

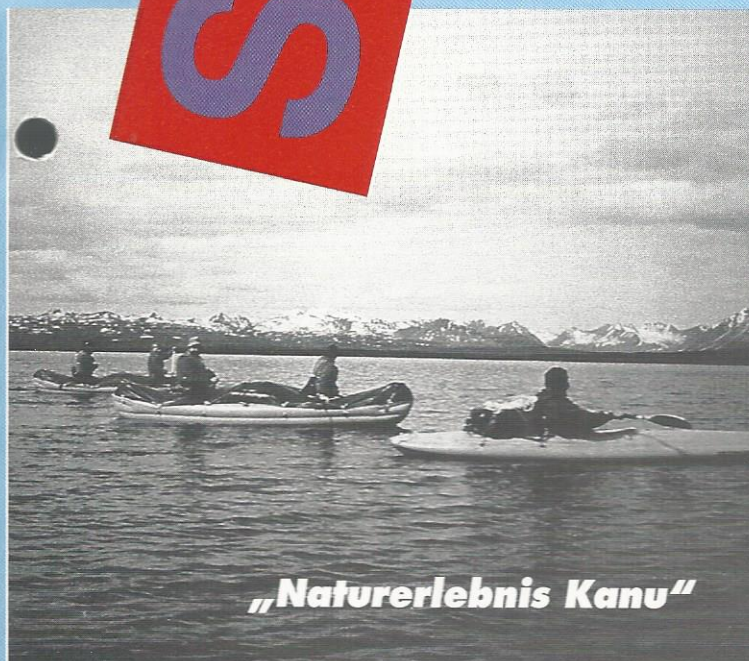
BONN



FS

Sport-Palette

356 /
Februar 1998



„Naturerlebnis Kanu“



DAS NEUE PORTEMONNAIE DER BONNER.

● Der „Immer gut
bei Kasse“-Chip:
Ihre neue **€CARD** und **€CARD ec**



Die neue **€CARD** und **€CARD ec** mit GeldKartenfunktion:

So kaufen Sie in Zukunft sicher ein.
Ob im Hobbymarkt, beim Friseur oder beim
Bäcker – mit der neuen GeldKarte haben Sie
den Rechnungsbetrag stets abgezahlt parat.

Fragen Sie uns einfach.
Wir beraten Sie gern.

Sparkasse Bonn 

Wir haben Ideen

Internet: <http://www.sparkasse-bonn.de>

Impressum

Sport-Palette

Vereinsnachrichten der Schwimm- und Sportfreunde Bonn 05 e.V.

Herausgeber:

Schwimm- und Sportfreunde Bonn 05 e.V.

Redaktion:

Abteilungen der Schwimm- und Sportfreunde Bonn 05 e.V.

Redaktionsanschrift:

SSF Bonn 05, „Sport-Palette“, Kölnstr. 313a, 53117 Bonn

Erscheinungsweise:

5 mal jährlich (Februar/April/Juni/Oktober/Dezember)

Beitrag/Kündigung:

Für Mitglieder ist der Jahresbeitrag 209,- DM für Erwachsene und 169,- für Kinder/Jugendliche. Die SSF Bonn haben eine Jahresmitgliedschaft (1.1.-31.12.). Eine Kündigung mit Wirkung zum Jahresende hat auf der Geschäftsstelle spätestens am 30.9. des Jahres vorzuliegen.

Herstellung:

Satz: Werbeagentur Andreas Klotz, Auf dem Spinnweg 11, Meckenheim
Druck: Druckerei Raabe, Martinallee 2, Rheinbach
Papier: chlorfrei gebleicht

Präsidium

Reiner Schreiber, Präsident
Michael Kranz, Vizepräsident
Bärbel Dieckmann
Peter Bürfent
Hans-Dieter Diekmann
Otto Kranz
Manfred Schnur
Dr. Theo Varnholt
Rudolf Wickel
Peter Hau
Jan Graff
Detlef Klaudt

Anschrift der Geschäftsstelle:

Kölnstraße 313a, 53117 Bonn,
Tel. 67 68 68; Fax: 67 33 33
Öffnungszeiten: Mo., Mi., Fr. 13-17,
Di.+Do. 9.30-18 Uhr
Tel. Schwimmbad: 02 28 / 67 28 90

Vorstand

Geschäftsführender Vorsitzender

Michael Scharf, Siegstr. 4, 53332 Bornheim;

Stellvertretende Vorsitzende und Referentin für Öffentlichkeitsarbeit

Ingeborg Wend, Auf den Steinen 40, 53125 Bonn, Telefon 25 24 84;

Stellvertretender Vorsitzender

Manfred Werkhausen, Friedrichstraße 4, 53111 Bonn, Telefon 63 37 83;

Rechtsangelegenheiten: Dr. Walter Emmerich, Rheinstr. 12, 53179 Bonn, Telefon 02 28 / 36 37 86;

Schatzmeister Manfred Pirschel, Königsberger Str. 1, 53332 Bornheim, Tel.: 0 22 27 / 92 44 04;

Vereinsverwaltung Peter Hardt, Oberpleiser Str. 1, 53639 Königswinter, Tel.: 0 22 44 / 71 64;

Technischer Leiter Dietmar Kalsen, Jägerstraße 93, 53721 Siegburg, Telefon 0 22 41 / 38 57 17;

Ehrenvorsitzende: Hermann Henze, Brüdergasse 31, 53111 Bonn, Telefon 65 54 69; Werner Schemuth, Huppenbergstraße 45, 53343 Wachtberg-Pech, Telefon 02 28 / 32 59 86.

Ehrenpräsident: Dr. Hans Riegel

Anschrift des Restaurant „Canale Grande“: Rheinaustraße 269, 53225 Bonn (Beuel), Tel. 46 72 98, Fax 46 72 98

Bankverbindungen:

Sparkasse Bonn, Kto.-Nr. 72 03 (BLZ 380 500 00);
Postscheckkonto Köln, Kto.-Nr. 932545 01 (BLZ 370 100 50)

Inhalt

Editorial	Seite 2
Runde Geburtstage.....	Seite 2
Protokoll der Delegiertenversammlung.....	Seite 3
Einladung/Bewerbung zur Delegiertenwahl 1998	Seite 4
Vereinsinfos	Seiten 6 - 10

Jahresbericht des 1. Vorsitzenden	Seiten 12 + 13
Senioren	Seite 14
Der Badleiter informiert	Seiten 15 + 16
Vom Kraftsport zur Fitneß	Seiten 17 + 18
Schwimmen	Seiten 19 + 20
Leichtathletik	Seite 20

Triathlon	Seiten 21 + 22
Judo	Seite 23
Kanu	Seite 24
Ju-Jitsu	Seite 25
Tauchen	Seite 26
Moderner Fünfkampf	Seite 27
SSF-Kurssystem	Seite 28
Sportangebot des Klubs	Seite 29

**Erweiterte
Möglichkeiten
zum Kraft- und
Fitnessstraining**

Seite 17

**Delegierte
der SSF
werden
neu gewählt**

Seite 4

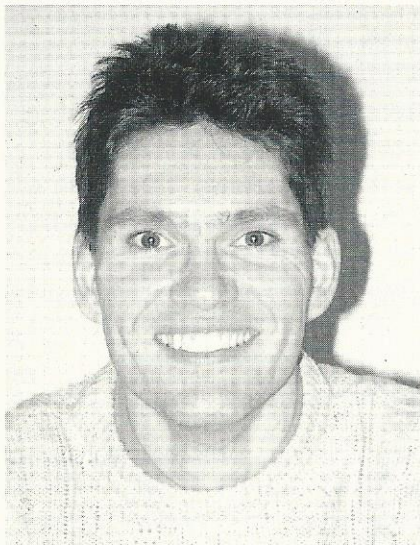


Der Club trauert
um sein Mitglied

**Hans
Niederstein**

(Seite 7)

Editorial: **Liebe Freunde des Sports,**



SSF-Vorsitzender Michael Scharf

ich hoffe, Sie haben das neue Jahr bereits sportlich begonnen. Vielleicht können wir Ihnen mit dieser Ausgabe der Sportpalette Appetit auf das ein oder andere Sportangebot machen.

Allein der Aufmacher – die Bilder von unserer Kanuabteilung – sollten hier eine gute Motivation sein, teilzunehmen. Der Kanusport verbindet in wohl einmaliger Weise das Sport- und Naturerlebnis (Bericht S. 24).

Einen besonderen Hinweis möchte ich zu unserem renovierten Kraft- und Fitnessraum (Sportpark Nord, den Hang vom Parkplatz runtergehen auf der linken Seite, siehe S. 17) geben. Damit erweitern wir unser Clubangebot für alle Altersgruppen um ein neues reizvolles Angebot, denn der Raum hat sehr nutzerfreundliche Öffnungszeiten und eine individuelle Betreuung. Ein weiterer Schritt, um ein Sportprogramm zu präsentieren, das sowohl für Breiten-, Gesundheits- und Fitness-Sportler wie auch für Leistungssportler geeignet ist. Sofern Sie sich ein bißchen im Verein engagieren wollen, es findet in diesem Jahr die Delegiertenwahl statt. Die Dele-

gierten des Clubs werden auf vier Jahre neu gewählt (S. 4). Es wäre schön, wenn sich viele Clubmitglieder als allgemeine Delegierte bewerben würden.

Verweisen möchte ich auch auf den Jahresbericht zum Jahr 1997 (S. 12), denn dieser bietet einen kurzen und kompakten Einblick in die Aktivitäten des Clubs.

Schließen möchte ich mit dem Hinweis, daß Sie noch Karten zu unserer Karnevalssitzung im Bonner Maritim Hotel am 21. Februar erwerben können. Für „Jecke“ und nicht so Jecke eine Karnevalssitzung, die man sich nicht entgehen lassen sollte!

Viel Spaß beim Lesen der Sportpalette wünscht Ihnen Ihr

Michael Scharf, Vorsitzender

Runde Geburtstage

Liebe Mitglieder,

in der letzten Palette hatten wir die runden Geburtstage von Heinz Migl und Reinhold van de Laar übersehen. Leider kommt es immer mal wieder vor, daß aus den unterschiedlichsten Gründen runde Geburtstage an dieser Stelle vergessen werden. Wir bitten dafür um Entschuldigung!

Helga Hartung

im März 1998

50 Jahre

Stemberger, Irene
Stier, Edite
Vitus, Peter
Kluth, Franz-Albert

60 Jahre

Hromadka, Emmi
Bleckmann, Josef
Hitz, Fredi
Weiler, Dieter

Harder, Günter
Lesch, Klaus
Jakobi, Heinz

70 und 75 Jahre

Klein, Heinz
Groenewald, Matthias
Godau, Kurt
Mertens, Hans
Losem, Wilhelm
Riegel, Hans
Liz, Giesela

80 und 85 Jahre

Kegenbein, Elisabeth
Brechem, Liesel

90 Jahre

Wenz, Theo

im April 1998

50 Jahre

Willems, Paul
Zimmermann, Kurt
Seidler, Christiane
Hartig, Klaus

Maciejewski, Elke
Luehrs, Claus

60 Jahre

Hintz, Hans-Dieter
Hugler, Hiltrud
Worringen, Erika
Leinung, Marie-Luise
Liebig, Christa
Keser, Harald
Schulze-Weslarm, Karl-Wilhelm
Schuhmann, Gertrud
Cordie, Anneliese
Jakob, Eva
Pruckner, Josef

70 und 75 Jahre

Barnstein, Gertrud
Hallensleben, Horst
Siebertz, Margarete
Moric, Antonija
Vock, Henni
Wilhelmi, Heinz
Markert, Dorothea

Protokoll der Delegiertenversammlung vom 4.12.97 im Bootshaus der SSF Bonn, Rheinaustr. 269, 53225 Bonn

Beginn: 19.40 Uhr

Ende: 20.40 Uhr

Anwesenheit: 41 Delegierte (gemäß Anwesenheitsliste)

Michael Scharf eröffnet die Versammlung und begrüßt die anwesenden Delegierten, insbesondere den Ehrenvorsitzenden Hermann Henze und das Ehrenmitglied Mia Werner. Er überbringt die Grüße des Präsidiums an die Delegierten.

Top 1: Feststellung der Tagesordnung

Die Delegiertenversammlung wurde mit schriftlicher Einladung vom 18.11.97 an alle Delegierten ordnungsgemäß einberufen und ist somit beschlußfähig. Es liegen keine Anträge vor.

Top 2: Mitteilungen des Vorstandes

Michael Scharf gibt einen Überblick über die Veranstaltungen und die sportlichen Erfolge des vergangenen Jahres.

Die Mitgliederentwicklung war in diesem Jahr positiv (677 Kündigungen, 887 Neuanmeldungen, 210 zusätzliche Mitglieder). Die SSF Bonn haben z.Zt. 5.134 Mitglieder.

Durch die mit der positiven Mitgliederentwicklung verbundenen Beitragsmehreinnahmen ist der Haushalt '97 im Rahmen der Plandaten geblieben.

Der Kauf des Bootshauses wird in den nächsten zwei Wochen abgeschlossen.

Michael Scharf lobt die gute Jugendarbeit der Abteilungen.

Top 3: Abwicklung des Haushalts 1997 und

Top 4: Festsetzung des Haushaltsplans '98

Der Haushalt '97 bewegt sich zur Zeit (Stand Okt. '97) im Rahmen der Plandaten. Manfred Pirschel erläutert den Haushaltsplan '98, der bereits vom Gesamtvorstand und vom Präsidium einstimmig genehmigt wurde.

Als Besonderheit weist der Schatzmeister darauf hin, daß, sofern von staatlicher Seite eine Änderung bei der Versicherungspflicht der 610-DM-Jobs eingeführt wird, überlegt werden muß, ob es sinnvoll ist, im Badbereich künftig vermehrt Vollzeitarbeitskräfte einzusetzen.

Es werden einige Nachfragen zum Haushaltsplan gestellt, die der Schatzmeister beantwortet.

Der Haushaltsplan '98 wird von der Versammlung einstimmig angenommen.

Top 5: Kauf der SSF-Geschäftsstelle

Nach Gesprächen, die mit dem Sport- und Bäderamt der Stadt Bonn geführt wurden, ist in den nächsten Jahren nicht damit zu rechnen, daß die Geschäftsstelle in den Sportpark Nord verlagert werden kann.

Der Vorstand schlägt daher vor, die jetzigen Räume der SSF-Geschäftsstelle zu erwerben, zumal eine Finanzierung des Kaufpreises günstiger ist als die derzeitige Miete.

Es gibt mehrere Nachfragen zur Finanzierung und Nutzung der Geschäftsstelle. Diese werden vom Vorstand beantwortet.

In der anschließenden Abstimmung wird der Erwerb der Geschäftsstelle (Kölnstr. 313a) einstimmig beschlossen.

Aus der Versammlung wird angeregt, die Beschilderung der Geschäftsstelle zu verbessern. Der Vorstand wird diese Anregung aufnehmen.

Top 6: Anträge der Delegierten

Es liegen keine Anträge vor.

Top 7: Verschiedenes

Die SSF Bonn installieren im Schulzentrum Tannenbusch eine Beach-Volleyball-Anlage. Die Stadt Bonn wird hierzu einen Zuschuß leisten.

Am 21.02.98 findet die Karnevalssitzung der SSF im Maritim statt. Es wäre gut, wenn die Abteilungen sich an der Veranstaltung intensiv beteiligen und dafür werben würden.

Für 1998 ist der Ausbau des Fitnessbereichs geplant, um das Angebot für die Mitglieder zu erweitern und die Betreuung der Kaderathleten zu verbessern. Hierfür wurde eine Diplom-Sportlehrerin eingestellt. Die Bilanzierung dieses Bereichs erfolgt unter der Kostenstelle „interne Veranstaltungen“. Der Zusatzbeitrag für die Nutzung des Fitnessraums beträgt zunächst 100,- DM/Jahr.

Durch das Präsidium wurde ein dreijähriger Sponsorvertrag mit der Flughafen GmbH vermittelt.

Das Präsidium wurde ergänzt um die Mitglieder Peter Hau, Jan Graff und Detlef Klauß.

Für besondere Leistungen im Jahr 1997 zahlte das Präsidium an die Fünfkämpfer Oliver Strangfeld und Elena Reiche eine Prämie. Außerdem wurde der Wechsel von zwei Kaderathleten der Leichtathletik zu den SSF Bonn vom Präsidium finanziell unterstützt.

Die Verlängerung der Bad-Öffnungszeiten am Wochenende wurde von den Mitgliedern positiv aufgenommen.

In 1997 wurde die Elektrik in der Schwimmhalle erneuert und eine breite Eingangstreppe ins Schwimmbecken installiert. Der Herrenumkleideraum ist wegen Reparaturarbeiten noch ca. 3 bis 4 Wochen gesperrt. Die Ausweiskontrolle soll im nächsten Jahr intensiviert werden.

Der Vorsitzende dankt allen Abteilungsleitungen, den Mitarbeitern der Abteilungen, den Gremien des Vereins und den Delegierten für die engagierte Mitarbeit im Club. Gemeinsam sei man auf einem guten Weg. Damit beschließt der Vorsitzende die Versammlung.

Bonn, den 05.12.97

Maike Schramm
Protokollführerin

Michael Scharf
1. Vorsitzender

Haushaltsplan 1998

Bezeichnung Kostenstelle	Gesamt	Verein	Int. Ver.	WGB	Liegen.	Sport
Einnahmen						
Umsatzsteuerfr.						
Erlöse	287.440	8.000	24.000		175.640	79.800
Umsatzsteuerpfl.						
Erlöse	175.180		32.000	45.000	88.880	9.300
Zuschüsse	331.119	90.000	85.000		52.500	103.619
Spenden	44.100	10.000				34.100
Beiträge	794.000	734.000	15.000			45.000
Gesamteinnahmen	1.631.839	842.000	56.000	45.000	317.020	271.819
Ausgaben						
Wareneinkauf	21.400		10.000	7.800		3.600
Personalkosten	886.775	160.000	49.000	7.000	257.500	313.275
Raumkosten	283.673	120.000	9.116	600	54.400	99.557
Steuern, Vers.,						
Beiträge	58.880	28.000		100	3.500	27.280
Sportsonderkosten	75.214	10.000	4.000			61.214
Fahrzeugkosten	14.840	13.000		300		1.540
Werbe- und						
Reisekosten	95.650	40.000	5.000	11.000		39.650
Instandh./						
Abschreibung	89.700	8.000	16.000		46.000	19.700
Verwaltungskosten	85.340	50.000		25.500	2.300	7.540
Gesamtausgaben	1.611.472	429.000	193.116	52.300	383.700	573.356
Überschuß						
Erford. Clubmittel	20.367	413.000	37.116	7.300	46.680	301.537
Vergleich I H-Plan						
H-Plan Einnahmen	1.392.900	747.500	100.000	45.000	265.140	235.260
H-Plan Ausgaben	1.384.661	381.000	119.000	52.300	300.700	531.661
Überschuß	8.239	366.500				
Fehlbetrag			19.000	7.300	35.560	296.401
Vergleich II H-Rg.						
H-Plan Einnahmen	1.686.854	818.016	257.610	24.059	277.158	310.011
H-Plan Ausgaben	1.545.963	424.170	222.820	14.047	351.873	563.377
Überschuß	140.891	393.846	34.790	10.012		
Fehlbetrag					74.715	253.366

Beschlossen durch Gesamtvorstand am 2.12.97, Präsidium am 3.12.97, Delegiertenversammlung am 4.12.97.

Scharf
Vorsitzender

Pirschel
Schatzmeister

Das geht alle Mitglieder an, die sich für die Belange der SSF Bonn 05 interessieren!!

Delegiertenwahl 1998

Zum fünften Mal in unserer Vereinsgeschichte werden 1998 die Delegierten gewählt. Die Delegiertenversammlung ist neben der Mitgliederversammlung ein zentrales Organ des Vereins. In diesem Gremium können sich die Mitglieder aktiv ins Vereinsgeschehen miteinbringen, dieses mitgestalten und mitbestimmen.

Die Delegiertenversammlung setzt sich aus den Delegierten der Fachabteilungen (Schwimmen, Wasserball, Kanu, Tauchen, Tanzen...) und den allgemeinen Delegierten zusammen. Die allgemeinen Delegierten, diese gehören keiner Fachabteilung an, werden in unserer Vereinsverwaltung unter dem Sammelbegriff „Breitensport“ geführt. Hierunter

finden sich auch die Mitglieder aus den Bo Jutsu-, Tai Chi-, Kraffraum-, Fitness- und Gesundheitssportgruppen. Um die Rechte der „einfachen“, breitensportlichen, nicht abteilungsgebundenen Mitglieder wahrzunehmen, ist es wichtig Kandidaten zu gewinnen, die sich um das Amt des „allgemeinen Delegierten“ bewerben. Dazu einige Hinweise.

Bewerben kann sich wer,

1. das 18. Lebensjahr vollendet hat,
2. nicht einer Fachabteilung angehört, Bezeichnung 03 auf der Mitgliedskarte.

Wenn beide Voraussetzungen zutreffen, füllen Sie bitte das abgedruckte Formblatt „Bewerbung zur Delegierten-

Einladung zur Mitgliederversammlung

Gemäß der neuen Delegiertenordnung werden die allgemeinen Delegierten durch die Mitgliederversammlung gewählt. Daher laden wir zur Mitgliederversammlung am Mittwoch, dem 20. Mai um 20.00 Uhr ins Bootshaus der SSF Bonn, Rheinaustr. 269, 53225 Bonn ein.

TOP 1 Feststellung der Tagesordnung

TOP 2 Mitteilungen des Vorstands

TOP 3 Wahl der allgemeinen Delegierten

TOP 4 Verschiedenes

Michael Scharf
Vorsitzender

Bewerbung zur Delegiertenversammlung

Ich bewerbe mich als Kandidat zur Delegiertenversammlung

Ich schlage als Kandidaten zur Delegiertenversammlung vor:

Name, Vorname

Mitgliedsnummer

Geburtsdatum

Beruf

Straße, Hausnummer

Postleitzahl, Ort

Ich bin damit einverstanden, daß meine hier genannten Daten in der Kandidatenliste veröffentlicht werden.

Ich erkläre, daß ich keiner Fachabteilung der Schwimm- und Sportfreunde Bonn angehöre.

(Nur bei Bewerbungen)

(Nur bei Wahlvorschlägen)

Unterschrift des Vorgeschlagenen

Unterschrift des Bewerbers

Unterschrift des Vorgeschlagenen

versammlung“ aus und senden es bis spätestens 15. Mai 1998 an die Schwimm- und Sportfreunde Bonn 05 e.V., Kölnstr. 313a, 53117 Bonn.

Natürlich können Sie auch andere Vereinsmitglieder vorschlagen, die die oben genannten Voraussetzungen erfüllen.

Alle Bewerber und Kandidaten werden in einer öffentlichen Versammlung am Mittwoch, dem 20. Mai um 20.00 Uhr im SSF-Bootshaus für vier Jahre als SSF-Delegierte gewählt (siehe Einladung).

Aufstellung über die Aufteilung der Delegierten für den Zeitraum von 1998 - 2002

Vorstand/Präsidium	21 Delegierte
Allgemeine Delegierte	43 Delegierte
Badminton	2 Delegierte
Judo	4 Delegierte
JuJutsu	2 Delegierte
Kanu	3 Delegierte
Karate	4 Delegierte
Leichtathletik	2 Delegierte
Mod. Fünfkampf	3 Delegierte
Schwimmen	31 Delegierte
Ski	3 Delegierte
Tauchen	3 Delegierte
Tanzen	2 Delegierte
Triathlon	2 Delegierte
Volleyball	4 Delegierte
Wasserball	2 Delegierte
Gesamt:	131 Delegierte

Wir liefern Ihnen Informationen, bevor sie **auf dem Trockenen** sitzen!



Meist sind es mangelnde oder fehlerhafte Informationen über Ihre Geschäftspartner, die zu schlechten Geschäften führen. Die Folge: Sie haben geliefert und sitzen anschließend mit Ihren Forderungen auf dem Trockenen.

Sprechen Sie deshalb mit unserer **Wirtschaftsauskunftei**, bevor Sie sich ärgern müssen. Wir liefern Ihnen aktuell recherchierte Informationen über Ihre Geschäftspartner.

Wir sind aber auch für Sie da, wenn Sie berechtigte Forderungen realisieren wollen. Unser gezieltes **Inkasso** basiert auf dem Informationsvorsprung und dem Netzwerk unserer 135 Geschäftsstellen des Verbandes **Creditreform**. Und natürlich auf unserem guten Namen.

Schützen Sie mit uns Ihre Forderungen – durch Informationsvorsprung und effektives Inkasso. Gern informieren wir Sie ausführlich!

Wir geben Auskunft...



Creditreform

Creditreform Bonn Himstedt KG
Lennéstraße 30
53113 Bonn
Telefon (02 28) 267 94-0
Telefax (02 28) 22 92 62

Termine • Vereinsinfos • Termine • Vereinsinfos

Gesamtvorstand (19.30 Uhr)

Dienstag, 10. März
Dienstag, 9. Juni
Dienstag, 8. September
Dienstag, 1. Dezember

Delegierten-/Mitgliederversammlung (19.30 Uhr)

Mittwoch, 20. Mai (Mitglieder)
Donnerstag, 11. Juni (Delegierte)
Dienstag, 8. Dezember (Mitglieder)

Gesamtverein

Sa., 21. Feb. Karnevalssitzung im Maritim
7./8. März Karate, Siebengebirgspokal
14. März Kaderqualifikation Mod. Fünfkampf
21./22. März Int. Bonner Kinder-Mannschaftspokal
Sa., 16. Mai Treffpunkt Bad, Badfest (Sportpark)
Sa., 15. Aug. Marktplatzfestival
Sa., 14. Nov. Seniorenabend, Bootshaus
Sa., 21. Nov. Stiftungsfest, Brückenforum
21./22. Nov. Schwimmfest um den
Bonner Mannschaftspokal
Die., 8. Dez. Nikolausfeier, Josephinum

Kurz und bündig

● SSF-Fünfkämpferin Christiane Kasimir erreichte nach dreijähriger Wettkampfpause einen hervorragenden 3. Platz bei der ersten Nationalkaderqualifikation. Bei den Männern gewann ihr SSF-Kollege Oliver Strangfeld.

● Die SSF Bonn bekamen vom Westdeutschen Schwimmverband das Zertifikat für hervorragende Breitensportarbeit.

● Die Tanzkurse für SSF-Mitglieder kommen sehr gut an. In beiden Kursen verbesserten die Clubmitglieder ihre tänzerischen Fähigkeiten unter der Anleitung von Übungsleiter Detlef Müller. Interessenten für Folgekurse können sich auf der Geschäftsstelle anmelden.

● Die SSF Bonn werden am 16. Mai in Zusammenarbeit mit dem Sport- und Bäderamt der Stadt Bonn die landesweite Aktion Treffpunkt Bad im Sportpark Nord ausrichten.

Bundesverdienstkreuz für Inge Wend

Am Dienstag, den 18. Nov. 1997, wurde das Bundesverdienstkreuz an die stellvertretende Vorsitzende des Clubs, Inge Wend, von der Bonner Oberbürgermeisterin Bärbel Dieckmann (Präsidiumsmitglied der SSF Bonn) verliehen.

Inge Wend bekam diese Auszeichnung aufgrund Ihrer großen ehrenamtlichen Verdienste im Festauschuß BONNER KARNEVAL, in der Politik und bei den SSF BONN! Im Vorstand des Clubs ist Inge Wend seit 1986. An die 100 Gratulanten und Ehrengäste, darunter viele Schwimm- und Sportfreunde, kamen aus nah und fern.



Inge Wend mit Michael Scharf.

Wir sind
Spezialisten

in allen
Einrichtungs-
fragen



Ob Küche, Diele, Wohn- oder Schlafraum: Nutzen Sie unseren Beratungs- und Lieferservice

Maro-Möbel

Filialeiter:
Manfred Werkhausen,
Meister u. gepr. Restaurator
im Tischlerhandwerk

Friedrichstraße 4
(Nähe Friedensplatz)
53111 Bonn
Telefon 02 28 / 63 37 83

● Die Volleyballabteilung der SSF-Fortuna bekam im Januar einen Preis des Westdt. Volleyballverbandes für ihre hervorragende Nachwuchsarbeit überreicht. Gestiftet wurde der Preis vom Deutschen Herold.

● Unsere 2. Herrenmannschaft Wasserball scheint in ihrer ersten Spielzeit direkt aufzusteigen. Weiterhin viel Erfolg.

● Unsere C-Jugend Volleyball wurde im Januar Bezirksmeister.

● Die SSF Bonn werden in diesem Jahr wieder mit einer Fußgruppe von 50 Personen am Karnevalszug teilnehmen.

Vereinsinfos • Vereinsinfos • Vereinsinfos**Zum Tode von Hans Niederstein**

Anstelle der Serie „Die stillen Stars“ bringen wir an dieser Stelle einen Nachruf auf unseren langjährigen Badleiter, Herrn Hans Niederstein, der im Dezember plötzlich verstarb.

Plötzlich und für uns alle unerwartet starb unser Mitglied Hans Niederstein im Alter von 66 Jahren Ende 1997. Hans Niederstein war vom Bau des Schwimmbads im Sportpark Nord (Anfang der 70er Jahre) bis zu seinem Ausscheiden Ende 1992 als hauptamtlicher Schwimmmeister und Badleiter ein fester Bestandteil unseres Clubs. Durch diese Tätigkeit ist er noch vielen aktiven Mitgliedern des Clubs bekannt, obwohl er sich nach seinem Ausscheiden aus dem Clubgeschehen zurückgezogen hatte.

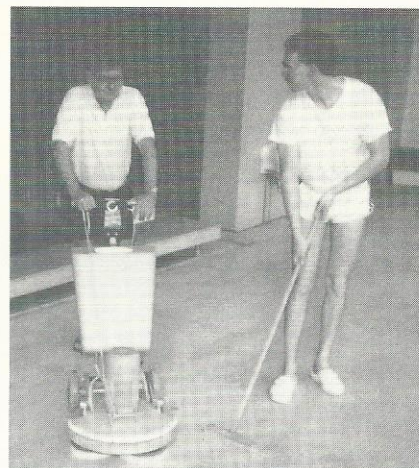
Stadtbekannt wurde Hans Niederstein durch seine „goldenen Hän-

de“, denn zahllose Sportler behandelte Hans Niederstein als Masseur und trug so einen Teil zu deren sportlichen Erfolgen bei. In der Blütezeit unserer Schwimmer in den 70er Jahren gehörte Hans Niederstein zum Betreuer team der Mannschaft. So war er auch bei den Olympischen Spielen 1972 in München dabei, sicherlich ein Höhepunkt in seiner Laufbahn. Ab Mitte der 70er Jahre orientierte sich Hans Niederstein stärker in Richtung Fußball und war jahrelanger Betreuer des Bonner Sport Club, des 1. FC Köln und zuletzt des SV Buschdorf.

Viele der von ihm betreuten Aktiven und Vereine erwiesen Hans Niederstein auf der Beerdigung die letzte Ehre. Die Schwimm- und Sportfreunde Bonn waren durch den Badleiter und Mitarbeiter des Bades vertreten. Man

sah auch viele Clubmitglieder, die mit Hans Niederstein über die Jahre zusammengearbeitet hatten. Wir hätten ihm alle gewünscht, daß er mehr von seinem Lebensabend gehabt hätte. Der Club trauert um Hans Niederstein.

Hans Niederstein (li.) mit seinem Nachfolger als Badleiter, Michael Kemp.

**Wo Sport ist, ist Coca-Cola.**

Peter Bürfent GmbH & Co. • Hohe Str. 91 • 53119 Bonn

Vereinsinfos • Vereinsinfos • Vereinsinfos

Liebe Karnevals- freunde,

wir möchten nochmals auf die SSF-Karnevalssitzung im Bonner Maritim Hotel hinweisen. Nutzen Sie die Gelegenheit und besuchen Sie die Sitzung Ihres Clubs. Es ist für ein hervorragendes karnevalistisches Programm gesorgt und im Anschluß an die Sitzung besteht zusätzlich noch die Gelegenheit, den Abend mit Tanzen ausklingen zu lassen.

Karten können Sie über unsere Geschäftsstelle (Tel. 02 28/67 68 68) direkt beziehen.

Die Schwimm- und Sport- freunde Bonn 05 e.V. bieten an:

Spaß im Wasser für die Jüngsten

Wassergewöhnungs- und Schwimmkurse für Kinder von 2 - 4 Jahren

„Spiel und Spaß im Wasser für Eltern und Kinder ab 2 Jahren“

Kurs 1: freitags, 9.00 Uhr - 9.40 Uhr für Anfänger

Kurs 2: freitags, 9.45 Uhr - 10.25 Uhr für Fortgeschrittene

„Wassergewöhnung und Schwimmen lernen für 3- bis 4-jährige“

Kurs 1: freitags, 10.30 Uhr - 11.10 Uhr für Anfänger

Kurs 2: freitags, 11.15 Uhr - 11.55 Uhr für Fortgeschrittene

Ort: Lehrschwimmbaden im Frankenbad

Dauer der Kurse: 10 Unterrichtsstunden

Beginn: Freitag, 06.03.98

Kursgebühren: 50,- DM für SSF-Mitglieder, 100,- DM für Nichtmitglieder

Anmeldung: Geschäftsstelle der SSF Bonn
Kölnstr. 313a,
53117 Bonn
Tel. 02 28/67 68 68



Große Abschlusssitzung
des Bonner Karnevals 1998
mit anschließendem TANZ

Samstag 21. Feb. 1998
im Maritim Hotel Bonn
Beginn: 19.00 Uhr

Saaleinlaß: 18.00 Uhr

Eintrittspreis: DM 35.00

ab 23.30 TANZ in den Karnevalssonntag

FREUEN SIE SICH AUF
SPITZENKRÄFTE DES RHEINISCHEN KARNEVALS
KG KAMMERDIENER UND KAMMERKÄTZCHEN
STELLBERG SISTERS / PETER KERCHER
HANNES VOGT / BIREKSDÖRPE BUURE BÄND
FUZZICHEHN / LOTHAR BUSSATO
STUNZ & BÜGGEL / KÖLSCHGANG
STARLIGHT TROMPETER ESCHWEILER
SITZUNGSKAPPELLE: WILLI LENZEN

Besonderes Serviceangebot des Maritim:
Übernachtung mit Frühstück und Eintrittskarte zur Sitzung

Kartenvorverkauf ab sofort:

Schwimm- und Sportfreunde Bonn, Tel.: (02 28) 67 68 68 / Fax: (02 28) 67 33 33

SSF-Mitglieder jetzt bestellen

MARITIM
Hotel Bonn
Godesberger Allee, 53175 Bonn,
Tel.: (02 28) 8 10 80,
Fax: (02 28) 8 10 88 11

Veranstalter:



Sind Sie sicher, daß Sie richtig versichert sind?

Ich informiere Sie gern einmal
gründlich darüber:

Hauptvertretung
Ronald Kirchner

Hausdorffstraße 7
53129 Bonn
Telefon: 02 28 / 21 51 75
Telefax: 02 28 / 20 11 65



Vereinsinfos • Vereinsinfos • Vereinsinfos

Urkundenverleihung für das Bayer. Sport- leistungsabzeichen am 19.11.1997

Einem lange geübten Brauch folgend, hatte die Bayerische Staatsministerin für Bundesangelegenheiten, Frau Prof. Ursula Männle, auch 1997 wieder 220 Freizeitsportler in die Landesvertretung zur Verleihung des Bayerischen Sportleistungsabzeichens eingeladen. An dieser „Großveranstaltung“ nahmen auch die Angehörigen der Sportabzeichen-Gruppe der SSF Bonn unter Leitung von Renate Vogler und die Freizeitsportler Tannenbusch, betreut durch Manfred Enzner, teil.

Im Bierkeller der Landesvertretung wurden bei Freibier und Laugenbrezeln am 19. November die Urkunden der Saison 1997 verliehen. Für die „Breitensportler“ stellen die höheren Anforderungen des Bayern-Abzeichens immer wieder die Herausforderung dar, alljährlich ihr sportliches Leistungsvermögen unter Beweis zu stellen. Dies gilt für jüngere Sportler genauso wie für Senioren, deren Ehrgeiz vielfach darin besteht, die Prüfung mit „Sonderleistungen“ abzulegen.

Im Jahr 1997 wurden im Tannenbusch 44 „Bayerische“ in den Leistungsstufen Silber und Gold abgelegt. Der älteste Teilnehmer mit 85 Jahren legte dabei die 5. Prüfung in Gold ab. Bei den Freizeitsportlern der SSF waren es 25 Abzeichen. Dabei erreichten die Senioren hohe Wiederholungszahlen; so legte Frau Elsemarie Loehers von den SSF die 25. erfolgreiche Prüfung in Gold ab, bei der SSF-Gruppe erhielt Frau Käthe Ziertmann die 24. Urkunde in Gold.

Aus Sicht der Betreuer der Breitensport-Gruppen ist – bei allem

Engagement der älteren Teilnehmer – jedoch immer wieder darauf hinzuweisen, daß die sich lichtenden Reihen dringend durch Nachwuchs aufgefüllt werden müssen. Wir fordern deshalb auch jüngere Mitglieder der SSF zum Test auf, ob sie Gefallen am sportlichen „Fitness-Training“ im Breitensport finden können!

Bonn, im Januar 1998

Renate Vogler
Manfred Enzner

Die Sportabzeichengruppe der SSF



Information zum Freiburger Kreis

Schon seit Jahren sind die Schwimm- und Sportfreunde Bonn Mitglied im Freiburger Kreis.

Der Freiburger Kreis ist ein Zusammenschluß der großen Mehrsparten-Sportvereine in Deutschland und hat es sich zur Aufgabe gemacht, die Interessen dieser Vereine gegenüber den relevanten Ansprechpartnern wirkungsvoll zu vertreten.

Neben dieser Interessenvertretung bietet der Freiburger Kreis aber auch für die Mitglieder der ihm angehörenden Vereine erheb-

liche Vergünstigungen und Vorteile, die nachstehend aufgeführt sind.

- Für die Benutzung der Sportstätten in anderen Vereinen werden bei Vorlage des Ausweises oder einer Bescheinigung des Heimatvereins ermäßigte Gebühren verlangt, ausgenommen Platzgebühren in Tennis- und Squashhallen, Saunagebühren etc.
- Einrichtungen eines Vereins sind nur von der gastweisen Benutzung ausgenommen, wenn diese durch Gruppen überbelegt

oder aus technischen Gründen nicht benutzbar sind.

- Die Benutzung der Einrichtungen des Gastvereins ist auf 6 Wochen beschränkt. Der Gastverein muß vom Heimatverein 100 km entfernt sein.
- Der Gästeservice wird unbürokratisch und zuvorkommend gehandhabt. Wenden Sie sich dennoch stets zuerst an die Geschäftsstelle des Vereins.

Vereinsinfos • Vereinsinfos • Vereinsinfos

Alle Jahre wieder...

Zum vierten Mal hatte die Schwimmabteilung der SSF Bonn am 14.12.97 zum Weihnachts-Schwimmspaß eingeladen.

Über 100 Kinder und Erwachsene kamen ins Schwimmbad im Sportpark Nord. Auch unsere Freunde vom ASV St. Augustin waren wieder mit einer großen Mannschaft vertreten. Besonderen Zuspruch fanden diesmal die Fami-

lienstaffeln. 30 Familien traten gegeneinander an und bewiesen, daß Eltern und Kinder auch heute noch Spaß haben, etwas gemeinsam zu unternehmen.

Feierlich wurde es dann, als das Licht ausging und der Weihnachtsmann im Bad eintraf, begleitet von kerzentragenden Kindern und von Weihnachtsliedern, die der SSF-Schwimmer David Meier (9 Jahre) live auf der Trompete spielte.

Vom Weihnachtsmann erhielt wieder jeder Teilnehmer eine Urkunde und jedes Kind ein kleines Geschenk.

Am Ende der Veranstaltung stand bereits fest: der 5. Weihnachts-Schwimmspaß findet am Sonntag, den 13.12.98, statt.

Maiko Schramm



Die jüngsten Teilnehmer

3. Lehrgang Entspannungsmassage bei den SSF

Am Wochenende 10./11. Januar 1998 fand der 3. Kurs zur Entspannungsmassage im Bootshaus, Rheinaustraße, statt. Angesprochen waren die Eltern der aktiven Kinder und Jugendlichen aller Abteilungen, denn denen sollten die dort erworbenen Kenntnisse zugutekommen. Aber auch die Erwachsenen haben durchaus viel für sich hinzugelernt. Ein Elternpaar nahm sogar zum zweiten Mal an dem Kurs teil, weil es „einfach so ein schön entspannendes Wochenende ist“.

Im Lehrgang wurden von unserem Mitglied Viktor Klumbis, selber anerkannter Masseur und med. Bademeister in Siegburg, die unterschiedlichen Massagetechniken demonstriert und sogleich angewandt. Die heitere Stimmung aller Teilnehmer wurde durch entspannende Hintergrundmusik noch beflügelt. In verdaulichen Portionen wurde immer wieder Anatomie und

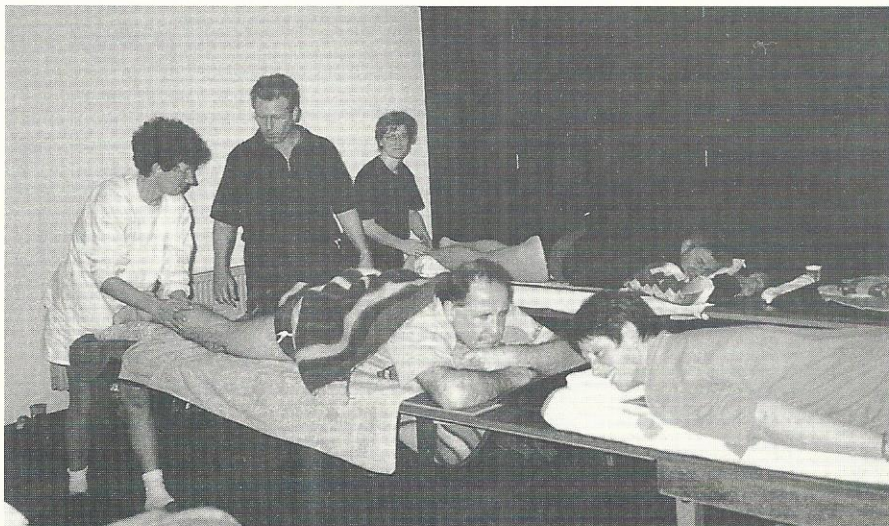
biologisch-theoretisches Grundwissen vermittelt.

Einige Eltern haben bereits die ersten Erfahrungen zu Hause gesammelt und die guten Plazierungen ihrer Kinder sind vielleicht auf die durchgeführte Massage zurückzuführen. Eins

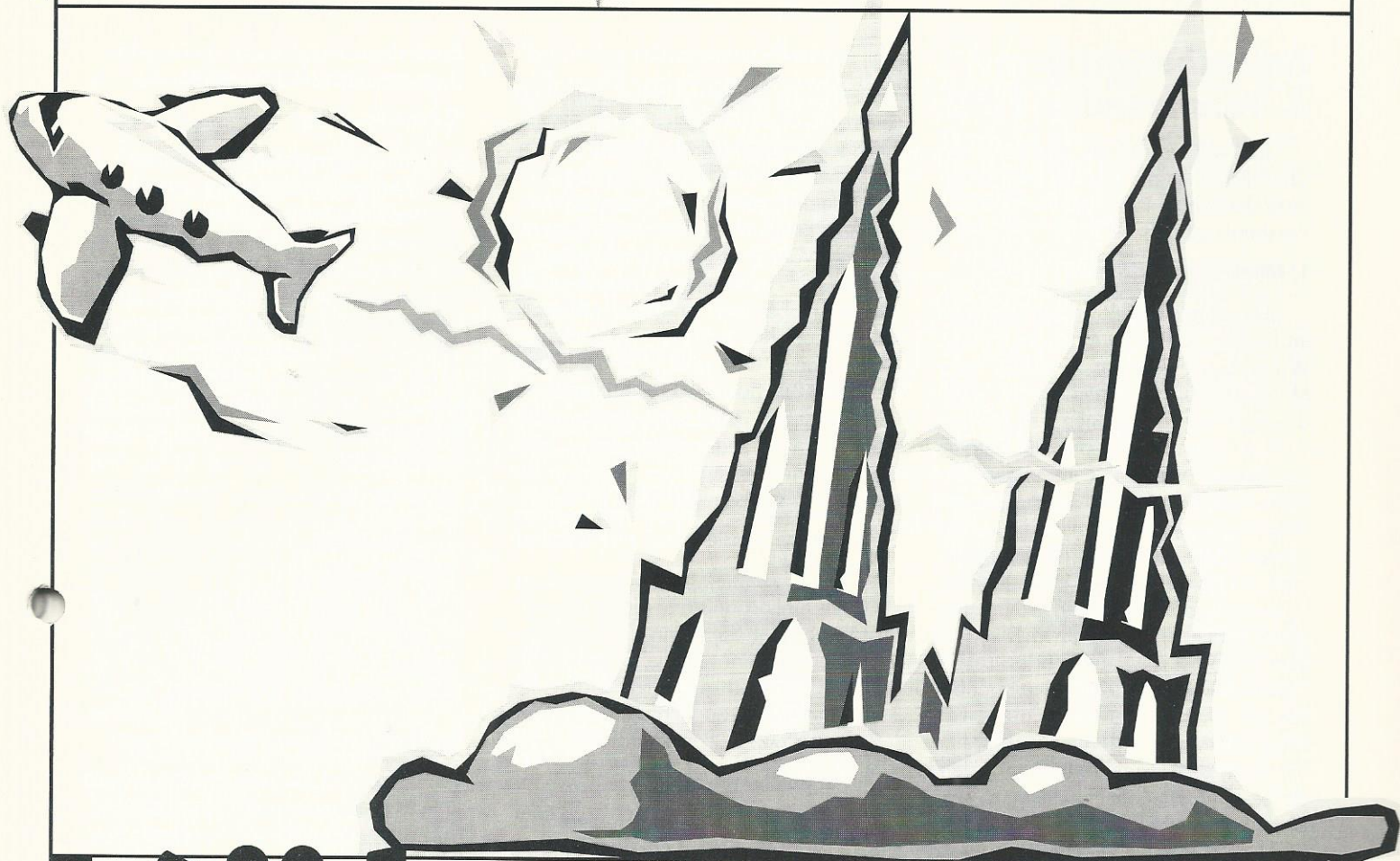
ist auf jeden Fall festzustellen: Es ist einfach schön, so eine Entspannungsmassage.

Wenn sich genügend Interessenten finden, ist es möglich, noch weitere Lehrgänge – Einstieg und Vertiefung – anbieten und durchführen zu können. Die bisherigen Lehrgänge wurden von Rudolf Schramm von der Schwimmabteilung sehr erfolgreich organisiert.

Bernd Obenaus



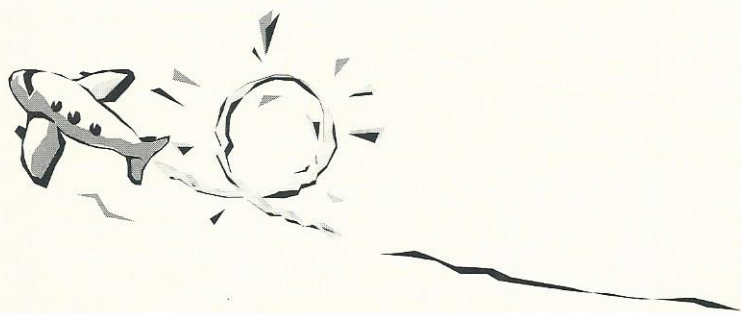
61 Ferienziele **43X** Mittelstrecke **18X** Langstrecke **Z.B.** nonstop Alaska



Köln/Bonn

...und ab geht's!

Wer ab Köln/Bonn fliegt, hat in jedem Fall die Nase vorn. Denn hier finden Sie renommierte Ferienfluggesellschaften, eine Riesenauswahl an traumhaften Urlaubszielen, ein vorbildliches Serviceangebot und und und. Mehr über Köln/Bonn erfahren Sie im Reisebüro Ihres Vertrauens.



Freuen Sie sich jetzt schon auf das neue **TERMINAL 2000!**

Jahresbericht des 1. Vorsitzenden 1997

Ich will versuchen einen kurzen Überblick über die wesentlichen Ereignisse des Jahres 1997 aus der Sicht des Vorstands zu geben.

1. Mitgliederentwicklung

Die Mitgliederentwicklung ist auch im fünften Jahr hintereinander positiv. Wir haben in diesem Jahr 887 neue Mitglieder aufgenommen, bei 677 Kündigungen ergibt dies einen Zuwachs von 210 Mitgliedern. Der aktuelle Mitgliederbestand - vor den Kündigungen - beträgt 5.134 Mitglieder. Das sind ca. 900 Mitglieder mehr als wir vor fünf Jahren hatten und ca. 200 Mitglieder mehr als im letzten Jahr. Der Bestand bei unseren Sportabteilungen ist in etwa gleichgeblieben. Die Zuwächse sind zum einen auf die neue Sportart Leichtathletik (60 Mitglieder) und zum anderen auf die vermehrte Aufnahme von Mitgliedern aus unserem Kursbereich (ca. 120) zurückzuführen. Es zeigt sich, daß es eine sehr gute Entscheidung war, die Kurse trotz der Veränderungen durch das Gesundheitsstrukturgesetz fortzuführen. Der Aufbau von Kursen in den Abteilungen wurde 1997 forciert, denn unsere Erfahrungen zeigen, daß viele Menschen den Weg in den Verein über Kurse finden.

2. Finanzen

Es sind gerade die Beitragsmehreinnahmen über die Mitglieder, die dafür sorgen, daß die Haushaltsplanung sich trotz geringerer Zuschüsse (Stadt Bonn, LSB) sowie höherer Ausgaben (Hallennutzungsgebühr, Berufsgenossenschaft und Versicherungen) im Rahmen der Plandaten bewegt. Die in den vergangenen Jahren erwirtschafteten Rücklagen werden planmäßig in den Kauf des Erbpachtgrundstücks Rheinaustr. 269 eingebracht. Der Abschluß wird zur Zeit notariell vorbereitet. Durch den Erwerb der Immobilien verfügt der Club nunmehr über Sicherheiten, die in Krisenzeiten beliehen bzw. veräußert werden können.

Großveranstaltungen

a) Karnevalssitzung im Bonner Maritim

Am 09.02.1997 veranstalteten die SSF Bonn die Karnevalssitzung im Bonner Maritim Hotel. 900 Zuschauer besuchten die Sitzung. Programm, Organisation, Besuch und Öffentlichkeitsarbeit können aus Sicht des Clubs als zufriedenstellend bewertet werden.

b) Haribo-Jugendschwimmfest

Das 20. Haribo-Jugendschwimmfest wurde in einer sehr guten Art und Weise organisiert und durchgeführt. Die Zusammenarbeit verlief sehr harmonisch. Auf dem Empfang der Mannschaftsführer und Botschafter im Hause Haribo wurde mit Wehmut und Stolz an die gute Tradition der Haribo-Jugendschwimmfeste erinnert, aber auch eindeutig festgestellt, daß dieses Kapitel Sportgeschichte nunmehr vorbei ist. Die Schwimmabteilung der SSF Bonn wird nach Absprache mit der Stadt Bonn und dem Westdeutschen Schwimmverband versuchen, daß zwei Schwimmwettkämpfe die Tradition der Haribo-Jugendschwimmfeste fortsetzen.

c) Deutsche Meisterschaft im Modernen Fünfkampf

Im Juni organisierte die Fünfkampf-Abteilung der SSF Bonn die Deutschen Meisterschaften. Für die Organisation gab es Lob von allen Seiten. Die beiden SSF-Athleten Strangfeld und Perret landeten auf den Plätzen 2 und 4.

d) Marktplatzfestival

Das 21. Marktplatzfestival am 4.10.1997 war erneut ein voller Erfolg für den Club. Insgesamt 262 neue Mitglieder nahm der Club Anfang Oktober auf. Unser langjähriges Vorstandsmitglied Hans Karl Jakob wurde als „Stimme des Clubs“ auf dem Markt zum Ehrenmitglied ernannt. Hauptattraktion des diesjährigen Marktplatzfestivals war eine Kletterwand sowie die durch das Präsidiumsmitglied Peter Hau organisierte Tombola, die dafür sorgte, daß der Markt auch nach 17.00 Uhr noch gut gefüllt war, obwohl die Geschäfte um 16.00 Uhr geschlossen hatten. Besonders positiv, daß sich fast alle Abteilungen an der Organisation und Durchführung beteiligten.

e) Stiftungsfest

Über 300 Clubmitglieder besuchten das Stiftungsfest am 22.11.1997 im Beueler Brückenforum. Es wurde ein schönes Abendbuffet gereicht. Es gab die Möglichkeit, ausgiebig zu tanzen. Weiterhin gab es Vorführungen der Tai Chi-Gruppe und des TTC Orion in den SSF Bonn. Wilfried Streiber wurde aufgrund seiner nunmehr 50jährigen Vereinsmitgliedschaft mit der goldenen Ehrennadel als Zeichen der Ehrenmitgliedschaft geehrt. Ebenso wurden 43 von insgesamt 132 silbernen Ehrennadeln für 25jährige Clubmitgliedschaft an Anwesende überreicht. Geehrt wurden auch die Deutschen Meister aus der Schwimm- und Volleyball-Abteilung. Den Weg zu den SSF fand auch Horst Bachmann, Präsident des Festausschusses

Bonner Karneval. Dieser brachte das Prinzenpaar in spe Willi II. und Nicole I. mit.

f) Seniorenabend

Am 9. November nahmen fast 100 SSF-Senioren, unter ihnen der Ehrenvorsitzende Hermann Henze und seine Frau Leni, am Seniorenabend (Ahl Büggle Abend) des Clubs teil. Für das Programm sorgte das Clubmitglied Alfred Niedecken, der einen Diavortrag mit Bildern aus der Clubhistorie der 30er bis 50er Jahre zeigte. Außerdem sorgten die „Zwei mit dem Dreh“ dafür, daß der Karnevalsauftakt für die Senioren etwas früher begann.

g) Kinder-Nikolausfeier

Diese fand am 11. Dezember, wie gewohnt, im Collegium Josephinum statt. Zirka 300 Kinder aus den Reihen des Clubs freuten sich über eine schöne Aufführung und über eine schöne Nikolaustüte. Ein besonderer Dank für die Süßwarenspende der Firma Haribo.

h) Wettkämpfe der Fachabteilungen

Erfreulich ist auch das gestiegene Interesse unserer Abteilungen, Sportveranstaltungen selber zu organisieren bzw. Sportveranstaltungen nach Bonn zu holen (Karate, Volleyball, Schwimmen, Mod. Fünfkampf, Judo).

Sonstiges:

Zwei der großen des Clubs, Werner Schemuth und Hermann Nettersheim, feierten in diesem Jahr ihren 70. Geburtstag. Gunther Lausberg feierte seinen 75. Geburtstag und unsere stellvertretende Vorsitzende Inge Wend bekam im November das Bundesverdienstkreuz überreicht. Der Club ist stolz auf die Jubilare und Würdenträger und war bei den Veranstaltungen würdig vertreten bzw. organisierte zwei Feiern selber.

4. Sportbereich - Spitzensport

Die Fünfkämpfer Oliver Strangfeld und Andreas Perret qualifizierten sich für die Europa- und Weltmeisterschaften. Strangfeld errang die Bronze-Medaille mit der Mannschaft bei der EM. Andreas Perret war Ersatzmann. Bei der WM erreichte die Deutsche Nationalmannschaft mit Perret, Strangfeld und dem Darmstädter Andreev den 7. Platz.

Die SSF-Fünfkämpferin Elena Reiche erreichte den 11. Platz im Einzelwettkampf bei den Europameisterschaften. In der Mannschaft wurde sie vierte und bestätigte diese Leistung mit dem 6. Platz in der Mannschaft.

Da die Fünfkämpfer über eine entsprechende Anzahl von Nationalmann-

schafts-Athleten verfügen, wurde Bonn zum Bundesstützpunkt ernannt.

Anschlußbereich

Neben den Fünfkämpfern (einmal Gold, einmal Silber, einmal Bronze) mit ihren Erfolgen auf den Deutschen Jugendmeisterschaften, sind unsere Schwimmer wieder im Aufwind! So erreichten sie unlängst mit fünf Mannschaften die Westdeutschen Meisterschaften in der Mannschaft. Unsere Jüngsten errangen dort den Titel, dazu gab es eine Vizemeisterschaft, zwei vierte und einen sechsten Platz. Das beste Ergebnis seit vier Jahren! An den Deutschen Einzel-Jahrgangsmeyerschaften nahmen elf Aktive des Clubs teil. Es gab einige Endlaufplatzierungen. Die Schwimmer starten in diesem Jahr als Träger eines Bundesforschungsprojekts. Dabei geht es um die Überprüfung des Bonner Modells als Trainingsmodell. Hoffen wir, daß auch die hier gefundenen Ergebnisse uns weiterbringen.

Unsere Jugend-Volleyballer brachten drei Jugendmannschaften zu den Westdeutschen Meisterschaften. Positiv auch weiterhin die Entwicklung bei den Wasserballern, die mit ihren vier Jugendmannschaften und zwei Aktiven-Mannschaften den Bezirk immer stärker

dominieren. Vier unserer Nachwuchswasserballer wurden in den Kader der Jugendnationalmannschaft berufen.

Dies sind nur einige Aktivitäten, die ich an dieser Stelle genannt habe. Auch die Kampfsportler (Judo, JuJutsu und Karate), die Leichtathleten und andere Abteilungen zeigten hier 1997, daß bei ihnen eine sehr gute Sportausbildung betrieben wird.

Masters/Senioren

Die Masters-Schwimmer der SSF Bonn errangen in diesem Jahr mehr als 10 Deutsche Meistertitel!!

Die Volleyballer (Senioren III) errangen den Titel des Deutschen Seniorenmeisters.

Außersportliche Aktivitäten

Neben den rein sportlichen Maßnahmen gab es auch 1997 Maßnahmen der Vereinsjugend. Zu nennen sind hier Grillfeste, Kinobesuche und Fahrten u.a. nach Minsk, Prag, Holland und Israel. Die SSF waren 1997 nach langer Pause wieder im Karnevalszug vertreten.

5. Präsidium

Durch die zahlreichen Aktivitäten unseres Präsidenten Reiner Schreiber

und seiner Präsidiums-Kollegen ist der Präsidiumsfördertopf auf einem Stand, den er bisher noch nicht erreicht hatte. Durch die Initiative konnten mit Herrn Jan Graff, Herrn Detlef Klautt und Herrn Peter Hau drei „Neue“ für das Präsidium gewonnen werden.

Mit der Flughafen GmbH Köln-Bonn wurde auf Initiative des Präsidiums eine Drei-Jahres-Vereinbarung abgeschlossen. Die Spitzensportler des Clubs tragen das Logo der Flughafen GmbH. Außerdem ist unser Partner im Schwimmbad zu sehen.

Bei der Eröffnung des neuen Stadtwerte-Hauses war neben anderen Spitzensportlern (u.a. Ulf Kirsten aus Leverkusen) auch unser SSF-Top-Fünfkämpfer Oliver Strangfeld vertreten.

Zum Abschluß meines Berichts möchte ich mich beim Präsidium des Clubs, bei meinen Vorstandskollegen, bei den Abteilungsleitungen, bei den Ausschüssen und bei den vielen, vielen Helfern bedanken. Gemeinsam haben wir es geschafft, daß der Club ein erfolgreiches Jahr 1997 hatte und auch insgesamt auf einem guten Weg ist.

Michael Scharf
Vorsitzender

Sport Vossen

Josef Vossen, Kringsweg 30, 50931 Köln
Telefon: 0221/419629 • Fax: 0221/9417303

Sport-Shop für Schwimmer

**Wir haben alles,
was Schwimmer benötigen:**

**Ein Besuch bei uns
lohnt sich! Bitte vorher
tel. Termin vereinbaren.**



Erinnerungen

Eine fast wahre Geschichte.

Als Senioren treffen wir uns mehrmals in der Woche zum Schwimmen im Nordbad. Wie andere Sportarten sich erst mal warmlaufen, so brausen wir uns erstmal warm. Dabei wird geklönt und gelacht.

Neulich gab ein Brausefreund eine Mär zum besten, die wir sehr amüsierlich fanden, oder Schadenfreude – wer weiß.

Nennen wir ihn „Jupp“.

Jupp wohnt in Alfter. Nun fließt der Rhein dort nicht vorbei. Wenn er als begeisterter Rheinländer Sehnsucht zum alten Fluß hat, setzt er sich ins Fahrzeug und fährt zur Mondorfer Fähre.

Betrachtet stolz den alten Rhein, bewundert den Schiffsverkehr, schätzt die Tonnage – deutet die vielen Flaggen am Heck und manchmal sticht ihn der Hafer – dann bemerkt er so nebenher, oh! auch ein Luxemburger!!

Lebhafter Protest vom Nachbarn. Das ist doch ein Niederländer! Nun haben beide Staaten die gleiche Farbenzusammenstellung, rot-weiß-blau, nur bei einem der beiden ist das Blau ein wenig blasser. Aber wer sieht das schon auf die Entfernung.

Nach einiger Zeit beschließt unser Jupp, mit der Fähre mal auf die andere Seite zu fahren. Halt, Übersetzen heißt das!

Er betrachtet von dort den Strom – geht ein Stück in den Bootshafen,

bewundert die dort liegenden Motorboote. Und auf einmal fährt die Fähre ein. „Feierabend!“

Wie komme ich jetzt wieder zu meinem Auto? Schwimmen? Da lande ich ja in Widdig.

Am Rhein vorbei Richtung Nordbrücke geht auch nicht! Zwei tote Arme und die Sieg. Also zurück nach Mondorf und eine Bushaltestelle suchen.

Nun ist ein Fahrplan für einen Autofahrer ein Ding mit sieben Siegeln. Und erst der Fahrkartenapparat. Kein Wechselgeld!

Also zum nächsten Laden. Ein Pfund Kaffee kann nicht schaden für später zu Hause. Als er aus dem Laden tritt, fährt gerade der Bus ab.

Nun ist Warten einem Autofahrer nicht fremd. Vom Stau her. Aber gepolstert mit Radio usw. Aber stehend? Eine neue Erfahrung. Als es endlich losgeht, fährt der Bus über Beuel-Mittelbrücke. Unser Jupp lernt mal wieder Beuel kennen, liest Konradstraße. Nanu, die Kaiser gibt es doch nur in Bonn. Karl-, Wittelsbacher-, Wilhelm-. Wie kommt der Speyerer nach Beuel?

Hinter der Brücke will er schon aussteigen, da bedenkt er aber – das sind bis hinter Graurheindorf vier Kilometer. Also zum Busbahnhof und mit der 634 weiter. Nun fährt ein Bus nicht sofort zur Endhaltestelle!“ Bis zur Fähre sind es immerhin 21 Stationen. Unser Alfterer Brausefreund

lernt mal wieder Bonn-Nord kennen. Dreiviertel Stunden gehen so vorbei. Als er endlich wieder an der Fährstelle ankommt, streichelt er liebevoll sein Gefährt und sieht dabei auf die Uhr. Oh Graus!, schon fast vier Stunden – mal eben an den Rhein.

Unterwegs überlegt er ein System von Ausreden. Und richtig – er wird mit großem Hallo empfangen. Man hat sich Sorgen gemacht. Schon mal bei der Polizei gefragt, ob ein Unfall gemeldet sei?

Er überreicht den Kaffee und zieht sich zum Meditieren auf das „Stille Örtchen“ zurück. Jetzt keinen Fehler machen!

Nun haben Frauen bekanntlich in solchen Fällen Intuitionen. Kaffee wieso? Aber was tun? sprach Zeus. Die Wahrheit ist – wie immer – hier peinlich! Er versucht es erstmal mit dem berühmten Arbeitskollegen, den man schon mal trifft. Früher waren es die Kriegskameraden. Sofort die Frage: Wer war das? Kenne ich den? Den Rösers Lutz kennt sie nicht, woher auch, der wurde doch gerade erst entdeckt. Aber wenn man schon mal angefangen hat zu lügen, muß man natürlich kräftig weiterlügen.

Zum Glück fängt die Sportschau an und die Familie will, wie immer schon, gemeinsam mit dem 1. FC leiden. Er schleicht sich zum Telefon und bittet zu Gott, daß es den Rösers Lutz in Beuel gibt.

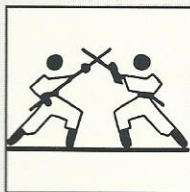
Und mit den Dummen ist Gott!!

Es gibt einen Röser in Beuel. Ein Stein fällt ihm vom Herzen. Das mit dem Kaffee war eine gute Sache. Früher brachte man Blumen mit, wenn man zu spät oder zu früh (am anderen Morgen) nach Hause kam. Verdächtig war das natürlich immer.

Abends im Bett denkt er über seine Odyssee nach. Beim Erwecken von Reue und Vorsatz kam er endlich zur Feststellung: Die Wahrheit wäre eigentlich einfacher gewesen. Die Lacher hätte er natürlich nicht gerade auf seiner Seite gehabt. Aber so... Noch beim Einschlafen meinte die liebe Frau Gattin: „Wenn Du noch mal Sehnsucht zum Rhein hast, sieh zu, daß Du nicht wieder einem Arbeitskollegen begegnest.“ Ein wenig grinste sie dabei. Ob sie die Mär doch nicht geglaubt hat?

Jedesmal wenn wir unserem Brausegenossen begegnen, fragen wir „Was macht Mondorf?“ So ist nunmal die Welt; Schadenfreude ist die reinste Freude.

Heinz Reinders



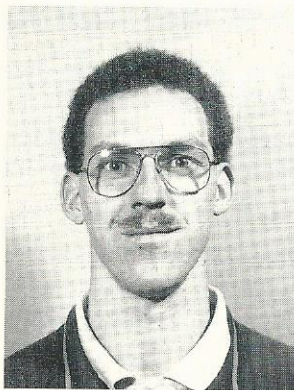
Bo-Jutsu

Angebot:

Stock- und Waffenkampf; Kobudo in der Selbstverteidigung, im sportlichen Wettkampf und als Kampfkunst (ab 18 Jahren)

Trainingsstätte: Theodor-Litt-Schule, Kessenich

Auskunft: Ute Giers, Tel. 02 28/22 27 72



Der Badleiter informiert Neue Mitgliedsausweise für 1998

Hier: Ausweispflicht für Badbenutzer

Mittlerweile werden fast alle 5.000 Vereinsmitglieder ihren neuen gelben Mitgliedsausweis erhalten haben. Dieser Ausweis zeigt auf Verlangen von Trainern, Übungsleitern oder Badmitarbeitern, daß die betreffende Person ihren Mitglieds- bzw. Abteilungsbeitrag bezahlt hat.

Deshalb ist der Mitgliedsausweis für alle Vereinsmitglieder ein Muß, und sollte auch immer in der Sporttasche auffindbar sein.

Für den Zutritt zu unserer Schwimmhalle stellt dieser Ausweis für ein breites Publikum die Eintrittskarte dar.

Im Gegensatz zu städtischen Bädern besitzt unser Bad weder massive Eingangskontrollhilfen wie Drehkreuze, Schranken oder Türen, die verschließbar sind, noch das nur für diese Zwecke zuständige und anwesende Personal.

Auch sind unsere Mitgliedsausweise nicht, wie bei Jahreskarten oder sonstigen Ausweisen üblich, mit Lichtbildern ausgestattet. Wie man sieht, sind wir auf die Ehrlichkeit unserer Mitglieder angewiesen. Das Weitergeben des eigenen Mitgliedsausweises (obwohl ausdrücklich „nicht übertragbar“ drauf steht) an geeignete Personen, oder das Fälschen von Mitgliedsausweisen ist zum Glück nicht die Regel.

Jetzt zum Jahresanfang bekommen wir wieder (meist nur einmal!) im Bad die neuen Mitgliedsausweise gezeigt. Das passiert natürlich mehrmals am Tag. Wir können uns aber bereits nach kurzer Zeit nicht mehr genau erinnern, wer schon vorgezeigt hat, und wer noch nicht vorgezeigt hat.

Man kann sich in der Tat nur Mitglieder merken, die mehrmals ihren Ausweis vorgezeigt haben.

Die Praxis zeigt uns, daß ein freiwilliges Vorzeigen des Mitgliedsausweises im laufenden Jahr immer seltener wird.



Parken in der City:

	Münsterplatz (Kaufhof) Einfahrt Windeckstraße	Mo. - Do. 7.00 - 1.00 Uhr, Fr. u. Sa. 7.00 - 2.30 Uhr So. u. Feiertag 9.00 - 1.00 Uhr
	Friedensplatz Einfahrt Oxfordstraße & Annagraben	Mo. - Do. 7.00 - 1.00 Uhr, Fr. u. Sa. 7.00 - 2.30 Uhr So. u. Feiertag 9.00 - 1.00 Uhr
	Markt Einfahrt Stockenstraße	24 Stunden durchgehend geöffnet
	Stadthaus Einfahrt Weiherstraße	24 Stunden durchgehend geöffnet
	Bahnhof Einfahrt Münsterstraße	Werktage 7.00 - 1.00 Uhr So. u. Feiertag 9.00 - 1.00 Uhr
	Stadtwerke Einfahrt Engeltalstraße/Beethovenhalle	Mo. - Do. 7.00 - 1.00 Uhr, Fr. u. Sa. 7.00 - 2.30 Uhr So. u. Feiertag 9.00 - 1.00 Uhr

Preiswert & sicher parken ab 1,50 DM pro Stunde!

Ein entsprechendes Hinweisschild vor dem Haupteingang des Bades mit dem Wortlaut „Mitgliedsausweis bitte unaufgefordert vorzeigen“ wird viel zu oft übersehen.

Bei den wenigsten Mitgliedern stößt man bei Stichproben bezüglich des mitzuführenden Mitgliedsausweises auf Verständnis. Leider gab es in der Vergangenheit völlig unberechtigte verbale Auseinandersetzungen zwischen Badpersonal und uneinsichtigen Mitgliedern. An dieser Stelle möchte ich mich noch einmal für die über Jahre ausgeführte Kontrolltätigkeit unserer Frau Steiner bedanken. Sie könnte sicher ein Buch über Erlebtes im Badeingangsbereich schreiben.

Ein paar harmlose Antworten auf die Frage nach dem Mitgliedsausweis kann man bedenkenlos veröffentlichen: Wozu das denn, habe ich nie dabei, liegt noch im Auto, kennen Sie mich immer noch nicht?, habe ich verloren, schauen Sie doch in der Mitgliederliste nach, rufen Sie doch in der Geschäftsstelle an, ich bin doch schon zig Jahre Mitglied!

Trotz solcher Zustände machen wir viel zu selten von unserem Recht, solchen ausweislosen Mitgliedern den Zutritt zum Bad zu verweigern, Gebrauch.

Vielleicht können wir im Mitgliedsjahr 1998 eine verbesserte und bereitwilligere „Mitgliedsausweis-Situation“ beobachten?!

Zur Zeit kann man die Badbesucher in vier Gruppen einteilen. Wünschenswert wäre für uns eine Reduzierung auf Gruppe I + II.

Gruppe I: Die Minderheit: Nutzer zeigt immer freiwillig den Mitgliedsausweis, grüßt zusätzlich beim Betreten des Bades, verabschiedet sich beim Personal. Besonders empfehlenswert. Danke.

Gruppe II: Die Mehrheit: Nutzer zeigt nie oder selten den Mitgliedsausweis, grüßt aber immer beim Badeingang und verabschiedet sich beim Personal. In Ordnung – leicht verbesserungswürdig.

Gruppe III: Der Pflichtbewußte: Nutzer zeigt freiwillig den Mitgliedsausweis, bleibt beim Betreten und Verlassen des Bades aber wortlos. Der Zweck des Mitgliedsausweises ist erkannt; dennoch leicht verbesserungswürdig.

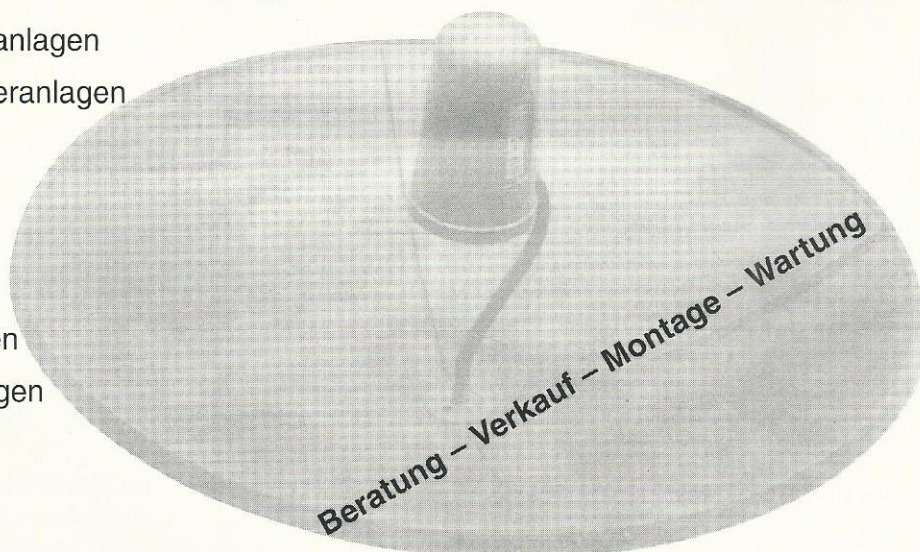
Gruppe IV: Der Eilige: Nutzer zeigt keinen Mitgliedsausweis vor, betritt und verläßt wortlos das Bad, übersieht mit Leichtigkeit das Personal im Schwimmesterraum. Erster Blick geht zur Uhr und zum Schwimmbecken. Welche Bahn ist frei? Mir gehört das Bad! Stark verbesserungsbedürftig. Sinn des Vereinsgedanken nicht erkannt. Freundlichkeit unbekannt.

M. Kemp

Elektro Ehlen

Satellitenanlagen von Standard bis High-End

Einteilnehmeranlagen
Mehrteilnehmeranlagen
Drehanlagen
Kopfstationen
Großspiegel
bis 13 Meter
Kabelfernsehen
Antennenanlagen



Sowie Planung und Ausführung sämtlicher Elektroinstallations- und Industrieanlagen

Weberstraße 8 · 53113 Bonn · Tel.: 02 28 / 22 39 78 · Fax: 02 28 / 21 21 93

Vom Kraftsport zur Fitneß oder Kraftsport versus Fitneß?

von Jürgen Gottlob, Übungsleiter Kraftsport

Wo kommt der Kraftsport her?

Kraftsport hat als Basissportart seit dem antiken Griechenland für die Leichtathletik (Laufen, Gehen, Werfen, Springen u.a.) und die Schwerathletik (Ringen, Gewichtheben, Boxen, Judo u.a.) gedient. Zur Entwicklung der Hauptmuskelgruppen war Kraftsport für die einzelnen Sportarten unerlässliches Training. Seinen Ursprung hat der Kraftsport jedoch bei den Kraftakrobaten, die sich von den Sportathleten unterschieden und auch heute noch als „Athleten“ oder „Starke Männer“ bezeichnet werden. Über kraftsportliche Trainingsmethoden wußte man bei Herkules zu berichten, daß er täglich einen jungen Stier angehoben haben soll. Das täglich zunehmende Gewicht des Jungstiers war für den Kraftsportler Herkules das heutige Pyramidentraining.

Sittlicher Wert der Stärke

In den ältesten Zeiten der menschlichen Gesellschaft genoß die körperliche Kraft weitaus höhere Wertschätzung als heute. Kraft galt als herausragendes Merkmal der Überlebensfähigkeit in der Gesellschaft und gegen die Natur. Göttervater Zeus verlieh Herkules übermenschliche Kräfte und fesselt heute noch Millionen an die Fernsehgeräte. Eine gewisse Entsprechung zum klassischen Herkulesmythos bildete die germanische Siegfriedsage. Über den ungeheuer starken Königssohn weiß das deutsche Sagentum ganze Bände zu erzählen. Kraftsport lebte über die Jahrhunderte weiter, aber erst August der Starke verlieh der Sportart neuen Glanz, nutzte er doch jede Gelegenheit, um sich mit seinen Kraftkunststücken im Volk beliebt zu machen. Zur Blüte gelang der Kraftsport aber erst zu Beginn des 20. Jahrhunderts: Mit der Entwicklung der Arbeitersportvereine wurde der strukturelle Rahmen für den Kraftsport als Massensport gegeben.

Als Basissportart fand der Kraftsport schnell Einzug in die Arbeitersportvereine, auf der Leichtathleten,

Turner, Ball- und Wasserspielarten aufbauten. In manchen Sportvereinen finden sich noch heute Relikte dieser Zeit, wie die kugelförmige Kurzhantel mit Griff.

Wie stark waren die „starken Männer“?

Die deutschen Männer des modernen Kraftsports ohne Mythos und Legende waren die „Rheinländer Eiche“ Jean Lüttgens (um 1850) und der Schwerathlet Karl Abs (1851-1895). Abs besaß einen harmonischen Körperbau mit vollkommen gleichmäßig entwickelter Muskulatur, seine Körpermaße mit 40 cm Oberarm, 65 cm Oberschenkel, 44 cm Wade bei 100 kg Gewicht rufen aber bei heutigen Kraftsportlern bestenfalls ein leichtes Schmunzeln hervor. Daß Kraft nicht an Umfang gebunden ist, bewies Abs und verbog Hufeisen, hob Pferde sowie Elefanten und jonglierte mit Baumstämmen.

Einige Athleten, die sich um die Entwicklung des Kraftsports seit Anfang unseres Jahrhunderts verdient gemacht haben, seien hier nur namentlich erwähnt: Theodor Siebert, der als erster ein Trainingsbuch „Katechismus der Athletik“ verfaßte, Eugen Sandow, der ein Programm von Übungen zusammenstellte, mit dessen Hilfe er einige Muskelgruppen trainieren, andere isolieren konnte.

Bodybuilding

Was unterscheidet Bodybuilding vom Kraftsport? Der Bodybuilder präsentiert seit der Nachkriegszeit ein Idol, das für manche seinen Reiz, sicher auch in erotischer Hinsicht, hat. Bodybuilding hat seine eigene Geschichte, die ebenfalls bis in die Antike zurückgeht. Heute partizipieren einige Industriezweige von der Konkurrenz um den „schönsten Mann“ oder die „schönste Frau“, den Mister Universum. Das Prinzip des Bodybuildings ist auf die äußerliche Ausformung der Muskelgruppen gerichtet, Kraftsport aber auf die Ausbildung des körperlichen Allgemeinbefindens, auf kraftsportliche Leistungen.

Wandel des Kraftsports und des Bewußtseins

Einerseits hat die körperliche Vervollkommenung einen wesentlichen Anteil an der Persönlichkeitsformung, andererseits ziehen die „Segnungen“ der Zeit Bewegungsarmut und Übergewicht nach sich, die zusammen mit den Genußmitteln(mißbrauch) Herz- und Kreislaufleiden und Rehabilitation des Stützgewebes nach sich ziehen. Der menschliche Organismus sollte deshalb zur Erhaltung der vollen Leistungsfähigkeit ausreichend körperlich beansprucht und die Muskulatur dauernden, möglichst vielseitigen Belastungen ausgesetzt werden.

Die 60er Jahre waren „dunkle Zeiten“ für alles, was mit Trainieren und Körperbewußtsein zu tun hat. Die 80er Jahre eröffnen den Einstieg in das Zeitalter des Fitneßbewußtseins, der Rückbesinnung auch meiner Generation, dem Körper wieder das zurückzugeben, was man ihm Jahrzehnte abverlangt hat: Leistung ohne Deckung.

Trainingsmethoden und Ausrüstung standen den SSF und der damaligen Sektion Gewichtheben zur Verfügung und entsprachen dem damaligen Standard. Obwohl neue chromblitzende Geräte auf dem Markt waren, dominierten noch die alten kraftsportüblichen Übungen, die Generationen überlebt hatten. Ein neues Konzept war notwendig, das dem modernen Wissen um die Physiologie des Körpers entsprach, das für aktive Rehabilitation geeignet ist.

Rehabilitation, Erholung, Training

Unsere traditionellen Anschauungen vom „Training“ haben sich gewandelt: Heute sprechen wir von den Stufen Rehabilitation, Erholung und körperlichem Training. Rehabilitation wurde bislang in Krankenhäusern angewandt. Einmal rehabilitiert, brauchte man sie nicht mehr. Erholung bedeutete für den Erwachsenen Sport und körperliches Training war für den Athleten bestimmt. Viele Systeme von Übungen und Fitneßgeräten arbeiten nach diesen drei Kategorien. Es gab medizinische Ausrüstungen, die von Medizinern in der Rehabilitation benutzt wurden, es gab Erholungsmöglichkeiten für Schulen, Freizeit und Sektionen und es gab Trainingsmög-

lichkeiten, vor allem Krafträume, für Athleten. Selten kam es vor, daß Personen aus einer der drei Gruppen Übungen oder Ausführungsteile der anderen Gruppe benutzten. So stemmt der „Durchschnittsmensch“ keine Gewichte. Nicht nur, daß er die Neigung dazu nicht hätte, man nahm auch an, daß ihm Kraft und Geschicklichkeit fehlen würden. Auch nutzte er nicht die Gelegenheit medizinischer Rehabilitation.

Das neue Konzept

Die traditionellen Grenzen zwischen Rehabilitation, Erholung und Kraftsport sind künstlich. Nicht das Prinzip steht im Mittelpunkt, sondern der Grad der Anstrengung. Die physiologischen und biomechanischen Prinzipien, die für das sichere Training bei Rehabilitation von Verletzungen gelten, sind dieselben, die auch den Kraftsportler vor ähnlichen Verletzun-

gen während des Trainings schützen. Die SSF haben mit ihrem Fitneß/Kraftsport-Konzept einen Ansatz gefunden, der allen Personengruppen, Jungen und Alten, Frauen und Männern, Patienten, Durchschnittsmenschen und Athleten die Möglichkeit ihres Trainings bietet. Der alte Kraftsportraum präsentiert sich ab Januar 1998 in einem neuen Gewand, mit einem neuen Konzept und einem neuen Leistungsangebot.

Fitneß ist individuell

Mit anderen Worten: Eine Übung, die für eine bestimmte Person sinnvoll ist, muß nicht für jeden geeignet sein. So bietet das neue Raum- und Gerätekonzept jedem sportlich Interessierten vielfältige Übungsmöglichkeiten:

- dem Rehabilitanten, der seine Verletzung sportlich ausheilt oder sein Stützgewebe vor Verletzungen schützen will,

- Schwimmern, Leichtathleten, Ball- und andere Sportarten Treibenden bietet die Basissportart Kraftsport die Möglichkeit muskulöser Konditionierung,
- Athleten, die durch Muskelaufbautraining ihren Körper fordern wollen.

Allround-Fitneß soll als Stichwort stehen: das sanfte Training für jung und alt, Frauen und Männer, Freizeitsportler und Athleten. Im neuen Kraft- und Fitneßraum findet jeder unter Anleitung leichte und effektive Übungsprogramme. Das Training zeichnet sich durch eine gleichmäßige und schonende Ausbildung des ganzen Körpers aus und erzielt durch optimale Anpassung mit wenig Zeitaufwand große Wirkung.

Der Kraftsport- und Fitneßraum steht allen ab sofort mit erweiterten Öffnungszeiten zur Verfügung.

Kraft- und Fitnessraum im neuen Gesicht

Viele haben es sicherlich schon bemerkt, über die Weihnachtstage hat sich im Kraft- und Fitnessraum einiges getan. Der Raum bekam einen neuen Holzfußboden, einen neuen Anstrich, die Deckenelemente wurden – vermutlich erstmals nach 20 Jahren – gereinigt und erneuert, es wurden neue Spiegel und neue Gerätehalterungen angebracht, die Fenster und Geräte wurden gereinigt, die alte Verblendung wurde von den Fenstern entfernt und es wurden Rolläden angebracht, die Elektrik wurde teilweise neu gelegt, teilweise wieder instandgesetzt, schließlich wurde ein Gymnastik- und ein Verwaltungsbereich eingerichtet. An dieser Stelle möchte ich mich bei den vielen Helfern bedanken, die den Umbau in der schnellen Zeit ermöglicht haben. Dies waren Helfer aus der Leichtathletik-, Fünfkampf-, Schwimm-, Triathlon- und Wasserballabteilung. Diese unterstützten ein Team von Clubmitgliedern (Beate Schukalla, Manfred Werkhausen, Peter Kurtenbach, Saad Mohamed, Josef Knopp, Anton Schmitz, Sergej Tews, Franz Eckstein), die teilweise täglich im Einsatz waren. Dazu

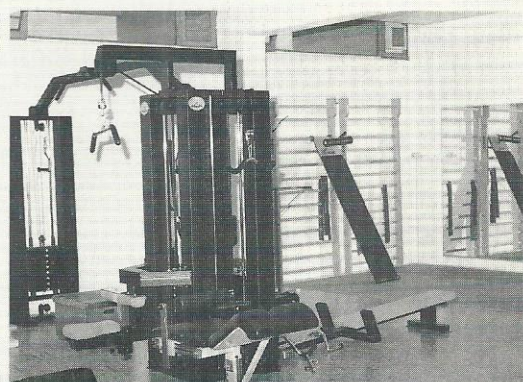
kamen weitere Helfer, die an einzelnen Tagen aushalfen. Ein Dank auch für die Hilfe unserer Clubmitglieder Willi Nürnberger (FA Parkett Nürnberger) und Detlef Klaudt (FA Brenner & Klaudt). Ein herzlicher Dank an alle diese Helfer! Der Raum ist sehr schön geworden!

Wie mit dem Sport- und Bäderamt der Stadt Bonn vereinbart, erfüllt der Raum jetzt alle Voraussetzungen, um für alle Nutzergruppen, Kraft-, Gesundheits-, Breiten-, Leistungs- und Fitness-Sportler jeden Alters, einen Trainingsbetrieb in einer angenehmen Umgebung und unter fachkundiger Betreuung zu ermöglichen. Überzeugen Sie sich selbst. Der Raum kann ab sofort von allen SSF-Mitgliedern genutzt werden. Voraussetzung ist die Clubmitgliedschaft, die Anmeldung für den Raum auf der Geschäftsstelle des Clubs und die Entrichtung einer Nutzungsgebühr von DM 100,- im Jahr. Die Betreuung erfolgt durch die Diplom-Sportlehrerin Beate Schukalla. Diese wird mit allen Interessenten einen Eingangstest durchführen und individuelle, auf den einzelnen abgestimmte Trainingspläne anfertigen. Die Zeiten, in denen Frau

Schukalla zu erreichen ist, sind fett gedruckt. Die sonstigen Öffnungszeiten stehen darunter:

Montag	10.00-19.00 19.00-21.30
Dienstag	10.00-19.00 19.00-21.30
Mittwoch	10.00-17.00 17.00-21.30
Donnerstag	14.00-21.30
Freitag	10.00-16.00 16.00-21.30
Samstag	10.00-12.00
Sonntag	10.00-12.00

Michael Scharf
Vorsitzender





SSF-Schwimmer zum Jahresabschluß an zwei Fronten

Der Wettkampf um den Pokal der Landesregierung Sachsen-Anhalt in Magdeburg und das Jahrgangs-Abschiedsschwimmen in Köln, beides auf der 50-m-Bahn, bildeten den Abschluß des Jahres 1997 für den SSF-Nachwuchs.

Mit einer 17-köpfigen Mannschaft der Jahrgänge 80 bis 86 stellten sich die SSF in Magdeburg starker nationaler und internationaler Konkurrenz. Neu war für Aktive und Trainer, daß mit diesem Wettkampf ein 2. Höhepunkt neben den deutschen Jahrgangsmeisterschaften im Wettkampfsjahr gesetzt worden war. Im Ergebnis zeigte sich, daß angesichts der teilweise erheblich gestiegenen Trainingsanforderungen in den zurückliegenden Monaten nicht

allen Aktiven die mentale Einstellung auf diesen 2. Höhepunkt im erforderlichen Maße gelang, das Tapering noch nicht vollkommen war, und zudem Erkältungen in einigen Fällen das Leistungsvermögen einschränkten.

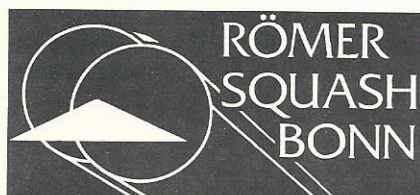
Drei 2. Plätze, acht 3. und ebenso viele 4. Plätze sowie 20 persönliche Bestleistungen auf einem gehobenen Leistungsniveau waren die Ausbeute. Mit Dirk Hulbert, Henk Kasperts und Soheil Amin erreichten drei weitere Aktive Pflichtzeiten für die deutschen Jahrgangsmeisterschaften. Owe Pauly und Judith Richter bestätigten die bereits Anfang Dezember erreichte Qualifikation. Andere verpaßten, wenn auch z.T. nur ganz knapp, dieses Ziel.

Ein recht positives Leistungsbild mit 26 persönlichen Bestzeiten mit z.T. erheblichen Verbesserungen zeigten auch die jungen Aktiven wie Julia Sander (84), Christiane Vendel und Anja Herbers (beide 85), Nata-scha Bode, Riet Kasperts, Jenifer Wegrzyk (alle 86), Jan Arpe, Benjamin Tschada (beide 83) und Christoph Garrote (85) bei ihrem Start in Köln. Über 400 m Freistil verfehlte Ch. Vendel die Pflichtzeit für die deutschen Jahrgangsmeisterschaften nur um 1 Sekunde, Christoph Garrote schwamm über 100 m und 400 m Freistil hervorragende Zeiten, Nata-scha Bode (86) unterbot auch auf der 50 m-Bahn die 1:30 über 100 m Brust und bei J. Arpe, auf Empfehlung seines Trainers in Meckenheim zu den

Vereinsinfos • Vereinsinfos • Vereinsinfos

Neues Angebot – Achtung – Neues Angebot – Achtung – Neues Angebot

Squash bei den SSF Bonn



Squash ist eine sehr dynamische Sportart, die die Kondition in idealer Weise fördert. Durch eine Kooperation zwischen Römer Squash Bonn und den Schwimm- und Sportfreunden besteht für Vereinsmitglieder in Zukunft die Möglichkeit, kostengünstig Squash zu spielen. Die Squash-Anlage von Römer Squash ist ca. 1 km vom Sportpark Nord entfernt. Es bestehen dort ausreichende Parkmöglichkeiten und die Anlage hat eine

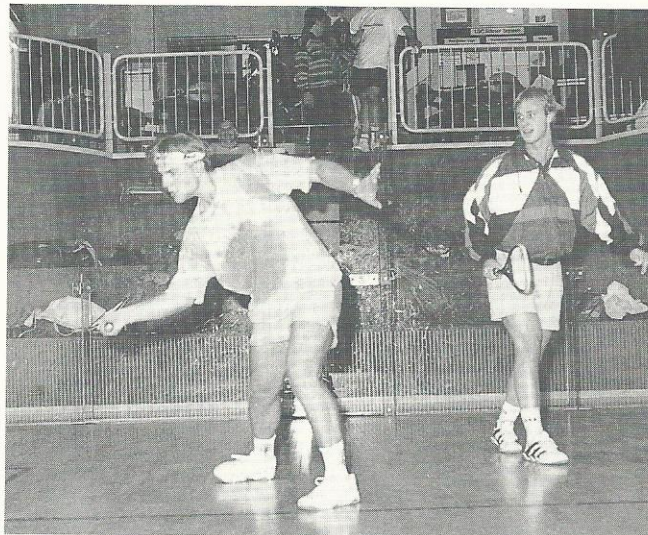
Sauna, Sonnenbänke sowie Gastronomie im Hause. Die SSF Bonn werden für ihre Mitglieder, bei entsprechendem Bedarf, regelmäßige Spielzeiten reservieren. Sollte bei Ihnen Interesse an Squash bestehen, so melden Sie sich bitte auf unserer Vereinsgeschäftsstelle (Tel. 02 28/ 67 68 68 / Fax 02 28/ 67 33 33). Teilen Sie uns bitte mit, zu welchen Zeiten Sie gerne re-

gelmäßig spielen würden. Wir werden alle Interessenten dann zu einem Einführungstag einladen.

Anmeldung zum Squash:

Tel. 02 28/67 68 68

Fax 02 28/67 33 33



SSF gewechselt, und der von Brühl zu den SSF gestoßenen Saskia Sander (83), zeigen sich erste Erfolge des intensiven Trainings.

Zum Jahresabschluß also in vielen Fällen ein erfreuliches Leistungsbild. Trotzdem sind einige Schwächen nicht zu übersehen. Die älteren Aktiven bewegen sich in einem Leistungsniveau, in dem nur noch uneingeschränkt konsequentes, diszipliniertes Training und die volle Konzentration im Wettkampf eine Fortsetzung der Leistungsentwicklung und den Vorstoß in die absolute Leistungsspitze ihres Jahrganges gewährleisten. Für das kommende Halbjahr wird es darauf ankommen, aus den Erfahrungen, die u.a. der Wettkampf in Magdeburg vermittelt hat, zu lernen.

Einzelzeiten:

Saskia Sander (83)	100 m FR	1:06,06	200 m FR	2:22,93
Linda Duschaneck (84)	100 m FR	1:07,59		
Judith Richter (84)	100 FR	1:03,80	400 m FR	4:58,17
Anja Herbers (85)	400 m FR	5:17,93		
Christiane Vendel (85)	400 m FR	5:01,00		
Berit Bühner (86)	100 m FR	1:11,28	200 m LA	3:05,31
Katharina Mendel (86)	100 m FR	1:11,28	100 m RÜ	1:23,78
Natascha Bode (86)	100 m BR	1:29,56		
Riet Kasperts (86)	100 m SCH	1:22,80	100 m FR	1:11,30
Michael Siegmund (80)	100 m FR	0:55,65		
Owe Pauly (81)	100 m BR	1:12,07		
Oliver Löllgen (83)	100 m BR	1:17,96		
Jan Arpe (83)	100 m BR	1:22,94		
Henk Kasperts (84)	100 m RÜ	1:09,88	200 m LA	2:34,37
Mario Benevenia (85)	100 m RÜ	1:16,52		
Christoph Garrote (85)	100 m FR	1:06,987	400 m FR	5:06,15



Die SSF Bonn-Leichtathletik im Aufwind!

Die Leichtathletik-Abteilung der SSF Bonn ist erst ein Jahr alt, aber

seit dem 1.1.1998 eine echte Größe in der Straßenleichtathletik. Mit den Neuzugängen von Maximilian Bahn (20 Jahre) und Oliver Mintzlaff (22 Jahre) gehören zwei der acht DLV-Kader-Athleten (Straße/Marathon) nach Bonn.

Rückblick 1997:

Wenn man an 1997 denkt, fallen einem als erstes die Deutschen Straßenmeisterschaften über die Halbmarathonstrecke in Neustadt/Holstein ein. Die beiden Aushängeschilder Maximilian Bahn und Oliver Mintzlaff als Deutscher Meister und Vizemeister der Junioren.

Oliver wurde zudem noch 3. bei den Deutschen 10.000 m-Meisterschaften der Junioren. Im September starteten beide beim U 23-Länderkampf in der Schweiz für Deutschland, belegten die Plätze 2 und 3 und siegten mit der Mannschaft.

Ausblick:

Die SSF Bonn sind seit dem 1.1.98 eine große Verstärkung der LG Bonn/Troisdorf/Niederkassel. Maximilian Bahn und Oliver Mintzlaff werden die SSF Bonn in der kommenden Saison im Deutschen Langstreckenlauf vertreten und versuchen an die Erfolge von 1997 anzuknüpfen. Der erste

wichtige Termin für die neue Saison ist der 28. März mit den Deutschen Straßenlauf-Meisterschaften über die Halbmarathonstrecke. Maximilian will seinen Juniorentitel verteidigen. Oliver möchte sich über eine gute Leistung für die Halbmarathon-Weltmeisterschaft im Herbst qualifizieren.

Einblick:

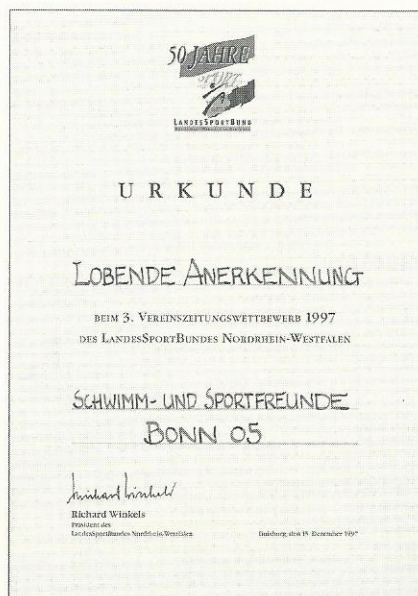
Durch den Beitritt der SSF Bonn zur LG Bonn/Troisdorf/Niederkassel

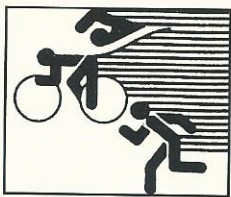
haben alle am Langlauf interessierten Mitglieder der SSF Bonn eine Möglichkeit, in einer jungen leistungsstarken Trainingsgruppe zu trainieren.

Neben den beiden Aushängeschildern Maximilian und Oliver sind weitere 15 Jungen und Mädchen in der Truppe. Der Altersdurchschnitt der Laufgruppe liegt bei ca. 21 Jahren.

Weitere Infos unter
Tel. 0 22 41/5 07 23

Auszeichnungen für die SSF





Triathlonabteilung

Protokoll der Jahreshauptversammlung

Gaststätte „Canale Grande“ im SSF-Bootshaus Beuel

Anwesende Mitglieder: 17 von 64

Klaus W., Stefan K., Bruno H., Matthias L., Thomas B., Franziska M., Thomas F., Ludwik B., Jörg B., Anett B., Rolf Sch., Christoph Sch., Christof Z., Kirstin V., Rainer N., Christian H., Sascha B.

Ergänzend zur verschickten Einladung wird ein TOP Wahl der Delegierten aufgenommen.

Top 1: Bericht der Abteilungsleitung

Klaus schildert die Abteilungsaktivitäten des Jahres 1997 mit positiver sportlicher Bilanz:

- Aufstieg der Herren von der Landesliga in die Verbandsliga (4. Kronenliga NRW)
- Swimathlon am 1.3.1997 mit 75 Teilnehmern aus 18 Vereinen
- Teilnahme von zahlreichen Aktiven an verschiedenen Triathlon-, Duathlon- und Laufwettkämpfen mit unterschiedlichsten Erfolgen, z.B. Rheinbach, Bonn, Roth und Köln-Marathon.
- Vereinsmeisterschaft im Duathlon am 6.9.1997 in Much mit zwar geringer Beteiligung aber viel Spaß, besonders beim abendlichen Grillen bei BRUNO.

Meisterin: Franziska,

Meister: Christoph

- Verbesserung des „Gruppengefühls“ infolge intensiven Schwimmtrainings unter der Leitung von Stefan.
- Mitgliederzahl ist etwa gleich geblieben. Neuzugänge beim Marktplatzfestival und von den „Pinki's“.
- Startpässe z.Zt.: 25
- **Kassenbericht:**
Einnahmen 1997 DM 7.408,49
Ausgaben 1997 DM 8.725,80

Die Überschreitung ist durch ein aus 1996 übernommenes Guthaben gedeckt.

Planeinnahmen 1998 DM 10.025,00
Planausgaben 1998 DM 9.725,00

Infolge der ausgeglichenen Kas- senbilanz kann der Abteilungsbeitrag in Höhe von DM 50,-/Jahr konstant beibehalten werden. Hinweis: Leider ist bei der Jahresbeitragsrechnung dieser Beitrag mit DM 60,- falsch abgefordert worden. Bitte melden, die DM 10,- werden erstattet, es sei denn, es handelt sich um eine Spende!!

TOP 2: Entlastung der Abteilungsleitung

Entlastung erfolgt einstimmig mit Enthaltung von Annett, Bruno, Rainer und Klaus.

TOP 3: Neuwahlen

Ohne weitere Vorschläge werden im Block einstimmig, mit deren Enthaltung, gewählt:

Klaus Abteilungsleiter

Bruno Kassenwart

Rainer Sportlicher Leiter

Christof u. Christoph
Allg. Aufgaben auf Abruf

Stefan stellt sich für die Öffentlichkeitsarbeit ohne Abt.-Leistungsfunktion zur Verfügung. Als Delegier-

te werden einstimmig gewählt: Bruno, Ludwik, Thomas Br., Jörg.

TOP 4: Aussprache zum sportlichen Konzept

Die Herren stellen die Teilnahme an der Verbandsliga sicher. Desweiteren wurde eine Mannschaft für die Landesliga Rheinland gemeldet. Dadurch ist sowohl für den Leistungs- als auch für den Breitensport die Wettkampfteilnahme einzelner Aktiver möglich. Organisation durch Rainer, mit Unterstützung von Christof und Christoph. Der Aufstieg in die jeweilige höhere Klasse ist klares Ziel!

Weitere Ziele könnten eine Nachwuchs- und Seniorenmannschaft sein.

Swimathlon wird am 28.2.1998 im Schwimmbad ausgerichtet. Das Organisationsteam trifft sich im Januar zur Aufgabenfestlegung. Die Ausschreibungen werden im Januar an Vereine in NRW und RPL verschickt.

Beim Schwimmtraining ist die Pünktlichkeit zum Trainingsbeginn zu verbessern, wer später kommt muß in das „laufende“ Programm einsteigen.

**Start in die neue Saison,
SSF-Triathleten**



Die Bahnen werden von Stefan nach Leistungsgruppen eingeteilt. Die Trainingsprogramme werden von Stefan regelmäßig, d.h. auch bei seiner Abwesenheit, rechtzeitig veröffentlicht. Einteilung der Programme auch nach Leistung (Leistungs-/Breitensport). Zusätzliches Trainingsangebot im Rahmen einer Abendgruppe mit etwa leistungsstarken Aktiven aus der Schwimmabteilung muß noch zwischen den Abteilungen abgeklärt werden.

Lauftraining:

Mittwoch, 18.45 Uhr Treff am Parkplatz Schwimmbad (Brückenrunde in Leistungsgruppen)

Angebot der Leichtathleten (Kontakt Gerd Schwillo, Tel. 02 25/1 56 21 dienstl. bzw. 02 28/2 08 22 25 priv.):

Mo., Die., Do.,	17.00 Uhr
Die.	18.00 Uhr
Sa.	10.00 Uhr

jeweils Stadion Sportpark Nord

Radtraining:

Mountainbike wird angeboten an allen Sonntagen gem. Aushang am schwarzen Brett im Schwimmbad. Rennrad nach entsprechender Witterung an noch festzulegenden Terminen.

Ansonsten werden Touren individuell abgesprochen, wobei sich nachfolgend aufgeführte Aktive gemeldet haben (die Tel.-Nr. darf genannt werden):

Bruno: 9 70 28 08	Bike + Rennrad
Matthias: 69 62 78	Bike + Rennrad
Rainer: 74 73 54	Bike + Rennrad
Kristin: 22 35 35	Bike + Rennrad
Christoph Sch.: 37 38 02	Bike + Rennrad
Franziska: 22 13 93	Rennrad
Anett: 6 44 04 98	Rennrad
Rolf: 0 22 41/20 56 14	Rennrad
Ludwik: 69 02 35	Rennrad

Allgemein:

Der DTU-Startpaß für 1998 kann zu jeder Zeit noch über die Abt.-Leitung bestellt werden. Der WTV bietet

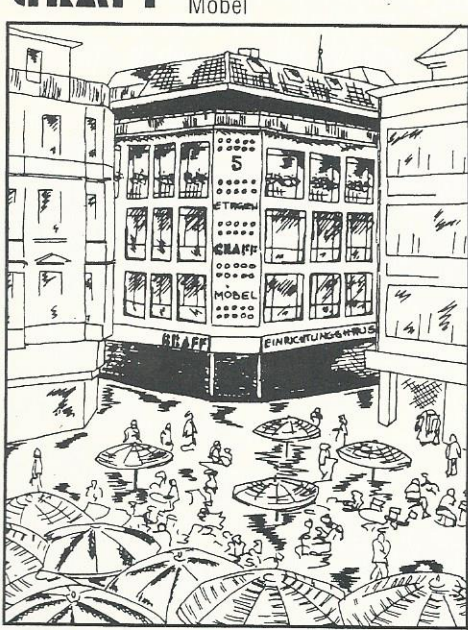
einen zusätzlichen Versicherungsschutz für Nichtstartpaßinhaber an. Information über den WTV. Informationen zu der allg. Sportversicherung des Westdt. Sportbundes über die SSF-Geschäftsstelle. Wettkampftermine 1998 werden nach Erscheinen am schwarzen Brett ausgehängt, ebenso Ausschreibungen. Der Krafraum wird z. Zt. renoviert bis ca. Ende Januar 1998. Danach Benutzung gegen Bezahlung und nach Anmeldung (s. auch Sportpalette).

TOP 5: Sportbekleidung

Es liegen 25 Bestellungen für Trainingsanzüge vor. Insgesamt werden 30 Stück gekauft. Der Zuschuß in Höhe von DM 50,- durch die Abteilung wird hiermit genehmigt. Von den T-Shirts sind noch 12 Stück im Bestand; im Zusammenhang mit der Swimathlon-Vorbereitung wird die Beschaffung weiterer Shirts besprochen. Aufgestellt am 6.1.1998

Klaus Walter
Abteilungsleiter

SCHÖNERES
WOHNEN mit
GRAFF Möbel



Kennen Sie schon unsere große Geschenk-Boutique ?

... Sie erspart Ihnen lange Wege und viele Überlegungen.

EINRICHTEN
MIT
GRAFF-MÖBEL
AUF DAUER MEHR

53111 Bonn Remigiusstraße 4
Telefon 02 28 / 65 26 58

IHR
JEANS-SPEZIALIST
aktuelle Mode W. Hau
Inh. Peter Hau



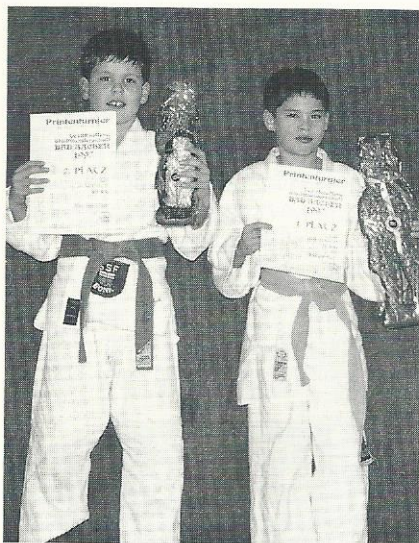
— in vielen Wascharten —
2 x Bonn, Sternstraße 51, Wenzelgasse 7



Winter-Turniere im Judo

Am 2. November '97 nahm die D- und C-Jugend der SSF Bonn an der Kreis-Einzel-Meisterschaft in Swistal teil.

Sieben Kämpfe bestritten jeweils David Nadvornik und Nils Ullbrichts - 36 kg, dennoch mußten sich beide



**Matthias Geub - 40 Kg, 2. Platz;
Philipp Eul - 28 Kg, 1. Platz**

mit Platz 7 begnügen.

Einen dritten Platz belegte Matthias Geub - 40 kg. Zwei 2. Plätze für Jeanette Groesaen - 24 kg und Philipp Eul - 28 kg. Kreismeister - 24 kg wurde Moritz Müller.

Qualifiziert für die Bezirksmeisterschaften der C-Jugend hatten sich mit einem 3. Platz Christian Stahl und mit dem Kreismeistertitel Gerhard Grosse-Damhues - 60 kg.

Am 9. November fanden dann die Bezirks-Einzel-Meisterschaften der C-Jugend in Elsdorf statt. Mit einem undankbaren 5. Platz verpaßte Christian Stahl leider seine Qualifikation zur Westdeutschen Einzel-Meisterschaft. Besser erging es Gerhard Grosse-Damhues, mit einem 2. Platz erkämpfte er sich seine „Fahrkarte“ zur WDEM in Duisburg.

Gleichzeitig fand für die D-Ju-

gend ein Bezirks-Turnier in Elsdorf statt. Da es für diese Altersklasse keine höhere Meisterschaft gibt, sind die beiden 1. Plätze von Moritz Müller - 24 kg und Matthias Geub - 40 kg sehr hoch zu bewerten. Nochmals herzlichen Glückwunsch und macht weiter so!!

Hervorragend kämpfte Joris Wiemer auf dem diesjährigen landesoffenen Talent-Sichtungs-Turnier in Solingen. In seiner Gewichtsklasse - 60 kg gewann er alle seine Kämpfe vorzeitig und mußte sich nur im Finale geschlagen geben.

Am 29. und 30. November fanden dieses Jahr die Stadtmeisterschaften in der Hardtberghalle statt. Mit acht Stadtmeister-Titeln stehen die SSF Bonn auf dem Medaillenspiegel von allen 38 Bonner Vereinen auf Platz 3!! Alle Medaillengewinner der SSF auf einen Blick:

1. Plätze für: Cedrik Seybold, Albors Farnoosh, Moritz Müller, Christian Stahl, Joris Wiemer, Nils Löber, Rolf Schneider und das SSF-Männer-Team.

2. Plätze für: Bettina Werle, Angelina Ehrenteid, Oliver Scharf, Max Bay, Philipp Eul, Valentina Reimer, Tim Hoffmann, Lukas Löber, Robert Geub, Zoltan Tamas.

3. Plätze für: Nils Colditz, Stefan Bublies, Matthias Geub, Torulv Holst, Christian Jaeger, Juri Karl.

Am 30. November fanden ebenfalls die Westdeutschen Meisterschaften der C-Jugend in Duisburg-Meiderich statt. Die SSF waren hier durch Gerhard Grosse-Damhues - 60 kg vertreten. Leider kämpfte er etwas zu verhalten, denn es wäre mehr drin gewesen als ein letztendlich 7. Platz. Doch weiter nicht tragisch, denn es werden noch viele WDE-Meisterschaften für ihn kommen und mit ihnen auch die Routine, ganz sicher.

Als Jahresabschluß kämpften die Judoka der SSF auf dem bezirksoffenen Aachener Printenturnier. Zwei erste Plätze und damit zwei Riesen-Printenmänner erkämpften sich Philipp Eul - 28 kg und Gerhard Grosse-Damhues - 60 kg. Zwei etwas kleinere Printenmänner bekamen Matthias Geub - 40 kg und Joris Wiemer in der A-Jugend - 60 kg für ihre hervorragenden 2. Plätze.

V.l.n.r.:

Oben: Oliver Scharf, Albors Farnoosh, Max Bay

Unten: Angelina Ehrenteid, Stefan Bublies, Cedrik Seybold, Matthias Geub, Bettina Werle, Nils Colditz





Jahresbericht 1997 der Kanuabteilung

Mit einem Temperatur-Minusrekord begann das abgelaufene

Jahr für die Kanuten: etliche Wochen der beiden ersten Jahresmonate waren Flüsse und Bäche zugefroren, so daß die „Freiluft-Aktivitäten“ mit interessanten Fahrten erst zum zeitigen Frühjahr begannen. Dann aber meinte es das Jahr recht gut mit den Bootsfahrern, denn das gewohnt umfangreich geplante Jahresprogramm konnte wie vorgesehen problemlos und erfolgreich durchgeführt werden. Zahlreiche Tages- und Wochenfahrten führten die Kanuten auf interessante Wildwasser und Wanderflüsse des In- und Auslands, und auch an den ausgeschrieben Bezirks- und Verbandsveranstaltungen nahm die Abteilung erfolgreich teil. Im Gegensatz zu den Vorjahren ist das erfreuliche Fazit festzustellen, daß keine Unfälle und Bootsverluste zu verzeichnen waren und sich die Verschleißabnutzungen im angemessenen Rahmen hielten.

In sportlicher Hinsicht konnte die Abteilung noch einmal an die Erfolge der letzten Jahre anknüpfen: Erneut wurde im Bezirksvergleich und im Lan-

deswettbewerb der 1. Platz belegt. Die Bezirksübersicht zeigt folgendes Abschlußergebnis der ersten fünf:

1. SSF Bonn	883 Punkte
2. KKM Köln	552 Punkte
3. Zugvogel Köln	452 Punkte
4. Grün-Gelb Köln	436 Punkte
5. STV Siegburg	278 Punkte

Der Vereinslandeswettbewerb zeigt folgendes Abschlußbild der ersten fünf:

1. SSF Bonn	177 Punkte
2. KC Wickede	165 Punkte
3. KC Kleverland Kleve	90 Punkte
4. VfL Hüls	84 Punkte
5. KK Datteln	81 Punkte

Die organisatorische Lage der Abteilung war in Ordnung, der umfassende Fahrtenbetrieb konnte mit den teilweise über zwei Jahrzehnte alten Fahrzeugen Bus und Anhänger bei merklich nachlassender Leistungsfähigkeit aufrechterhalten werden. Die Mitgliederentwicklung des letzten Jahres zeigt leider einen nachteiligen Trend, speziell, da manche Neumit-

glieder gerade erst ausgebildet waren, und dies leitet nahtlos in die negativen Auswirkungen des beginnenden Bonn-Berlin-Umzugs mit dem Verlust wertvoller Mitglieder über. Es gilt, alle Kräfte zusammenzufassen, um durch die Ausbildung neuer Mitglieder und ihre umfassende Fahrteneinführung einen Ausgleich zu erreichen. Auch auf anderen Gebieten erweist sich eine intensivierte Mitarbeit mehr als wünschenswert.

Abschließend möchte ich allen Förderern, Freunden und Helfern für die geleistete Unterstützung in persönlicher, finanzieller und sächlicher Hinsicht während der vergangenen Sportsaison danken mit der Bitte, auch 1998 wieder tatkräftig an der gemeinsamen Sache „SSF-Kanusport“ mitzuwirken, die in diesem Jahr auf ihr 70jähriges Bestehen zurückblicken kann.

Hubert Schrick
Abt.-Leiter

**Auf winterlicher
Kleinflußfahrt –
SSF-Kanuten
in einer der
landschaftlich
und sportlich
gleicher-
maßen beein-
druckenden
Waldschluchten
des Elzbachs in
der Osteifel.**





Einladung

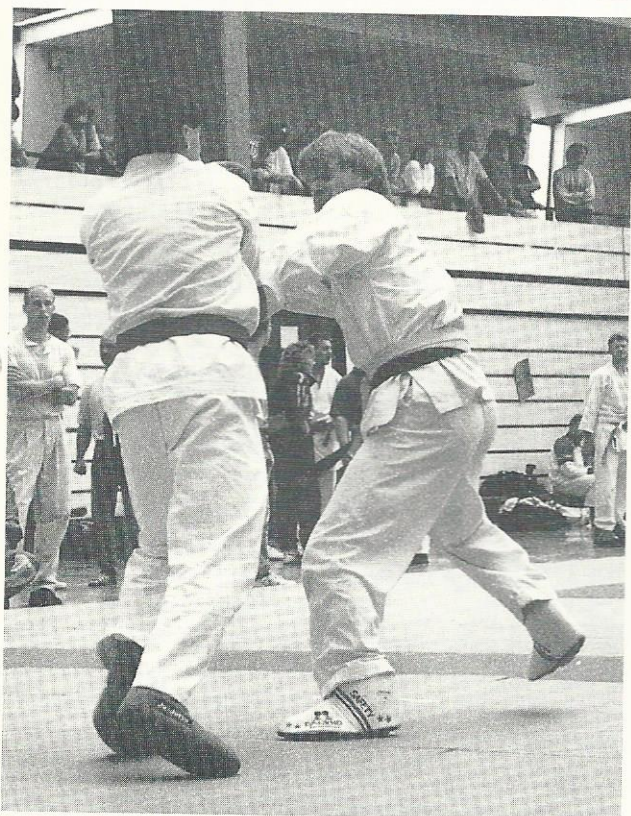
**zur ordentlichen
Mitgliederversammlung der
Ju-Jutsu-Abteilung der SSF Bonn**

am Di., den 17.03.1998 um 19.00 Uhr in der Turnhalle der Theodor-Litt-Schule,
Eduard-Otto-Straße 9, 53129 Bonn (Kessenich)

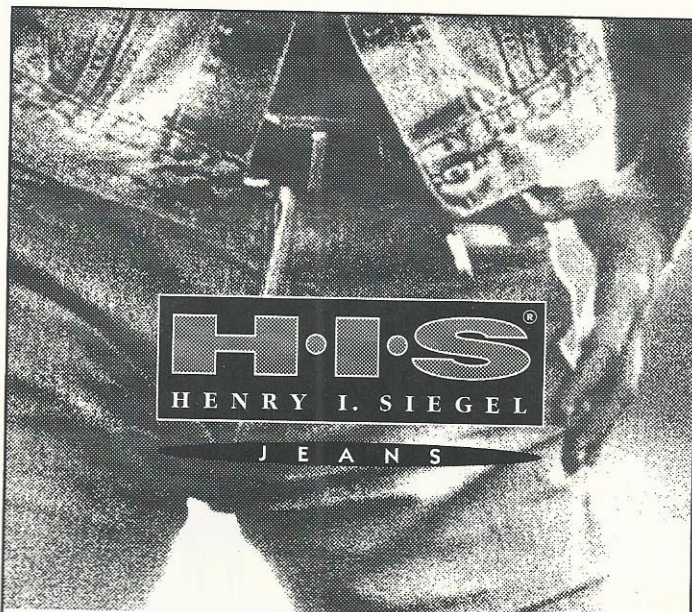
Tagesordnung

1. Begrüßung, Eröffnung der Versammlung, Feststellung der Ordnungsmäßigkeit der Einladung und der Beschlußfähigkeit
2. Jahresbericht der Abteilungsleitung über das abgelaufene Jahr 1997
3. Kassenbericht
4. Entlastung der Abteilungsleitung
5. Diskussion zur Haushaltslage
6. Abstimmung über den Abteilungsbeitrag
7. Wahl der Abteilungsleitung incl. Feten-Komitee
8. Delegiertenwahl
9. Anträge der Mitglieder
10. Verschiedenes

Anträge zur Tagesordnung und Wahlvorschläge gem. TOP 7 sind bis zum 03.03.1998 schriftlich an den Abteilungsleiter: Daniel Schmitz, Burbacher Str. 98, 53129 Bonn (Tel. 02 28/23 85 68) zu richten.



Ju Jutsu, ein dynamischer Kampfsport



**Mode
für die ganze
Familie**

53111 BONN
Sternstraße 22
Telefon: (02 28) 65 70 62

TIME TO CHANGE



Glaukos-Jugend

Spiel und Spaß beim Schnorcheln

Auch Schnorcheln will geübt sein. Dabei kommt es auf den richtigen Flossenschlag, auf eine gute Abtauchttechnik und auf ein korrektes Atmen über und unter Wasser an. Mit Spieleinlagen lernte der Tauchernachwuchs im Rahmen eines Schnorchelkurses das kleine Einmaleins des Unterwassersports.

Danach folgten schwierigere Aufgaben wie zum Beispiel die volle Maske unter Wasser ausblasen, oder, noch schwieriger, ohne Maske abtauchen, die Maske aus 7 m Tiefe holen, sie dann aufsetzen, ausblasen und dann auftauchen.

Wer das alles kann, braucht nur noch seine Lunge zu bemühen, um länger unter Wasser zu bleiben. Dafür wurde das Streckentauchen geübt, aber auch hier legten die Ausbilder, Rainer Eisheuer und Bernd Deventer, viel Wert auf Spiel und Spaß. Für die Nicht-Taucher mag es un-

heimlich klingen, doch dies wurde durch Unterwasser-Rugby erreicht. Es hat übrigens allen Teilnehmern, und auch den Ausbildern, sehr viel Spaß gemacht.

Aus dem Fernsehen weiß man, wie schön Tauchen sein kann. Die Grundlage hierfür wurde jedenfalls für die Teilnehmer bestens gelegt. Meldet Euch bei Glaukos (Aushang im Schwimmbad), wenn Ihr nächstes Mal dabei sein möchtet.

Die Schnorchelgruppe

Mitarbeit:
Pascale Guyon
Fotos: Jörg Barwitzki

Die Maske aus 7 m Tiefe holen, aufsetzen und ausblasen ist nicht so einfach. Hanna kann es aber super!



Oben:
Wenn das kein stilvolles Abtauchen ist. Gut gemacht, Sandra!



AMBIANTA

creativ einrichten



Creativ Einrichten ist mehr als Möblieren...

„RHAPSODIE“ - eine handwerkliche Meisterleistung mit unglaublicher Liebe zum Detail. Ahorn oder Kirsche massiv, natur oder farblich lasiert. Schön, daß es noch solche Möbel gibt.

hülsta

Möbel Hoven

Brühler Str. 5 · 53119 Bonn
Tel. 02 28 / 63 21 16

Tauchmöglichkeit in der Aggertalsperre – Tauchaufsicht

Die zahlreichen Besucher des Sommerfestes haben sie kennengelernt: Die Aggertalsperre.

Damit die Glaukos-Mitglieder diese Tauchmöglichkeit nutzen können, muß Glaukos, wie auch die anderen Vereine, die die Talsperre betauen, die Aufsicht übernehmen. Konkret heißt das:

13 Aufsichtstage zwischen März und Oktober. An diesen Tagen (meistens von 10 bis 16 Uhr) müssen 2 Leute vor Ort sein, um die Tauchzeiten der vorher angemeldeten Taucher zu notieren, die Tauchgebühren zu kassieren (DM 5,- für einen Tauchgang!!!) und für die Sicherheit zu sorgen.

Es besteht auch die Möglichkeit, dies mit einem Wochenende am nahegelegenen Campingplatz zu kombinieren und selbst zu tauchen.

Es werden also Leute dafür gesucht!

Eins sollte man dabei nicht vergessen: Wenn wir es schaffen, unsere Aufsichtspflicht zu erfüllen, könnten wir dort auch weiterhin tauchen. Sonst sind wir schon wieder „auf dem Trockenen“.

Bitte meldet Euch diesbezüglich beim Vorstand!



Jahresbericht 1997

Abteilung: Moderner Fünfkampf SSF Bonn 05

Seit dem Jahr 1997 ist Bonn ein offizieller Bundesstützpunkt im Modernen Fünfkampf. Seit 1996 ist die Sportart Fünfkampf Mitglied im Kuratorium des Olympiastützpunkts. Dies zeigt, daß die Abteilung Moderner Fünfkampf 1997 gerade im Spitzensport sehr erfolgreich war und sich mit Recht als ein Aushängeschild der Schwimm- und Sportfreunde Bonn betrachten darf. Daß die Abteilung weit aus mehr als nur Spitzensport bietet, hat sich unter vielen SSF-Mitgliedern herumgesprochen.

So wurden 1997 von der Abteilung eine Jugendfahrt nach Minsk, Weißrußland, eine Jugendfahrt nach Israel sowie ein Grillfest durch den Förderverein für Modernen Fünfkampf organisiert. Bewährt hat sich zudem die „Spielgruppe“ und eine Schießtrainingsgruppe (Luftpistole), die für jedermann/frau eingerichtet wurde. Diese Aktivitäten zeigen, daß sich die Abteilung um die Integration und Identifikation aller Mitglieder bemüht.

Erfolge im Leistungssport, ohne den finanziellen Haushaltsrahmen zu sprengen, sind nur dann möglich, wenn Spenden und Zuschüsse für diesen fließen. An dieser Stelle ist Dank abzustatten an diejenigen, die beides möglich machten, dies sind: die Sportstiftung der Bonner Sparkasse, die Stadt Bonn über die Sportförderlinien (ein Dank an die immer hilfsbereiten Mitarbeiter im Sportamt der Stadt), der Landessportbund (NRW), der Landesverband für Modernen Fünfkampf (NRW), das Kultusministerium (NRW) mit seinem Programm Talentsichtung/-förderung, der „Förderverein für Modernen Fünfkampf e.V.“, die Firma Buchen, die der Abteilung regelmäßig ein Fahrzeug für die Wettkampffahrten zur Verfügung gestellt hat, sowie verschiedene Sponsoren und Spender.

Durch eine Zusammenarbeit und Unterstützung dieser Institutionen wird es möglich, den Modernen Fünfkampf in Bonn als Spitzensport auf diesem

hohen Niveau zu betreiben. An dieser Stelle sei den vielen ehrenamtlichen Helfern aus dem Elternkreis und dem Umfeld der Abteilung nochmals für die Unterstützung im Jahr 1997 gedankt. So kann man feststellen, daß 1997 die Durchführung der Internationalen Deutschen Meisterschaften in Bonn ein absoluter Höhepunkt der Abteilungsgeschichte war. Unzählige Helfer sorgten unter der Organisationsleitung von Joachim Krupp für einen sehr gelungenen Ablauf.

Der Sportbereich konnte 1997 einige gute Ergebnisse vermelden:

a) Spitzensport

Die beiden SSF-Topathleten Andreas Perret und Oliver Strangfeld qualifizierten sich 1997 für die Welt- und Europameisterschaften. Das Top-Ergebnis war die Bronzemedaille für Oliver in der Staffel bei der EM. Bei den Deutschen Meisterschaften erreichten Oliver (2.) und Andreas (4.) in gewohnter Weise Spitzenplätze.

Den größten Leistungssprung machte Elena Reiche 1997. Sie erreichte, obwohl noch Jugendliche, den 11. Platz auf den Europameisterschaften der Frauen. Und wurde mit der Mannschaft vierte sowie bei den Weltmeisterschaften sechste. Fast selbstverständlich ist da schon, daß sie den nationalen Titel (Deutsche Jugendmeisterin) erneut überlegen gewann. Pech hatte Maren Thiel, die längjährige Top-Athletin verletzte sich zu Beginn der Saison und fiel 1997 komplett aus. Bleibt abzuwarten, ob sie nochmals den Anschluß findet?

Folgende Athleten der SSF Bonn sind 1997 im Nationalkader vertreten:

A-Kader	Oliver Strangfeld
B-Kader	Andreas Perret Gaby Ginser (Stützpunkthletin)
C-Kader	Elena Reiche
S-Kader	Maren Thiel
C/D-Kader	Moritz Bleckmann Martin Pieper

B) Jugendsport

14 Moderne Fünfkämpfer der SSF Bonn konnten sich 1997 für die Deutschen Jugendmeisterschaften qualifizieren. Höhepunkt war sicherlich der erneute Titelgewinn von Elena Reiche in der Jugend A (Altersklasse 17/18 Jahre). Gegely Bodor (15/16) wurde Deutscher Vizemeister, Tobias Bleckmann (17/18 Jahre) errang die Bronzemedaille.

Weitere Plazierungen der jugendlichen SSF-Fünfkämpfer auf den Deutschen Meisterschaften und Landesmeisterschaften:

Name	Alters- klasse	Platz (DM)	Platz (LM)
Christiane Kasimir	Frauen		1.
Moritz Bleckmann	Jug. A	4.	4.
Martin Pieper	Jug. B	6.	3.
Konstantin Luft	Jug. B	7.	1.
Olivier Marggraf	Jug. B	11.	1.
Daniel Stier	Jug. B	15.	2.
Dennis Huschens	Jug. B	23.	1.
Tanja Schmidt	Jug. B	11.	3.
Paul Korte	Jug. B.		4.
Nils Bühner	Jug. C	13.	
Erki Balasz	Jug. C	17.	2.
Tigran Bajgovic	Jug. C	23.	3.
Dajana Römer	Jug. C	9.	2.

c) Talentsichtung/Talentförderung

Das in der Breite und Spitze hervorragende Ergebnis der SSF-Fünfkämpfer auf den Deutschen Jugend C-Meisterschaften ist auf die kontinuierlich betriebene Nachwuchsarbeit in der Talentsichtung/-förderung zurückzuführen. Im Rahmen des Projekts werden Kinder an acht Bonner Partnerschulen und einer Partnerschule des Rhein-Sieg-Kreises gesichtet und Schritt für Schritt an das Vereinstraining herangeführt.

Bleibt zu hoffen, daß die beiden hauptverantwortlichen SSF-Trainer Kersten Palmer und Joachim Krupp zusammen mit den anderen Disziplinstrainern 1998 weiterhin so gute Erfolge vermelden können.



Beginn des ersten Kursabschnitts Anfang Januar!

SSF-Kurssystem und Angebote im Breiten- und Gesundheitssport

Anmeldung und Beratung auf der SSF-Geschäftsstelle, Tel. 02 28/67 68 68

Ein Einstieg in die Sportangebote ist ständig möglich.



WIRBELSÄULENGYMNASTIK

Ziel ist die Vorbeugung bzw. Linderung von Rückenbeschwerden und die Entlastung der Wirbelsäule mittels allg. und spezieller Gymnastik zur Dehnung und Kräftigung der Rumpfmuskulatur. Kleine Spielformen und Entspannungsübungen lockern das Programm auf.

Montag	9.30 – 10.30	Wirbelsäulengymnastik	Sportpark Nord
Montag	10.30 – 11.30	Wirbelsäulengymnastik	Sportpark Nord
Montag	18.45 – 20.00	Wirbelsäulengymnastik	KBA
Dienstag	17.00 – 18.15	Wirbelsäulengymnastik	Theodor-Litt-Schule
Dienstag	18.15 – 19.15	Wirbelsäulengymnastik	Theodor-Litt-Schule
Mittwoch	17.00 – 18.15	Wirbelsäulengymnastik	KBA
Donnerstag	17.00 – 18.15	Wirbelsäulengymnastik	Theodor-Litt-Schule
Donnerstag	18.15 – 19.30	Wirbelsäulengymnastik	Theodor-Litt-Schule
Freitag	17.15 – 18.30	Wirbelsäulengymnastik	KBA

GANZHEITLICHE GESUNDE FITNESS/GEZIELTE GYMNASTIK

Einseitige Belastungen sowie Bewegungsmangel im Beruf und Alltag sollen ausgeglichen werden. Inhalte sind gezielte Gymnastik für den Haltungsapparat und bestimmte Körperpartien wie Rücken-, Schulter-, Nacken-, Bein- und Armbereich. Spiele, Musik und Handgeräte steigern Spaß und Freude an der Bewegung.

Montag	17.15 – 18.45	Gesundes Fitnesstraining	KBA
Dienstag	19.30 – 21.00	Ges. Fitnesstraining	Theodor-Litt-Schule
Mittwoch	19.00 – 20.00	Ges. Fitnesstraining	Sportpark Nord
Mittwoch	20.00 – 21.30	Ges. Fitnesstraining	Sportpark Nord
Donnerstag	20.00 – 21.30	Ges. Fitnesstraining	KBA
Freitag	18.30 – 20.00	Ges. Fitnesstraining	KBA

WASSERBEZOGENE GESUNDHEITSANGEBOTE

Ziel ist es, Herz, Kreislauf und Muskulatur unter Ausnutzung der Auftriebskraft des Wassers zu trainieren und zu kräftigen.

Mittwoch	19.15 – 20.00	Dyn. Wassergymnastik	Sportpark Nord
Donnerstag	19.00 – 19.45	Dyn. Wassergymnastik	Sportpark Nord
Donnerstag	9.15 – 10.00	Aquajogging	Sportpark Nord
Donnerstag	19.30 – 20.15	Aquajogging	Sportpark Nord
Donnerstag	20.15 – 21.00	Aquajogging	Sportpark Nord

Die Sportstätten:

Sportpark Nord (Schwimmhalle, kleine Fechthalle, Stadion) Kölnerstraße 250 53117 Bonn (Nord)	Theodor-Litt-Schule (Turnhalle, Gymnastikraum) Eduard-Otto-Straße 9 53129 Bonn (Kessenich)	Bootshaus Rheinaustraße 269 53225 Bonn
KBA Turnhalle der Kauf- männischen Bildungsanstalten Kölnerstraße 235 53117 Bonn (Nord)	Kinkel- Realschule August-Bier-Straße 2 53129 Bonn (Kessenich)	Robert-Wetzlar-Schule (Halle I und II) Dorotheenstr./Ecke Ellerstr. 53117 Bonn (Nord)

AKTIONS- UND BEWEGUNGSPROGRAMM

Zielgruppenspezifisches Programm mit Sportangeboten für jedermann/frau

Dienstag	18.00 – 19.00	Laufen für jedermann	Sportpark Nord
Mittwoch	10.00 – 11.00	Seniorengymnastik	Sportpark Nord
Donnerstag	10.00 – 11.00	Seniorengymnastik	Sportpark Nord
Freitag	11.00 – 12.00	Seniorengymnastik	Sportpark Nord
Freitag	15.00 – 16.00	Eltern-Kind-Turnen u. Spiele ab 3 Jahre	Robert-Wetzlar-Schule
Freitag	16.00 – 17.00	Eltern-Kind-Turnen u. Spiele ab 1,5 Jahre	Robert-Wetzlar-Schule
Mittwoch	18.15 – 19.30	Skigymnastik	KBA
Mittwoch	19.30 – 21.00	Skigymnastik	KBA
Montag	19.00 – 20.00	aerobic	Robert-Wetzlar-Schule
Mittwoch	18.15 – 20.00	aerobic	Kinkel-Realschule
Mittwoch	18.30 – 20.00	aerobic für Fortgeschrittene	Robert-Wetzlar-Schule
Montag	20.00 – 22.00	Frauengymnastik	Kinkel-Realschule
Mittwoch	20.00 – 22.00	Frauengymnastik	Kinkel-Realschule
Dienstag	18.30 – 19.30	Tai Chi Anfänger	Bootshaus
Dienstag	19.45 – 20.45	Tai Chi Fortgeschrittene	Bootshaus
Dienstag	18.00 – 19.00	Sportabzeichengruppe	Sportpark Nord

ERWACHSENENKURSE DER SCHWIMMABTEILUNG DER SSF BONN

Schwimmkurs für Anfänger: (Erlernen des Brustschwimmens)	Freitags, 17.30 – 18.15 Uhr Beginn: 17.04.98 Dauer: 10 Stunden
Schwimmkurs für Fortgeschrittene I: (Erlernen des Rückenschwimmens und Verbesserung des Brustschw.)	Freitags, 18.15 – 19.00 Uhr Beginn: 31.04.98 Dauer: 10 Stunden
Schwimmkurs für Fortgeschrittene II: (Erlernen des Kraulschwimmens)	Freitags, 19.00 – 19.45 Uhr Beginn: 17.04.98 Dauer: 10 Stunden
Schwimmkurs für „Köner“: (Verbesserung des Brust-, Rücken- und Kraulschwimmens)	Freitags, 19.45 – 20.30 Uhr Beginn: 17.04.98 Dauer: 10 Stunden
Kursgebühren:	50,- DM für Mitglieder der SSF Bonn 100,- DM für Nichtmitglieder

Die Kurse werden im vereinseigenen Schwimmbad im Sportpark Nord, Kölnerstr. 250, 53117 Bonn, durchgeführt.

Kursgebühren: Die Gebühren für die meisten Kurse betragen bei 10 Unterrichtsstunden 80,- DM für Nichtmitglieder (10,- DM für SSF-Mitglieder), bei 15 Std. 120,- DM (10,- DM für SSF-Mitglieder).

Seniorengymnastik: 50,- DM für Nichtmitglieder (10,- DM für SSF-Mitglieder)

Schwimmkurse: 100,- DM für Nichtmitglieder (50,- DM für SSF-Mitglieder)



Schwimm- und Sportfreunde Bonn 05 e.V.

Das Sportangebot des Klubs



Klubeigene Schwimmhalle im Sportpark Nord,
Kölnstr. 250, 53117 Bonn.

Sportbecken: 50 m lang, 20 m breit
Wassertiefe 1,80 m/3,85 m
Taucherglocke 7,50 m
Wassertemperatur 26 Grad

Lehrbecken: 12,5 m lang, 5,80 m breit
Wassertiefe 0,40 m/1,20 m
Wassertemperatur 26 Grad

(Dieses Becken ist Mo.-Fr. durch Kurse belegt)

Kostenlose Benutzung für Klubmitglieder zu folgenden Zeiten:

Bahn	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa + Feiertag	So
1,2,3 Sa., So. und Feier- tags alle 8 Bahnen	X	7.00	7.00	7.00	7.00	8.00 15.00	8.00 15.00
	14.00						
	21.15	21.15	21.15	21.15			

An folgenden Tagen ist das Bad geschlossen:
Neujahrstag, Rosenmontag, Ostermontag, Pfingstmontag,
1. Weihnachtstag, 2. Weihnachtstag, Tag der Dt. Einheit.

An folgenden Tagen wird das Bad um 12.00 Uhr geschlos-
sen: Weiberfastnacht, Heiligabend, Silvester, Karfreitag.



Angebot:

Schwimmen

Schwimmkurse für Kinder und Erwachsene/Leistungssport- und Breitensportgruppen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene
Sportpark Nord, Frankenbad

Trainingsstätten:

Auskünfte:

Leistungssport:

Masterssport:

Breitensport:

Erw.-kurse:

Kurse für Kinder:

Eberhard Lochmann, 02 28/66 91 62

Margret Hanke, 02 28/62 28 99

Maik Schramm, 0 22 27/83 00 50

Maik Schramm, 0 22 27/83 00 50

Monika Warnusz, 02 28/67 17 65



Angebot:

Wasserball

Wasserballmannschaften für Kinder, Jugendliche und Erwachsene
Sportpark Nord

Trainingsstätte:

Auskünfte:

Ruppert Mayershofer, 02 28/64 44 37



Angebot:

Sporttauchen

ABC-Ausbildung für Anfänger und Jugendliche, Ausbildung zum Erwerb sämtlicher nationaler Tauchsportabzeichen, Übungstauchgänge im Freigewässer nach Absprache.

Trainingsstätte:

Auskünfte:

Abteilungsbeitrag:

Sportpark Nord

Jürgen Pitzke, 02 28/44 11 30

50,- DM pro Jahr



Angebot:

Kanufahren

Ausbildung, regelmäßige Fahrten, Teilnahme an Wettbewerben und sonstigen Veranstaltungen.

Trainingsstätten:

Auskünfte:

Abteilungsbeitrag:

Sportpark Nord (Schwimmhalle),

Bootshaus, Rheinaustr. 269,

53225 Bonn

Hubert Schrick, 02 28/77 34 24 (d)

Jugendliche: 40,- DM pro Jahr,

Erwachsene: 50,- DM pro Jahr



Angebot:

Trainingsstätten:

Auskünfte:

Badminton

Verschiedene Trainingsgruppen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene.
Robert-Wetzlar-Schule, Sportpark Nord,
Gewerbliche Bildungsanstalten
SSF Bonn, Geschäftsstelle, 0228/67 68 68



Angebot:

Trainingsstätten:

Auskünfte:

Judo

Judotraining für Kinder (ab 6 J.),
Jugendliche und Erwachsene,
Judo-Gymnastik.
Sportpark Nord, Theodor-Litt-Schule
Matthias Kratzke, 02 28/67 36 55



Angebot:

Trainingsstätte:

Auskünfte:

Ju-Jutsu

Selbstverteidigung, Kampfttraining und Fitness für Jugendliche ab 16 Jahren und Erwachsene.
Theodor-Litt-Schule
Udo Seidl, 02 28/6 15 34 27 (Trainer)



Angebot:

Trainingsstätten:

Auskünfte:

Karate-Dojo, Ken-Dojo

Anfängerkurse und Trainingsgruppen für Fortgeschrittene für jedes Alter (Ken-Do ab 14 J.).
Theodor-Litt-Schule, Gottfried-Kinkel-Schule, Tannenbusch-Gymnasium, Sportpark Nord
Jörg Kopka, 02 21/9 52 16 76



Angebot:

Trainings-
stätten:

Auskünfte:

Leichtathletik

Trainingsgruppen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene.
Collegium Josephinum Bonn
Sportpark Nord
Alois Gmeiner, 0 22 08/52 43



Angebot:

Trainingsstätte:

Auskünfte:

Moderner Fünfkampf

Vielseitigkeitssport: Schwimmen, Laufen, Fechten, Schießen und Reiten, Kurse im Luftpistolenschießen
Sportpark Nord
Joachim Krupp, 02 28/64 02 18 (ab 6-12 Jahre)
Kersten Palmer, 0 22 22/6 12 62 (ab 13 Jahre)
Anton Schmitz, 02 28/66 49 85



Angebot:

Trainingsstätte:

Auskünfte:

Abteilungsbeitrag:

Ski

Ganzjährige Skigymnastik, Frühwinterskilauf, Skilauf aktiv, Skiwandern, Skiferien für jedermann, Schlittschuhlaufen, Wanderungen.
Turnhalle der Kaufmänn. Bildungsanstalten
Anthia Reckziegel, 02 28/91 43 50 (d)
0 22 22/6 55 42 (p)
11,- DM pro Jahr



Angebot:

Trainings-
stätten:

Auskünfte:

Abteilungs-
beitrag:

Tanzen

Tanz-Turnier-Club ORION
Kindertanzen, Jugend-Jazztanz, Gesell-
schaftstanzkreise, Breitensport-Tanzen,
Turniertanz Standard und Latein, For-
mationstanzen Standard und Latein,
Angebot an freien Trainingszeiten.
Gottfried-Kinkel-Realschule,
Steyler Mission (St. Augustin),
Gesamtschule Bonn II (Bad Godesberg),
Gemeinschaftsgrundschule in
Meckenheim-Merl, SSF-Bootshaus
Marion Strauss 0 22 46/30 00 02
45,- DM 1/4 jährl.
(Schüler, Azubis, Studenten)
60,- 1/4 jährl. (Erwachsene)



Angebot:

Trainingsstätte:

Auskünfte:

Abteilungsbeitrag:

Triathlon

Vielseitigkeitssport: Schwimmen,
Laufen, Radfahren
Sportpark Nord
Klaus Walter, 02 28/31 53 63 (p),
9 79 79-214 (d)



Angebot:

Trainings-
stätten:

Auskünfte:

Volleyball

Wettkampfmannschaften für Kinder und Erwachsene, Hobby-Volleyball-
Gruppen, Kurse für Anfänger und Fortgeschrittene.
Gottfried-Kinkel-Realschule,
Gewerbliche Bildungsanstalten,
Schulzentrum Tannenbusch
Karl-Heinz Röhgen, 02 28/44 15 51



Angebot:

Trainingsstätte:

Auskünfte:

Tai Chi

Interessierte jeden Alters, Ziel: durch harmonische Bewegungen, Atem-
schulung und Entspannungstechniken zur Harmonie von Körper und Geist zu gelangen.
Bootshaus, Rheinaustr. 269
Sabine Haller-Schretzmann,
02 28/36 24 67



Angebot:

Auskünfte:

Zusatzgebühr:

Krafttraining/ Fitnesstraining

Individuelles und wirbelsäulenschonendes Ganzkörpertraining an Geräten, ergänzt durch gezieltes Gymnastikprogramm (Dehnung und Kräftigung der Muskulatur) sowie genaue Einschätzung des Trainingszustandes beim Eingangstest.
SSF Bonn, Geschäftsstelle, 0228/67 68 68
100,- DM jährlich



Angebot:

Auskünfte:

Kursgebühren:

Breiten- und Gesundheitssport

Verschiedenste Kurse und Gruppen:
z.B. Aerobic, Frauengymnastik, Seni-
orengymnastik, Tai Chi, Sportabzeichen-
gruppe, Laufgruppe, Eltern-Kind-Turnen,
Wirbelsäulen-gymnastik, Fitnesstraining,
Wassergymnastik, Aquajogging.
SSF Bonn, Geschäftsstelle, 0228/67 68 68
10 Stunden: 10,- DM für Mitgl.,
80,- DM für Nichtmitglieder

Mitgliedsbeitrag: 209,- DM/Erwachsene; 169,- DM/Kinder pro Jahr

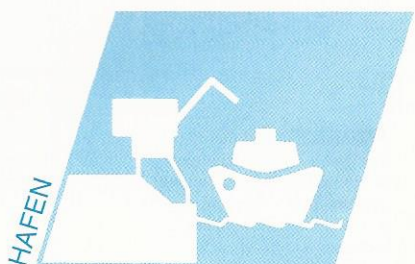
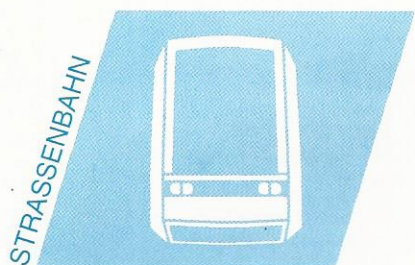
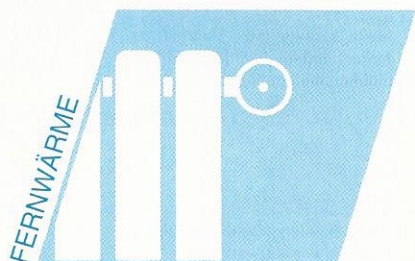
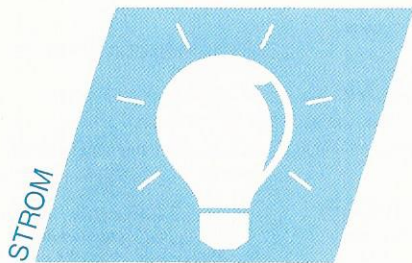
Aufnahmebeitrag: 50,- DM/Erwachsene; 20,- DM/Kinder

Schwimm- und Sportfreunde Bonn 05 e.V.
Kölnstraße 313a · 53117 Bonn 1

Z 4062 F Postvertriebsstück. Gebühr bezahlt.



WIR SORGEN FÜR SIE!



STADTWERKE BONN

Versorgungs- und Verkehrsbetriebe
Theaterstraße 24, 53111 Bonn, Telefon 711-1