra“-Triathlon wie er Ende Mai im österreichischen Neulengbach ausgetragen wurde. Auch für die bei den SSF trainierende Kölnerin Susanne Beisenherz war es der erste „Doppel ultra“ ihres Lebens; in Neulengbach war sie zudem die einzige Frau unter 29 Athleten. Und lief mehr als jedem zweiten ihrer männlichen Konkurrenten davon: Mit einer Gesamtzeit von 28:46 Stunden landete die 32-jährige auf Platz 12. Beisenherz schwamm in dieser Zeit eine Strecke von 7,6 Kilometer im Freibad, legte 360 Kilometer auf dem Rennrad zurück und lief 84,4 Kilometer. Die deutschen

Athleten konnten auch die Nationenwertung beim Internationalen Austrian Double Ultra Triathlon für sich entscheiden, wozu vor allem die Platzierungen von Olaf Kahler (Rang 2) und Uwe Schiwon (Rang 3) beitrugen.

Als Betreuer waren Iris Kössler, Friedl Ehlers und Felix Bergmeister (selbst Weltmeister im 10-fach Ultra Triathlon) mit Susanne Beisenherz nach Österreich gereist – sie sorgten vor allem dafür, dass ihr Schützling während des Wettkampfs genug Flüssigkeit zu sich nahm und Essenspausen einlegte. Belohnung für den gewaltigen Einsatz: Bei der Siegerehrung stand Susanne Beisenherz (natürlich) mit auf dem Siebertreppchen.

Karate



Einladung zur Jahresmitgliederversammlung 2005 der Karateabteilung

am 31.10.2005, 20.00 Uhr, im Roten Salon, Sportpark Nord

Tagesordnung

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

Hinweis: Anträge auf Änderung oder Ergänzung der Tagesordnung sind bei der Abteilungsleitung spätestens 7 Tage vor der Mitgliederversammlung in schriftlicher Form einzureichen.

Training: Am Tag der Mitgliederversammlung wird ein gemeinsames Training zwischen 19:00 und 20:00 Uhr durchgeführt.



Riesenfreude bei den Fünfkämpfern:

WM-Gold für SSF-Mädels

Lena Schöneborn und Elena Reiche ließen sich den Sieg auch bei den Frauen nicht nehmen



Jede Menge Grund zur Freude haben die Modernen Fünfkämpfer der SSF: Im Jubiläumsjahr sorgen sie für Erfolge in Serie.

Sensationeller Erfolg für die beiden Modernen Fünfkämpferinnen der SSF Bonn, Lena Schöneborn und Elena Reiche: Zusammen mit der Berlinerin Kim Raisner gewannen sie bei der Frauen-Weltmeisterschaft in Warschau die Goldmedaille im Staffel-Wettbewerb. Für Schöneborn war es das zweite WM-Gold innerhalb von zwei Wochen: In Moskau war die 19-Jährige Junioren-Weltmeisterin im Einzel geworden.

Geträumt hatten Sportlerinnen und Trainer sicher von einer Medaille – umso größer aber war aber die Freude, als

es in Wirklichkeit sogar die goldene wurde: Als sich die Nachricht am nächsten Morgen bis Bonn verbreitet hatte, zeigte man sich bei den SSF natürlich auch doppelt glücklich über die beiden Athletinnen.

Dabei hatte der Tag nicht gerade verheißungsvoll begonnen. Denn im Schießen (jeder zehn Schuss) kamen die deutschen Sportlerinnen unter elf Nationen nur auf Rang sieben und hatten mit 260 von 300 Ringen (1024 Punkte) zunächst einen deutlichen Rückstand auf die führenden Teams. Weißrussland lag mit 270 Ringen (1144

Punkte) in Front, gefolgt von Tschechien (268/1120) und Russland (267/1108).

Im Fechten zeigte sich das deutsche Trio aber von seiner besten Seite. Mit 54 Siegen aus 80 Gefechten verbuchten Schöneborn, Raisner und Reiche die Bestleistung in dieser Disziplin und rückten hinter Tschechien und Russland schon auf Rang drei vor. Als die drei auch im Schwimmen (Staffel von 3x100 m) als drittschnellste (3:08,05) anschlügen, übernahmen sie sogar die Führung.

Diese Spitzenstellung konnten sie als Zweite des Reiten weiter ausbauen und gingen am Abend mit 80 Punkten Vorsprung in den abschließenden Geländelauf über 3x1500 m: „Da haben sie ein Polster von zwölf Sekunden“, fieberte SSF-Trainer Joachim Krupp im fernen Bonn mit seinen Schützlingen mit. Eine SMS aus Warschau beendete dann sein Hoffen und Bangen: Das deutsche Trio hatte seinen Vorsprung auf der Laufstrecke sogar noch ausgebaut – die WM endete mit Gold für beide SSF-Mädels.

Weltmeisterin bei den Juniorinnen

Souverän hatte Lena Schöneborn schon ihre erste Junioren-Weltmeisterschaft im Modernen Fünfkampf gewonnen (nach Platz 4 bei der Europameisterschaft und dem dritten Platz bei den Internationalen Deutschen Meisterschaften).

Mit 5588 Punkten holte sich die Lena Schöneborn den Titel vor der Ägypterin Aya Medani (5532 Punkte) und der Britin Mhairi Spense (5516 Punkte). Karen Simon, ebenfalls von den SSF, kam auf Platz 34.



Mit diesem Erfolg hatte Lena Schöneborn dem Deutschen Verband für Modernen Fünfkampf den dritten WM-Titel in der Geschichte der Junioren-Weltmeisterschaften beschert. Nach Christian Sandow (1979) und Steffen Gebhardt (2002) ist sie allerdings die erste deutsche Juniorin, die die Goldmedaille in ihrer Altersklasse gewinnen konnte.

Groß war denn auch die Freude des Bundestrainers: „Dieser Erfolg ist Lena von Herzen zu gönnen“, so Bundestrainer Iri Zlatanov (Darmstadt) nach dem Wettkampf. „Sie hat sich sehr zielstrebig auf die WM vorbereitet und galt nach ihrem vierten Platz bei den EM-Juniorinnen vor wenigen Wochen als Medaillenkandidatin für die WM. Dass es gar für den Titel reichen würde, wollte niemand von uns laut aussprechen. Sie hat sich die Goldmedaille hart erarbeitet.“

Der SSF-Vorsitzende Michael Scharf, Leiter des Olympiastützpunktes Köln-Bonn-Leverkusen, freute sich ebenfalls: „Etwas besseres als eine Weltmeisterin im Jahre des 100-jährigen Bestehens kann es aus Vereinssicht ja nicht geben. Jeder, der das Talent von Lena gesehen hat, wusste, dass sie zu einer großen Leistung fähig ist.“



ACTIVE

RUNNING-CENTER

www.active-bonn.de



Running - Walking - Triathlon

Kölnstr. 25 - 53111 Bonn

gegenüber Stiftsplatz



**Ausrüstung, Beratung und Kurse für
Läufer, Jogger, (Nordic-) Walker, Fitness-
begeisterte und alle, die damit anfangen wollen.**



www.lex-laufexperten.de



Volleyballer ermittelten ihre Stadtmeister:

190 Spiele an zwei Tagen

Rund 800 Volleyballerinnen und Volleyballer ermittelten am letzten August-Wochenende bereits zum 39. Mal die Bonner Stadtmeister. Ausgerichtet wurden die Meisterschaften vom SV Rot-Weiss Röttgen. 101 Mannschaften spielten in 14 Leistungsklassen von der Regionalliga bis zu den E-Jugendlichen. 190 Spiele wurden an den beiden Tagen in der Hardtberghalle absolviert, bevor die Sieger sich über die Goldmedaillen des Sportsportbundes Bonn, neue Volleybälle und viele weitere Sachpreise freuen konnten.

18 Teams hatte Ausrichter Rot-Weiß Röttgen ins Rennen geschickt, nur knapp dahinter mit 14 Teams der Lokalrivale SSF Fortuna Bonn. Neben den Bonner Volleyballvereinen fanden auch einige prominente Teams von außerhalb nach Bonn. So nutzten u.a. die Regionalligisten Bayer Wuppertal und Maoam Mendig das Bonner Turnier zur Saisonvorbereitung und maßen sich mit Bonns Spitzenklub SSF Fortuna Bonn sowie mit dem Oberligisten Alfterer SC. Ebenso reisten die Teams der weiblichen Jugend aus dem Stützpunkt des TSV Bayer Leverkusen nach Bonn.



Eröffnet wurde das Turnier von den Mixed-Teams, bei denen sich der ATV Bonn im Endspiel gegen ASG VV Uni Bonn durchsetzte. Die Titel in den Leistungsklassen 1 der Damen und Herren sicherte sich jeweils SSF Fortuna. Bonns größter Sportverein war mit vier Titeln auch der erfolgreichste.

Ab Sonntagmittag wurde den Zuschauern in der Hardtberghalle dann höher klassiger Volleyball geboten. In einem Einladungsturnier trafen die

Regionalligisten SSF Fortuna, SV Bayer Wuppertal sowie Maoam Mendig auf die Oberligisten TV Menden, SV Niederkassel und Alfterer SC. Die Herren von SSF Fortuna Bonn setzten sich in ihrer Vorrundengruppe souverän als Gruppenerster durch. Nach einem 2:1-Halbfinalsieg gegen Maoam Mendig konnte der Turniersieg durch einen ungefährdeten 2:0-Erfolg gegen den SV Niederkassel eingefahren werden.

Der Vorsitzende des Volleyballkreises, Fritz Hacke, der selbst an beiden Tagen einen C-Schiedsrichterlehrgang in der Halle leitete, dankte zum Abschluss Ausrichter Rot-Weiß Röttgen für den reibungslosen Ablauf der Großveranstaltung, mit dem die Mannschaften des Volleyballkreises traditionell in die Hallensaison starten. Viele der Zuschauer und auch der Teilnehmer seien überrascht gewesen, wie viele Volleyball Angebote es in Bonn gebe. Bemerkenswert auch, dass seit längerem wieder einmal ein höherklassiges Turnier angeboten werden konnte.



Ergebnisse der Stadtmeisterschaften

Hobby-Mixed

1. ATV Bonn 1
2. ASGVV Uni Bonn
3. TuS Buisdorf

E-Jugend weiblich

1. SSF Fortuna
2. TSV Bayer Leverkusen
3. Rot-Weiß Röttgen 1

D-Jugend weiblich

1. TSV Bayer Leverkusen
2. SSF Fortuna
3. Rot-Weiß Röttgen 1

E-Jugend männlich

1. Rot-Weiß Röttgen
2. Rot-Weiß Röttgen II
3. TuS Buisdorf

D-Jugend männlich

1. Rot-Weiß Röttgen 1
2. Rot-Weiß Röttgen II
3. SSF Fortuna

C-Jugend weiblich

1. TSV Bayer Leverkusen
2. SSF Fortuna
3. Rot-Weiß Röttgen

B-Jugend weiblich

1. TSV Bayer Leverkusen
2. SSF Fortuna
3. Rot-Weiß Röttgen

B-Jugend männlich

1. Rot-Weiß Röttgen
2. TuS Buisdorf
3. Rot-Weiß Röttgen II

A-Jugend weiblich

1. SSF Fortuna
2. Rot-Weiß Röttgen
3. Brühler TV

A-Jugend männlich

1. TV Menden
2. Rot-Weiß Röttgen

Herren Leistungsklasse 1

1. SSF Fortuna II
2. Neptun Aachen
3. TuS Meckenheim

Damen Leistungsklasse 1

1. SSF Fortuna
2. Röttgens Good Old Ladies
3. Brühler TV

Herren Leistungsklasse 2

1. TV Menden II
2. Brühler TV
3. BSV Roleber

Damen Leistungsklasse 2

1. TSV Bayer Leverkusen III
2. Rot-Weiß Röttgen II
3. TV Menden



Mit neuem Schwung ans Netz

Nach dem Abstieg in die Regionalliga bereiten sich die Volleyballer der SSF Fortuna Bonn auf die neue Saison vor.

26 Spiele und nur 6 Siege lautet die ernüchternde Bilanz der letzten Saison in der 2. Bundesliga Nord. Nur ein Spiel in der Rückrunde zu gewinnen, reichte vergangene Saison nicht für den Klassenerhalt. Jetzt soll alles besser werden.

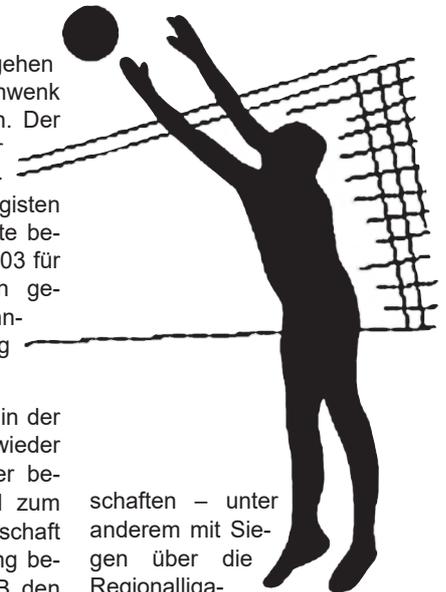
Neben dem Wechsel der Trainerposition fand auch eine deutliche Verjüngung des Teams statt, da Jörg Lohmann und Holger Schmidt aus Alters- bzw. beruflichen Gründen die Mannschaft verließen. Zudem muss die Mannschaft in der nächsten Saison auch auf Maciek Kowalzuk und Neil Johnson verzichten, die nicht

mehr in Deutschland spielen werden, aber auch René Fiehler wird in der nächsten Saison aus beruflichen Gründen nicht mehr für die Bonner antreten.

Diesen fünf Abgängen stehen aber auch fünf Neuzugänge gegenüber, so dass der Kader auch weiterhin 13 Mann umfassen wird. In der Annahme wird die Mannschaft nun durch Thorsten Ludwigs vom TV Menden und Dominik Blumenau vom TSV Bayer Dormagen unterstützt, mit im Mittelblock wird Jonas Eikmann aus der eigenen 2. Mannschaft spielen und natürlich gibt es auch Zulauf auf der Diagonalposition. Simon Timmer vom Djk Andernach wird

für die SSF ans Netz gehen und auch Christoph Schwenk kehrt zurück nach Bonn. Der 27-jährige Angreifer spielte in der letzten Saison noch für den Erstligisten Maoam Mendig und hatte bereits in der Saison 2002/03 für die SSF Fortuna Bonn gespielt, als er die Mannschaft mit zum Aufstieg führte.

Genau dies soll auch in der kommenden Saison wieder das Ziel sein und bisher besteht auch noch Grund zum Optimismus: Die Mannschaft feierte in der Vorbereitung bereits erste Erfolge wie z.B. den Sieg beim Einladungsturnier im Rahmen der Stadtmeister-



schaften – unter anderem mit Siegen über die Regionalligamannschaften aus Wuppertal und Mendig.

Anzeige Elektro Ehlen



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.

Im Rahmen unseres „Offenen Bewegungstreffs“ sind immer wieder Änderungen und Neuerungen möglich. 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. Auf dieser Seite lesen Sie unsere neuen Angebote. Nähere Infos zu allen Angeboten finden Sie in der Geschäftsstelle der SSF Bonn, im Schaukasten des Sportparks Nord (Eingangsbereich), im Krafraum und natürlich im Internet unter www.ssf-bonn.de.

Geschäftsstelle der SSF-Bonn:

Kölnerstrasse 313 a,
53117 Bonn,
Telefon-Nr. 67 68 68.

Öffnungszeiten Geschäftsstelle:

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

Öffnungszeiten Krafraum:

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.

Preise des Offenen Bewegungstreffs:

(Kartenverkauf in der Geschäftsstelle und im Krafraum 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

Fit in den Herbst.....

Der Frühling hat lange auf sich warten lassen, der Sommer war wie immer viel zu kurz und der Herbst steht vor der Tür. Die Tage werden kürzer und langsam zieht es uns wieder zurück in die Turnhallen um uns gesund und sportlich zu bewegen. Nach der 6 wöchigen Sommerpause bleibt unser Sportangebot bis auf kleine Änderungen im ganzen Umfang erhalten und bietet auch weiterhin viel Abwechslung für Jeden. Wenn auch einige Angebote fast schon überfüllt sind, so gibt es das ein oder andere Angebot, welches ein paar Teilnehmer mehr gebrauchen könnte. Oft ist es die Uhrzeit, die gerade für Berufstätige ungünstig ist, dann sind es die Turnhallen, die zu weit vom Sportpark Nord entfernt sind, oder Angebote laufen parallel. Es ist nicht leicht, alles unter einen Hut zu bringen. Wir sind aber stets bemüht ein abwechslungsreiches und ausgewogenes Programm anzubieten, und unser Angebot zu erweitern.

Neu !!!

Dynamische Wassergymnastik

donnerstags 19.15 - 20.00 Uhr Sportpark Nord

jetzt auch donnerstags abends im Rahmen des Offenen Bewegungstreffs, im Lehrbecken des Sportpark Nord. Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Koordination sowie Spaß im stehetiefen Wasser (auch für Nichtschwimmer geeignet) mit verschiedenen Geräten (Poolnoodeln, Bälle, Stäbe etc.) und Musik, unter der Leitung von Beatrix Koller-Alan.
Offener Bewegungstreff/keine Anmeldung!

Neu !!!

Aquajogging

freitags 11.45 - 12.30 Uhr Sportpark Nord

ab dem 26. August bieten wir freitags wieder eine 2. Aquajogginggruppe an. Die erste Gruppe findet wie gehabt von 11.00 bis 11.45 Uhr statt und die zweite Gruppe direkt im Anschluß daran von 11.45 bis 12.30 Uhr ebenfalls unter der Leitung von Mabubeh Mesbah.
Offener Bewegungstreff/keine Anmeldung!

Wirbelsäulengymnastik-Angebote auf einen Blick:

Mo 10.00 - 11.15 Uhr	Sportpark Nord, Leitung: Beate Schukalla
Mo 11.15 - 12.30 Uhr	Sportpark Nord Leitung: Julia Kellersmann
Mo 18.30 - 19.45 Uhr	Seniorenheim Josefshöhe, Leitung: Katharina Yacoub (findet bei schönem Wetter bis zu den Herbstferien im Stadion statt)
Di 18.00 - 19.30 Uhr	Theodor-Litt-Schule, Leitung: Susanne Bartels
Mi 17.15 - 18.30 Uhr	Ludwig-Erhard-Kolleg, Leitung: Maaila H.B. Shrestha
Wirbelsäulengymnastik mit Entspannung/Reise durch den Körper	
Do 18.00 - 19.15	Theodor-Litt-Schule, Leitung: Reinhild Ruhna

Alles im Offener Bewegungstreff/keine Anmeldung erforderlich!

Neu !!!

Rückenfit

donnerstags 20.00 - 21.30 Uhr im Ludwig-Erhard-Kolleg

Training für eine starken Rücken, abwechselnd unter der Leitung von Hiltrud Kalf und Maaila H.B. Shrestha, dient zum einen der Stärkung der Rückenmuskulatur und dem Ausgleich stark beanspruchter und vernachlässigter Muskelpartien. Das Rückenfit-Training zielt vor allem darauf hin muskuläre Dysbalancen zu beseitigen, eine physiologische (rückengerechte) Körperhaltung zu ermöglichen, geschwächte Muskeln zu kräftigen, verspannte und verkürzte Muskeln zu dehnen, die Wirbelsäule zu mobilisieren sowie die Gelenkbeweglichkeit zu erhalten. Durch gezielte Übungen können Sie Rückenschmerzen vorbeugen und so den belastenden Alltagsbewegungen besser Stand halten. Die Stunde beginnt mit einem moderaten Herz-Kreislauftraining. Dann folgen Mobilisationsübungen zur Verbesserung der Beweglichkeit, funktionelles Kraftaufbautraining (intensive Übungen zur Kräftigung von Rücken-, Bauch-, Schulter- und Becken- und Beinmuskulatur), Übungen zur Gleichgewichtsschulung und Körperwahrnehmung. Am Ende der Stunde folgt ein entspannendes und lockerndes Dehnungsprogramm und Entspannungsübungen. Untermalt wird alles mit Musik. Dieses Angebot richtet sich an diejenigen, die keine Rückenbeschwerden haben und ihrem Körper (speziell dem Rücken) vorbeugend etwas Gutes tun wollen.

Mitzubringen sind eine Isomatte, Handtuch, Turnschuhe, lockere Sportbekleidung, evt. etwas zu Trinken.
Offener Bewegungstreff/keine Anmeldung!

Änderung!!!

Der Hallenbelegungsplan für die kleine Fechthalle hat sich nach den Sommerferien leider kurzfristig geändert. Die Dienstagvormittagsgruppen in dieser Halle können (in diesem Schuljahr) nicht mehr zu den bisherigen Kurszeiten beginnen. Davon betroffen sind beide Kinderturngruppen und die SeniorenAerobic. Wir bitten alle Teilnehmer um Verständnis und hoffen, dass sich der Kursablauf durch diese zeitliche Verschiebung baldmöglichst einpendelt.

Neue Kurszeiten ab 23. August 2005:

Kinderturnen

für Kinder (1,5 - 3 J.) u. Eltern Dienstags 09.30 - 10.30 Uhr
Dienstags 10.30 - 11.30 Uhr

Senioren-Aerobic

Dienstags 11.30 - 12.45 Uhr

Wichtig: Ferien und Hallenbelegung

Am Freitag, den 11. November 2005 fallen ab 14.00 Uhr alle Sportangebote im Sportpark Nord (in der großen Turnhalle) wegen einer Großveranstaltung aus. Wir bitten um Verständnis.

Während der Herbstferien (Montag, den 3. Oktober bis einschließlich Freitag, den 14. Oktober) finden keine Angebote im Offenen Bewegungstreff statt.

Das Angebot im Einzelnen:

Strukturelle Veränderungen 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 oder in der SSF-Geschäftsstelle über den aktuellen Stand informieren.

Stand: September 2005

■ **Wirbelsäulengymnastik**

Mo	10.00 - 11.15 Uhr	Sportpark Nord
Mo	11.15 - 12.30 Uhr	Sportpark Nord
Mo	18.15 - 19.30 Uhr (von Mai bis Sept. bei schönem Wetter im Stadion SPN)	Seniorenheim Josefshöhe
Di	18.00 - 19.30 Uhr	Theodor-Litt-Schule
Mi	17.15 - 18.30 Uhr	Ludwig-Erhard-Kolleg

■ **Wirbelsäulengymnastik mit Entspannung**

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

■ **Rückenfit**

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

■ **Ausgleichsgymnastik**

Do	11.15 - 12.30 Uhr	Sportpark Nord
----	-------------------	----------------

■ **Ausgleichsgymnastik im Sitzen für ältere Senioren**

Di	10.00 - 11.15 Uhr	Seniorenheim Josefshöhe
----	-------------------	-------------------------

■ **Body and Mind**

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

■ **Senioren-gymnastik**

Mi	9.30 - 10.45 Uhr	Sportpark Nord
Do	10.00 - 11.15 Uhr	Sportpark Nord

■ **Gesundes Fitnessstraining**

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 für Mollis**

Di	17.00 - 18.00 Uhr	Sportpark Nord
----	-------------------	----------------

■ **Fitness nur für Frauen**

Mi	10.00 - 11.00 Uhr	Stadtteilverein Dransdorf
Mi	20.00 - 21.30 Uhr	Gottfried-Kinkel RS

■ **Senioren Aerobic**

Di	11.30 - 12.45 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
----	-------------------	----------------

■ **Thai-Bo**

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

■ **Walking für Alle**

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

■ **Laufftreff**

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

■ **Wassergymnastik**

Mi	19.15 - 20.00 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
Fr	11.00 - 11.45 Uhr	Sportpark Nord
Fr	11.45 - 12.30 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 Geschwister u. Eltern	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
----	-------------------	----------------

DIE SPORTSTÄTTEN:

Sportpark Nord
Kölustrasse 250, 53117 Bonn

Theodor Litt Schule
Eduard Otto Strasse 9, 53129 Bonn Kessenich

Ludwig-Erhard-Kolleg
Kölustrasse 235, 53117 Bonn

Gottfried-Kinkel Realschule
August-Bier-Strasse 2, 53129 Bonn Kessenich

Veranstaltungsraum des Stadtteilvereins Dransdorf
Lenastr. 14, 53121 Bonn Dransdorf

Seniorenheim Josefshöhe
Am Josefinum 1, 53117 Bonn

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, Ostermontag, Pfingstmontag, 1. u. 2. Weihnachtstag.

Für die übrigen Feiertage bitte Aushang im Bad beachten.

Mitgliedsbeitrag pro Jahr ab 2006: 117,00 EUR pro Erwachsenen; 96 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

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

Öffnungszeiten: Mo, Mi, Fr 13.00 – 17.00, Di 9.00 – 18.00, Do 9.00 – 20.00

Trainingsstätten:

Sportpark Nord: Kölnstrasse 250; 53117 Bonn

Theodor Litt Schule: Eduard Otto Strasse 9; 53129 Bonn

Ludwig-Erhard-Kolleg: Kölnstrasse 235; 53117 Bonn

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

Robert-Wetzlar-Kolleg: Dorotheenstrasse/ 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

Kursangebote Stand September 2005

Kursbeginn bitte in der Geschäftsstelle erfragen.



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.

SSF-Geschäftsstelle: Telefon: 02 28 / 67 68 68, Kölnstr. 313 a, 53117 Bonn

Öffnungszeiten:

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

Badmintonkurse für Erwachsene

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

Anfänger montags, 20.00 – 21.00 Uhr

Anfänger freitags, 20.00 – 20.45 Uhr

Fortgeschrittene freitags, 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-Schule

Fortgeschrittene freitags, 16.00 – 17.00 Uhr Robert-Wetzlar-Schule

Anfänger dienstags, 17.00 – 18.00 Uhr Theodor-Litt-Schule

Sportabzeichen

Sportpark Nord im Stadion, Zeitraum Mai bis 27. September, Abnahme Deutsches und Bayerisches Sportabzeichen, kostenfrei, ohne Anmeldung. Nähere Infos: Frank Herboth, Tel. 0228/675701

dienstags, 18.00 – 19.30 Uhr

Kung Fu

Kursbeginn, Veranstaltungsort, Gebühren und weitere Informationen bei Sabine Haller-Schretzmann, Tel. 0228/362467 (abends)

Anfängerkurs für 6 – 9-jährige montags, 16.30 – 17.15 Uhr

Anfängerkurs für 10 – 12-jährige montags, 17.15 – 18.00 Uhr

Anfängerkurs für Jugendl. u. Erwachsene montags, 18.00 – 19.15 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

Anfänger dienstags, 10.00 – 11.00 Uhr SPN, Stadion

Fortgeschrittene mittwochs, 18.30 – 20.00 Uhr Parkplatz am Römerbad, eigene Walkingsticks mitbringen

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

Bauchtanz

Bootshaus, Kursdauer: 10 Übungsstunden, Kosten: für Mitglieder 15 EUR, für Nichtmitglieder 67,50 EUR

Fortgeschrittene: mittwochs 18.30 – 20.00 Uhr

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

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

Aquajog. (schwimmtief) donnerstags, 19.45 – 20.30 Uhr Sportpark Nord

Aquapo. (schwimmtief) donnerstags, 19.00 – 19.45 Uhr Sportpark Nord

Aquapo. (stehtief) dienstags, 19.45 – 20.30 Uhr Sportpark Nord

Aquapo. (stehtief) samstags, 11.15 – 12.00 Uhr Rhein. Kliniken Bonn

Präventive Kurse für Erwachsene

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

Wirbelsäulengymnastik: Sportpark Nord, Kursdauer: 11 Übungsstunden, Kosten: 10 EUR für Mitglieder, 45 EUR für Nichtmitglieder
freitags 9.30 – 10.45 Uhr

Aquafitness (schwimmtief): Sportpark Nord, Kursdauer: 11 Übungsstunden, 10 EUR für Mitglieder, 45 EUR für Nichtmitglieder
donnerstags 10.00 – 10.45 Uhr

Wassergymnastik (stehtief): Sportpark Nord, Kursdauer: 11 Übungsstunden, Kosten: 10 EUR für Mitglieder, 45 EUR für Nichtmitglieder
mittwochs 20.00 – 20.45 Uhr

Wassergymnastik (stehtief): Rhein. Kliniken Bonn, Kursdauer: 10 Übungsstunden, Kosten: 40 EUR für Mitglieder, 70 EUR für Nichtmitglieder, 29° Wassertemperatur
montags 15.15 – 16.00 Uhr
montags 16.00 – 16.45 Uhr

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; weitere Infos: www.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) Walter Düren, 0228/363890 Wolfgang Mühlhaus, 02644/980135
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: 22,- 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 Erw.
Trainingsstätte:	Sportpark Nord
Auskünfte:	Joachim Krupp, 0228/640218 Anton Schmitz, 0228/664985

Triathlon

Angebot:	Vielseitigkeitssport: Schwimmen, Laufen, Radfahren
Trainingsstätte:	Sportpark Nord
Auskünfte:	Ingo Lochmann, 0160/3674401
Abteilungsbeitrag:	30,- EUR pro Jahr ab 16 J., 10 EUR pro Jahr bis 16 J.

Ski

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

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, Kendo, 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), 0228/4549678, 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

Tai Chi

Angebot:	Tai Chi: Erwachsene
Trainingsstätte:	SSF-Bootshaus
Auskünfte:	Sabine Haller-Schretzmann, 0228/362467 (abends)

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 /Finesstraining

Angebot:	Individuelles u. wirbelsäulenschonendes Ganzkörpertraining an Geräten, gezieltes Gymnastikprogramm sowie Tests zur Einschätzung des Trainingszustandes
Trainingsstätte:	Sportpark Nord
Auskünfte:	Beate Schukalla, 0228/6193755
Öffnungszeiten:	Mo, Mi, Fr 8.00 – 21.30 Uhr Di und Do 9.00 – 21.30 Uhr Sa 9.00 – 17.00 Uhr, So 10.00 – 15.00 Uhr
Abteilungsbeitrag:	76,70 EUR pro Jahr

Breiten- und Gesundheitssport

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



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.