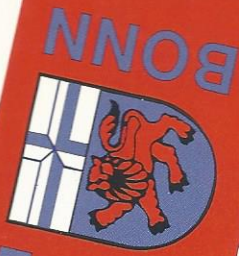
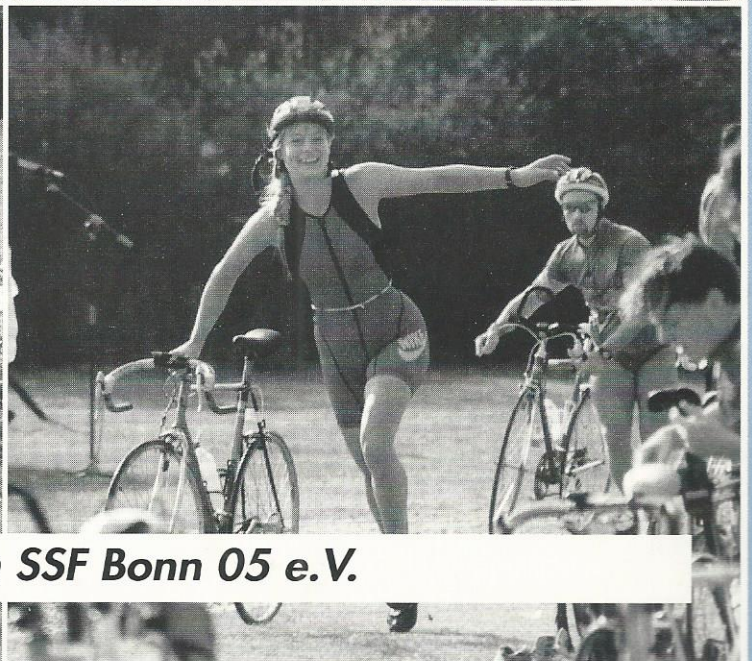
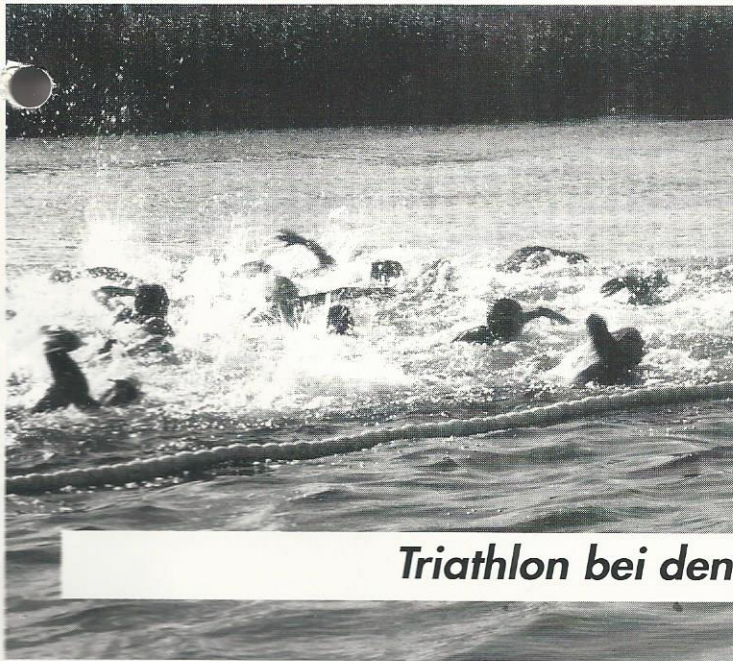


347 /
April 1996



SSF

Sport-Palette



Triathlon bei den SSF Bonn 05 e.V.





BESTE AUSSICHTEN FÜR AUFSTEIGER

Sie haben sich privat wie beruflich hohe Ziele gesteckt. In Sachen Finanzen unterstützen wir Sie dabei gerne als Partner. Um weltweit zahlen bzw. europaweit kostengünstig Geld abheben zu können, halten wir die ec-Karte und die EUROCARD der Sparkasse für Sie bereit.

Über den europaweiten Geldautomatenverbund aller Sparkassen haben Sie die Möglichkeit, täglich bis zu 1000 DM abzuheben.

Zu unserem Service rund ums Geld gehören auch steuerlich sinnvolle Anlageempfehlungen,

günstige Kredite, Zukunftsvorsorge durch Versicherungen und Bausparen. Selbstverständlich stellen wir unsere Beratung ganz auf Ihre persönliche Lebenssituation ab. Wann sprechen wir miteinander?

Sparkasse Bonn 
Wir haben Ideen

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 197,- DM für Erwachsene und 157,- 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 Vorjahres vorzuliegen.

Herstellung:

Satz: Werbeagentur Andreas Klotz, Auf dem Damm 23, Grafschaft-2
Druck: Druckerei Raabe, Martinallee 2, Rheinbach
Papier: chlorfrei gebleicht

Präsidium

Reiner Schreiber, Präsident

Bärbel Dieckmann

Else Wagner

Jochen Bethke

Peter Bürfent

Hans-Dieter Diekmann

Siegfried Herbst

Michael Kranz

Otto Kranz

Manfred Schnur

Dr. Theo Varnholt

Rudolf Wickel

Anschrift der Geschäftsstelle:

Kölnstraße 313a, 53117 Bonn,

Tel. 67 68 68; Fax: 67 33 33

Geschäftsführer: Michael Scharf

Öffnungszeiten: Mo., Mi., Fr. 13-17,
Di.+Do. 9.30-18 Uhr

Tel. Schwimmbad: 02 28 / 67 28 90

Anschrift des Restaurant „Bootshaus“:

Rheinaustraße 269, 53225 Bonn
(Beuel), Tel. 46 72 98.

Bankverbindungen:

Sparkasse Bonn, Kto.-Nr. 72 03

(BLZ 380 500 00);

Postscheckkonto Köln, Kto.-Nr.

932545 01 (BLZ 370 100 50)

Vorstand

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

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;

Schatzmeister Manfred Pirschel, Königsberger Str. 1, 53332 Bornheim, Tel.: 0 22 27 / 60 40;

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;

ZbV

Hans-Karl Jakob, Am Boeselagerhof 11, 53111 Bonn, Telefon 69 17 30;

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

Inhalt

Titelbild:

Triathlon – die Ausdauersportart auch in den SSF Bonn

Bericht Seite 3

Termine Seite 2

Runde Geburtstage Seite 2

Vereinsinfos Seite 4 – 6

Nachruf für Peter Schmitz Seite 7

90 Jahre SSF Bonn (2. Teil) .. Seite 8

Frauengymnastikgruppe Seite 9

Jecke Tön ... Seite 10

Schwimmen Seite 11 + 12

Moderner Fünfkampf Seite 13

Tanzen Seite 14

Judo Seite 15 – 17

Ju-Jitsu Seite 18

Ski Seite 19 + 21

Kanu Seite 22

19. Haribo-Schwimm-Meeting ..Seite 23

SSF-Kurssystem Seite 24

Sportangebot des Klubs Seite 25

SPORTBERATUNG

Ab sofort bieten die SSF Bonn 05 allen Mitgliedern eine Sportberatung an. Diese findet nach Terminabsprache Do. von 18 bis 20 Uhr auf der Geschäftsstelle statt. Hier bekommen Sie Hinweise, wie Sie Ihr persönliches sportliches Fitnessprogramm aufbauen können.



Der Club trauert
um sein
Mitglied

**Werner
Koch**

Termine • Termine • Termine • Termine

Termine im Gesamtverein:

11. Mai	Treffpunkt Bad, Badfest (Sportpark)
16. Juni	Erster Start ins Wasser
5. Okt.	Markplatzfestival
19. Okt.	Stiftungsfest, Brückenforum
23. Nov.	Seniorenabend, Bootshaus
3. Dez.	Nikolausfeier, Josephinum
15. Dez.	Weihnachtsschwimmspaß (Sportpark)

Termine der Delegierten-/Mitgliederversammlung:

Dienstag, 25. Juni
Dienstag, 10. Dezember

Heimspieltermine Jugend A:

12. Mai SSF gegen BW Poseidon Köln
15.00 Uhr

Moderner Fünfkampf

4. Mai	Deutsche Meisterschaft Frauen und Juniorinnen in Warendorf
19./19. Mai	Norddeutsche Meisterschaften Jugend A/B in Warendorf
6.-9. Juni	Deutsche Meisterschaften Jugend A/B/C in Marktoberdorf

Judo

29. Juni	Sommerfest der Judoabteilung
17./18. Aug.	Segeltörn in den Niederlanden mit einem Plattbodenschiff

Kanu

21. April	obere Rur
26. April bis	
11. Mai	Frühjahrsfahrt nach Tschechien
5. Mai	Weser-Marathon-Fahrt
12. Mai	3. Bezirksfahrt Agger
16.-19. Mai	Wildwasserfahrt Bayern/Österreich
25.-27. Mai	Pfingstfahrt nach Südbelgien
2. Juni	obere Sieg
6.-9. Juni	Wildwasserfahrt
16. Juni	Wupper
23. Juni	obere Lahn
30. Juni	untere Rur

Redaktionsschluß für die nächste Sport-Palette:
20. Mai 1996

Runde Geburtstage

Runde Geburtstage im April 1996

Ossenkamp, Kathi
Guenthe, Helene
Kofferath, Günter
Menzel, Richard
Fritz, Ruth
Schnitzler, Hannelore
Emonds, Harald
Rieß, Brigitte
Groß, Gertrud
Schneider, Walter
Kemp, Waltraud
Nolden, Renate
Kreuzberg, Theo
Wolter, Rolf
Schmidt, Gudrun
Kersten, Klaus Ulrich
Luenser, Erika
Dick, Herbert
Gerhards, Eduard
Ropertz, Peter
Sukniewitz, Elzbieta
Gebhardt, Ruth Karin

im Mai 1996

Schleich, Ferdinand
Vianden, Gerty
Gerkhausen, Anne E.
Kommer, Peter
Granzeuer, Marianne
Tiedemann, Ruth
Dieminger, Peter
Frey, Hans Günther
Fusshoeler, Eleonore
Hahn, Helga
Braun, Therese
Zuchel, Helene
Schmitz, Anton

Mueller, Christian
Fassbender, Elisabeth
Eckstein, Franz
Kraus, Gernot
Sutorius, Hans
Hanke, Eckhard
Hausbrand, Doris
Enzner, Manfred
Lehmann, Dirk
Niemzig, Inge
Herzmann, Helene
Wuttke, Gisela
Schick, Friedrich
Bliem, Karl
Arend, Bernd

HILFE VON MENSCH ZU MENSCH

Lepra ist eine Krankheit der Armen. Aber sie läßt sich erfolgreich bekämpfen. Leprakranke brauchen unsere Partnerschaft. Leprahilfe ist Hilfe von Mensch zu Mensch.



Helfen auch Sie!

Spendenkonto
9696
Städtische Sparkasse Würzburg

DAHW
Deutsches
Aussätzigen-Hilfswerk e.V.

Ein medizinisches und soziales Hilfswerk



Jahresvorschau der Triathlon-Abteilung

Für das Jahr 1996 haben sich unsere Damen für die KRONEN-Liga qualifiziert und starten dort in der Bundesliga-West mit fünf Aktiven. Die Termine und Wettkämpfe sind:

12. Mai 1996	Gladbach
2. Juni 1996	Kamen
15. Juni 1996	Stadtlohn
18. August 1996	Selm

Jeweils über die Kurzdistanz 1,0 bzw. 1,5 km Schwimmen, 40 km Radfahren, 10 km Laufen.

Aus unserer Abteilung starten:

- Marie-Louise Philipsen
- Angela Beaumont
- Ines Kopp
- Franziska Müns
- Vera Treinen.

Ansonsten werden die Aktiven unserer Abteilung im Mai ein Trainings-

lager auf Mallorca absolvieren, das hauptsächlich den letzten Schliff fürs Radfahren geben soll. Wettkämpfe werden bestritten in Rheinbach am 18. Mai 1996, in Bonn mit Schwimmen im Rhein am 16. Juni 1996 und in Köln zur Westdeutschen Meisterschaft am 30. Juni 1996.

Die meisten starten dann natürlich noch individuell bei Wettkämpfen der eigenen Wahl über die verschiedensten üblichen Triathlon-Distanzen von Volkstriathlon (500/20/5), Kurztriathlon (1.500/40/10), Mitteltriathlon (2.500/80/20) bis zum Ultratriathlon (3,8/180/42). Wir werden darüber berichten!

Anlässlich der Wettkämpfe in unserer Region verweisen wir besonders auf:

Rheinbach

am 18. Mai 1996 im Freizeitpark,

Bonn

am 16. Juni 1996 am Sportplatz des Kardinal-Frings-Gymnasiums in Beuel.

Der Bonner Wettkampf sollte besonders viel Zuschauer anziehen, da hier ca. 4 km im Rhein geschwommen werden mit Start von einer schwimmenden Rheinfähre. Sicherlich für alle SSF'ler ein Ereignis zum Mitmachen oder Zuschauen!

Übrigens: unsere Abteilung mit ca. 65 Mitgliedern kann noch aktive Verstärkung zum Schnuppern und Mitmachen sowohl für den Breitensport, als auch für den Leistungssportbereich gebrauchen. Das gilt selbstverständlich für alle Altersklassen von 12 Jahren an aufwärts.

Klaus Walter

Triathlon: Die Ausdauersportart auch in den SSF Bonn

Triathlon-Abteilung richtet Schwimmwettkampf aus

Am 3. Februar 1996 führten wir unseren 4. Swimathlon im Schwimmbad des Sportparks Nord durch. Es nahmen 85 Sportler aus 22 Vereinen teil. Darunter die Kaderathleten des Westdeutschen Triathlonverbandes. Geschwommen wurde die 1.000 m-Kraulstrecke sowie die 8 x 50 m-Stafel. Erstmals führten wir einen Endlauf bei der 1.000 m-Strecke für Athleten mit Vorlaufzeiten unter 14:00 min. bzw. Athletinnen unter 15:00 min. durch.

Ergebnisse weiblich:

1. Nicole Winck	
Kanu Klub Krefeld	14:13
2. Diana Kohzer	
PSV Bonn	14:17
3. Yasmin Reiter	
Tri Team Selm	15:46

Ergebnisse männlich:

1. Roland Hölscher	
PSV Bonn	12:39
3. Arne Riege	
PSV Bonn	12:39
3. Rolf Didjurgas	
Tri Power Feld	
Aegidienberg	13:08

Bestzeit im Vorlauf schwamm Andreas Holch vom Hardtberger Schwimmclub in 12:13, er verzichtete dann auf die Endlaufteilnahme. Bester SSF'ler war Jürgen Arck in 13:21. Besonders hervorzuheben ist die Teilnahme von acht Aktiven der Abteilung Moderner Fünfkampf. Die Veranstaltung fand Resonanz in der Bonner Presse.

Wir werden im nächsten Jahr wieder einen Schwimmwettkampf für Triathleten und andere durchführen.

Vereinsinfos • Vereinsinfos • Vereinsinfos

Einladung zur Jugendvollversammlung

am Mittwoch, dem 12. Juni 1996, 18.00 Uhr im Sportpark Nord, kleine Fechthalle, Kölnstraße 250, 53117 Bonn.

Die Jugendvollversammlung setzt sich aus allen Jugendlichen bis zum vollendeten 18. Lebensjahr zusammen.

Die Tagesordnung:

- TOP 1 Feststellung der Tagesordnung
- TOP 2 Bericht über die bisherige Jugendarbeit
- TOP 3 Wahl des Jugendleiters und eines Stellvertreters
- TOP 4 Ausblick auf die Jugendarbeit in den SSF Bonn
- TOP 5 Anträge
- TOP 6 Verschiedenes

Anträge zur Jugendvollversammlung oder zur Tagesordnung selbst sind der Geschäftsstelle bis spätestens 5. Juni 1996 (Poststempel oder persönliche Abgabe) zuzuleiten.

Schwimm- und Sportfreunde Bonn e.V.
Michael Scharf
(Geschäftsführer)

SSF planen Tagesbetreuung für Kinder

Die Schwimm- und Sportfreunde Bonn planen ab dem Sommer 1996 eine Tagesbetreuung für Kinder, d.h. daß die Kinder nach der Schule im Sportpark Nord zusammenkommen, dort mit einem Mittagessen versorgt werden und danach eine Hausaufgabenbetreuung geschieht, um dann ab 16.00 Uhr in den Sportbereich oder in die Familien zu gehen.

Dafür brauchen die SSF Bonn Betreuungspersonen, die Interesse daran hätten, eine Tagesbetreuung von Kindern im Sportpark Nord mit zu gestalten.

Dabei kann sich die Betreuung auf einzelne Stunden, auf einen ganzen Tag bzw. auf einen ganzen Nachmittag oder auf mehrere Nachmittage beziehen.

Sollten Sie Interesse haben, hier mit den SSF Bonn zum Wohle der Kinder eine Tagesbetreuung aufzubauen, so bitten wir Sie, sich auf der Geschäftsstelle, Tel.-Nr. 67 68 68, zu melden.

Desweiteren können sich alle Eltern melden, die in dieser neuen Tagesbetreuung eine Möglichkeit sehen, auch ihr Kind sinnvoll und gut unterzubringen.

Einladung zur Jugendversammlung der Schwimmabteilung

am Dienstag, dem 4. Juni 1996 um 16.00 Uhr im Sportpark Nord.

Tagesordnung:

1. Begrüßung und Eröffnung der Versammlung
 - a) Feststellung der Ordnungsmäßigkeit der Einberufung
 - b) Feststellung der Zahl der stimmberechtigten Mitglieder
 - c) Änderungsanträge zur Tagesordnung
 - d) Abstimmung über die Tagesordnung
2. Bericht der Jugendwartin
3. Aussprache zu Top 2
4. Wahl eines Versammlungsleiters
5. Neuwahl eines Jugendwartes, bzw. einer Jugendwartin
6. Wahl eines Jugendausschusses
7. Verschiedenes

Stimmberechtigt sind alle jugendlichen Mitglieder der Schwimmabteilung unter 18 Jahren.

M. Schramm

SSF-Stiftungsfest 1996

Auch in diesem Jahr werden die SSF Bonn 05 ein Stiftungsfest durchführen. Das diesjährige Stiftungsfest findet am 19. Oktober im Beveler Brückenforum statt. Karten- und Tischreservierungen nimmt die SSF-Geschäftsstelle ab sofort entgegen. Die Karten kosten DM 30,- im Vorverkauf für SSF-Mitglieder.



Vereinsinfos • Vereinsinfos • Vereinsinfos

Saisonbeginn 1. Mai

Tennis

- Tennis ist ein Volkssport geworden
- Tennis ist ein Sport für jedes Alter – schon Kinder von 6 bis 8 Jahren können Tennis erlernen
- Tennis sollte man durch erfahrene Trainer erlernen

Tennissaison 1. Mai bis 30. Okt. 1996

Spiele auch Sie Tennis, kommen Sie in die große Gemeinschaft der Schwimm- und Sportfreunde Bonn 05 e.V.

Informationen erteilt die Geschäftsstelle, Tel. 02 28/67 68 68.

Platzreservierung ab sofort auf der Geschäftsstelle.



Die Schwimm- und Sportfreunde Bonn 05 e.V. laden ein:

Erster Start ins Wasser

Datum: Sonntag, den 16. Juni 1996

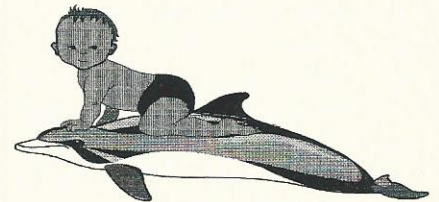
Uhrzeit: 15.00 Uhr

Ort: Schwimmbad im Sportpark Nord, Kölnstr. 250, 53117 Bonn

Teilnehmen können alle Kinder, die noch nicht zur Schule gehen und in der Lage sind, 25 Meter ohne fremde Hilfe zu schwimmen.

Die 25 Meter sind im tiefen Wasser in Begleitung eines erfahrenen Schwimmers der SSF Bonn zurückzulegen. Jedes Kind erhält anschließend eine Urkunde.

Telefonische oder schriftliche Anmeldung (Name, Anschrift und Geburtsdatum des Kindes) bis zum 12.6.1996 bei der Geschäftsstelle der Schwimm- und Sportfreunde Bonn 05 e.V., Kölnstraße 313a, 53117 Bonn, Tel. 02 28/67 68 68.



Tai Chi-Gruppe in den SSF

Die Tai Chi-Gruppe hat aufgrund der gestiegenen Teilnehmerzahl die Trainingszeiten geändert:

Training ist dienstags im Bootshaus, Rheinaustraße 269, Beuel

Anfänger: 18.30 – 19.30 Uhr

Fortgeschrittene: 19.45 – 20.45 Uhr

Unser nächstes Wochenendseminar findet statt am 27. und 28. April:

Samstag von 14.00 – 17.00 Uhr und Sonntag von 10.00 – 14.00 Uhr.

Die Halle steht noch nicht fest, genauere Infos gibt es bei der Geschäftsstelle, Tel. 02 28/67 68 68, oder Sabine Haller-Schretzmann, Tel. 02 28/35 19 13 (ab 19.00 Uhr).

Kung Fu – ein neues Angebot der SSF

Be prepared for everything... stets auf alles vorbereitet zu sein ist die Devise des Kung Fu nach dem Shi Wu Tou-System.



Dieser traditionelle Kung Fu-Stil basiert auf der Erkenntnis, daß Menschen dieselben Fähigkeiten besitzen, wie sie Tieren von Natur aus eigen sind: Flexibilität, Stärke, Schnelligkeit, natürliche Atmung, Entspannung, Konzentration und Intuition.

Um diese natürlichen Fähigkeiten auch bei uns wieder zu entdecken, ist die Bewegungsart im Shi Wu Tou-Kung Fu der verschiedenen Tiere nachempfunden, z.B. dem Tiger, Affen, Leopard und Drachen.

Kung Fu nach dem Shi Wu Tou-System ist eine Kunst der Selbstverteidigung: Arme und Beine sind Waffen. Gleichgewichtig daneben steht aber die Entwicklung der geistigen Haltung.

Wesentliche Inhalte des Trainings sind daher einerseits spezielles Kon-

ditionstraining, spezielle Übungen für Arm- und Beinmuskulatur, Hebel-, Tritt- und Schlagtechniken, Würfe und Sprünge. Andererseits Übungen zur Entwicklung von Konzentration, Entspannung und Intuition.

Die Ursprünglichkeit und große Vielfalt an Techniken und Formen geben dem Shi Wu Tou-Kung Fu seine besondere Effektivität und Schönheit.

Zur Einführung in diesen Kung Fu-Stil findet am Samstag, 20. April, von 14.00 bis 17.00 Uhr, und Sonntag, 21. April, 10.00 bis 13.00 Uhr, ein Seminar statt.

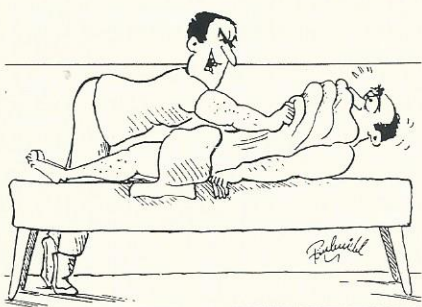
Es wird geleitet von einem langjährig erfahrenen Lehrer: Sifu Ronald Fernandez, der seit mehr als 26 Jahren Kung Fu trainiert. Er ist Träger des 4. Shian, Repräsentant der Shi Wu Tou World Association für Südamerika und mehrfacher südamerikanischer Meister in Kung Fu. Sifu Ronald Fernandez lehrt seit 1994 Kung Fu auch in der Bundesrepublik.

Der Veranstaltungsort steht noch nicht fest, bitte nachfragen bei der Geschäftsstelle der SSF, Tel. 67 68 68, oder bei Sabine Haller-Schretzmann, Tel. 02 28/35 19 13 (ab 19.00 Uhr).

Vereinsinfos • Vereinsinfos • Vereinsinfos

Sport- und Entspannungsmassage in der Schwimmabteilung

Die Schwimmabteilung der SSF Bonn bietet ihren erwachsenen Mitgliedern die Möglichkeit, am Samstag, 22. Juni, und Sonntag, 23. Juni 1996, von 9.00 bis 18.00 Uhr an einem Massagekurs teilzunehmen.



In diesem Lehrgang werden die verschiedenen Wirkungen der Massage verdeutlicht und den Teilnehmerinnen und Teilnehmern Kenntnisse über die unterschiedlichen Massage- und Entspannungstechniken vermittelt. Sie lernen und erfahren unter anderem, wie man Verspannungen der Muskulatur lindern und das allgemeine Wohlbefinden mit Hilfe von einfach zu erlernenden Praktiken steigern kann.

Dabei können die Teilnehmer so richtig abschalten, den Alltagsstress vergessen und in ruhiger und angenehmer Atmosphäre zwei Tage verbringen.

Die Zahl der Teilnehmer ist begrenzt.

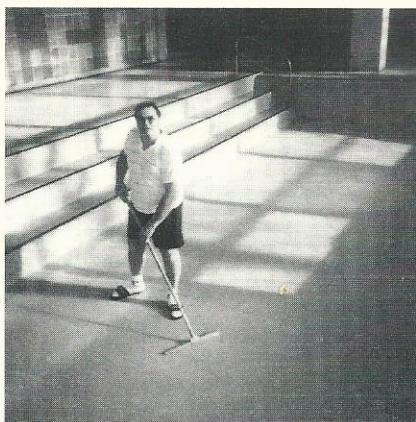
Der Kostenbeitrag beträgt 75,- DM für beide Tage einschließlich zweier Mittagessen, der nach Anmeldung auf das Konto der Schwimmabteilung 15 902 422 bei der Sparkasse Bonn, BLZ 380 500 00, zu überweisen ist.

Weitere Auskünfte erteilen Maïke und Rudolf Schramm, Tel. priv.: 0 22 27/83 00 50.

Der Badleiter informiert:

Lehrbeckenrenovierung vom 3.1. bis 29.1.96

Nachdem das Hochbauamt der Stadt Bonn die nötigen finanziellen Mittel für eine umfangreiche Lehrbeckenrenovierung zur Verfügung gestellt hatte, konnten am 3.1. die Mitarbeiter der Schwimmbadfirma R+H aus Waltrop in unser Bad einziehen. Nach Renovierungsarbeiten im Oktober '94, als bereits der Beckenboden von derselben Firma komplett mit neuer Folie ausgelegt worden war, galt es nun, die Beckenwände, die Einstiegsstufen und den Überlaufrinnenbereich unseres Lehrbeckens mit neuer PVC-Folie zu versehen. Dafür mußten diese Bereiche erst von der alten Folie befreit werden und das darunter liegende Aluminiumbecken äußerst gründlich von alten Kleberesten gereinigt und abgeschliffen werden. Erst dann konnte die neue Folie verlegt, verklebt und verschweißt werden. Da es bei diesen Arbeiten zu Dämpfen und Geruchsbelästigungen kam, mußte unsere Schwimmhalle mittels Durchzug und kalter Luft belüftet werden. Auch der im Sportbecken abgesenkte Wasserspiegel war eine Folge dieser Renovierungsarbeiten.



An dieser Stelle schnell auch einen Dank an das Verständnis unserer Mitglieder, die unter diesen Umständen unser Schwimmbad benutzen mußten. Ein städtisches Schwimmbad hätte bei gleichen räumlichen Verhältnissen sicher seine Tore geschlossen gehalten.

Nach 19 Arbeitstagen und ca. 113 Arbeitsstunden erstrahlte unser Lehrbecken in neuem Glanz. Die ausführende Fachfirma, die sonst nur zu Flick- und Ausbesserungsarbeiten in unserem 1.000 qm großen Sportbecken vorstellig werden durfte, hatte ganze Arbeit geleistet. So ein optisch schönes Schwimmbecken hat es in unserem Bad noch nie gegeben. Das Tüpfelchen auf dem „i“ wäre jetzt noch eine für Lehrschwimmbecken übliche Wassertemperatur von 29/30 °C, was gerade unseren jüngeren und älteren Mitgliedern entgegenkäme. Dann wären wir wunschlos glücklich.

Nach 5-stündigen Endreinigungsarbeiten unter der Mithilfe des Kollegen Drugies (siehe Bild) am 30.1., konnten wir das Becken nach der Füll- und Aufheizphase am 31.1.96 um 14.00 Uhr wieder für den allgemeinen Schul-, Schwimm- und Trainingsbetrieb freigeben. Die Aufheizphase dauerte diesmal etwas länger, da das Becken erst komplett mit kaltem Wasser gefüllt werden mußte (damit sich die Folie spannt) und dann erst das Wasser durch die Heizanlage (Gegenströmer) geschickt werden konnte. Ich hoffe, daß uns das Becken in diesem Zustand lange erhalten bleibt und unser Sportbecken eines Tages vielleicht einmal genau so schön renoviert werden kann.

Kemp

Badfest 1996

Auch dieses Jahr richten die SSF Bonn für alle Mitglieder, aber auch für Nichtmitglieder, ein Badfest aus.

Dieses soll am Samstag, dem 11. Mai 1996, im Sportpark Nord stattfinden.

Über Aushänge und durch Informationen in der Presse und im Bad selber erfahren Sie noch Näheres über Beginn, Programm, Zeitplan und Verlauf der Veranstaltung.

Nachruf für Peter Schmitz

Am 18. Januar 1996 ist der Vizepräsident unseres Vereins,

Herr Verwaltungsdirektor a.D.
Peter Schmitz,

im Alter von 63 Jahren plötzlich verstorben.

Die Geschicke unseres Vereins sind seit Jahrzehnten mit dem Namen, der Persönlichkeit aber auch mit seinen sportlichen, arbeitsmäßigen, hauptsächlich aber mit seinen menschlichen Qualitäten eng verbunden.

Als junger Mann war er bei uns als Schwimmer und Wasserballer geschätzt. In der Glanzzeit unseres Vereins unter unserem heutigen Ehrenvorsitzenden Hermann Henze war Peter Schmitz jahrelang geschäftsführender Vorsitzender der SSF. In diese Zeit fielen wichtige Fusionen, wie Volleyball, Tanzsport Rondo sowie die Verschmelzung des 1. Badmintonclubs mit unserem Verein. Da solche Fusionen nicht ohne Satzungsänderungen möglich waren, schuf er auch die Satzung, mit Geschäftsordnung, Delegiertenordnung, mit Beitrags-, Finanz-, Jugend-, Gebühren-, Schiedsgerichtsordnung, Regelungen für den Sportbetrieb der einzelnen Abteilungen, Finanzierungsrichtlinien und vieles andere mehr. Mit diesem theoretischen Handwerkszeug schuf



Peter Schmitz die Voraussetzungen für einen geregelten Ablauf eines Großvereins. Er war aber nicht nur der Schöpfer dieser Ordnungen, er nutzte sie auch und machte sich bald einen Ruf nicht nur als Fachmann in Satzungsfragen, sondern auch als ausgleichende Persönlichkeit. Hermann Nettersheim sagte immer, daß Peter Schmitz immer die Koordination aufrechterhalten habe.

Jahrelang war er Schatzmeister im Festausschuß Bonner Karneval, auch da hat er die Satzung gemacht, es hatte sich in Bonn herumgesprochen, daß seine SSF-Satzung so hervorragend war.

Im Landessportbund war er bis zuletzt im Ausschuß Verein und wer ihn kannte, weiß, daß er dort nicht nur gesessen, sondern auch produktiv mit-

gearbeitet hat. Der Vorstand der SSF war deshalb glücklich, daß es gelang, ihn für das Präsidium zu gewinnen, wo er dann sofort Vizepräsident wurde. Ein Glücksgriff für die SSF. Im vergangenen Jahr wurde die Satzungskommission unter seiner Leitung tätig. In der Mitgliederversammlung im Dezember vertrat er dann die Ergebnisse dieser Beratungen und setzte sie auch gegen Widerstände durch.

Das alles tat er leise, sachlich, verbindlich und nie verletzend.

Auch im Beruf machte er mit seiner Art, seinem Fleiß und seinen Fähigkeiten Karriere. Er wurde bekannt, beliebt und geachtet.

Am Tage seines Todes war ich mit ihm im Sudhaus essen. Wir gingen zur Mittagszeit vom Markt durch die Sternstraße zum Friedensplatz. Er wurde dreißig Mal begrüßt. Es waren seine ehemaligen Arbeitskollegen und Mitarbeiter.

Ein Indianerstamm in Nebraska, USA, empfiehlt seinen Mitgliedern so zu leben, daß man sich am Ende seines Lebens fragen soll: Wieviel Menschen waren glücklich, daß Du gelebt hast?

Ich gebe die Antwort für ihn, für Peter Schmitz: Sehr, sehr viele und unter ihnen die gesamten Schwimm- und Sportfreunde.

Wir werden ihn nicht vergessen und sind ihm dankbar, daß wir ein Stück des Weges mit ihm gehen durften.

Walter Emmerich

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



90 Jahre SSF Bonn (2. Teil)

Das Jahr **1907** ist erwähnenswert, weil der Verein damit begann, unbeeinträchtigte Knaben der älteren Volksschulklassen im Schwimmen auszubilden, man kann das als Beginn des Schulschwimmens in Bonn bezeichnen. Im gleichen Jahr trat der Verein der Deutschen Schwimmerschaft bei, die im Gegensatz zum Deutschen Schwimmverband von 1882, der das sportliche Schwimmen förderte, den volkstümlichen Schwimmsport vertrat. Das ist auch der Grund, warum die 1908 von Alois Wolf errungene Deutsche Meisterschaft im 200 m Hauptschwimmen in der Rekordzeit von 3 Minuten, 6 Sekunden in der Meisterliste des Deutschen Schwimmverbandes nicht geführt wird.

Ernst Hittorf wurde in diesem Jahr für würdig befunden, sich 1. Vorsitzender zu nennen.

Interessant aus den Anfangsjahren des Vereins ist, daß die Stadt schuldeputation und Stadtschulinspektor Dr. Bädorf den Verein aufforderten, sämtliche Schüler aus dem Verein zu entlassen, weil im Schwimmen keine Jugenderziehung gesehen wurde. Schon damals gab es sogenannte rheinische Lösungen; um mit der Stadt nicht in Konflikt zu geraten, starteten die guten jugendlichen Schwimmer unter einem Pseudonym.

Die Stadt Bonn war damals nicht notleidend, aber geschäftstüchtig. Für den Wassermehrverbrauch an den Übungsabenden verlangte sie 1,- Mark; der Verein lehnte ab.

Aus den ersten Jahren des Vereinsbestandes darf ich aus Protokollen zitieren:

„Schwimmgenosse L. rügt das Stoßen vom Beckenrand ins Wasser und das Untertauchen und bittet den Vorstand, dafür Sorge zu tragen, daß diese Unsitte abgestellt wird.“

Der Antrag des Herrn H., dem Schwimmwart für das Schwimmfest einen Sportanzug zu stellen, wurde abgelehnt. Ein weiterer Antrag, zur Beschaffung dieses Anzuges dem Schwimmwart eine Beihilfe von 5,- Mark zu geben und den Anzug im Vereinsbesitz zu behalten, wurde vertagt.

Der Antrag des Herrn F., seinen Hut durch den Verein zu ersetzen, der bei einer Veranstaltung durch ein anderes Mitglied vor Begeisterung ins Wasser geworfen wurde und dadurch verdarb, wurde eingehend behandelt.

Die Versammlung beschloß, den Vorfall zu mißbilligen.“

Der Bonner Schwimmverein hatte sich des volkstümlichen Schwimmens angenommen. **1909** trennten sich die mehr sportlich interessierten Schwimmer vom Bonner Schwimmverein und gründeten den SC Salamander Bonn.

Der Clubname Salamander wurde nach einem Blick ins Lexikon gewählt, in dem folgendes eingetragen war: „Der Salamander ist ein Tier, das vorwiegend gegen Abend ausgeht und sich namentlich in feuchten Niederungen bewegt.“

Die Mitglieder des SC Salamander waren ein höchst lustiges Völkchen. Die beschafften sich den Schlüssel zum Victoriabad und trainierten nachts bei Kerzenschein. Badverwalter Burgwinkel, vom Lärm geweckt, rannte in das Bad. Doch die Kerzen waren schnell gelöscht. Ins Dunkle fragte er: „Ist hier jemand?“, worauf ihm aus dem Becken geantwortet wurde: „Niemand!“

Im gleichen Jahr gründeten die Damen, ebenfalls in der Gaststätte Hähnchen, den Bonner Damenschwimmverein, der sich **1921** dem Bonner Schwimmverein anschloß. Der erste Weltkrieg rief den größten Teil der jüngeren Mitglieder freiwillig zu den Waffen. In der letzten Übungsstunde im August 1914 wurden sie mit dem Wunsch verabschiedet, sich bald wiederzusehen. Nach vier Jahren Krieg waren 31 Mitglieder des BSV und 21 Mitglieder des SC Salamander als Gefallene zu beklagen.

1919 mußte mit einem Neuaufbau begonnen werden, das Victoriabad diente nämlich während des Krieges als Kartoffelmiete, danach war es zunächst von den Besatzungsmächten beschlagnahmt. Erst im **Juli 1919** konnte das erste Schau- und Wettschwimmen nach dem Kriege durchgeführt werden.

Am **10. Juli 1919** wurde die Damenabteilung des SC Salamander gegründet aus der Erkenntnis, daß Schwimmen auch für die Frauen eine sehr gesunde Sportart ist.

Das Jahr **1923** brachte dem SC Salamander die erste Meisterschaft des Deutschen Schwimmverbandes durch den Kunstsprungerfolg von Lisbeth Hermes.

Der SC Salamander sann über eine eigene Sportanlage nach, fand in

Bechlinghoven ein geeignetes Gewässer und konnte dort am **10. Juli 1924** unter Anwesenheit von Vertretern der Stadt Bonn und des Deutschen Schwimmverbandes das Licht-, Luft- und Schwimmbad mit einer 100 m-Bahn und einer 50 m-Bahn sowie einem regelgerechten schwimmenden Wasserballfeld mit provisorischen Umkleidekabinen einweihen.

Größere Zwistigkeiten innerhalb der Mitglieder des SC Salamander, aber auch des Bonner Schwimmvereins, gab es 1925, einige Mitglieder beider Vereine traten aus und gründeten den Schwimmsportclub Bonn 1925. Diesem Verein war aber nur eine kurze Lebensdauer beschied, weil der Deutsche Schwimmverband ihn nicht aufnahm und somit ein sportliches Schwimmen unmöglich wurde.

Schon sieben Monate nach der Neugründung vereinigte sich der junge Club mit dem SC Salamander unter dem neuen Vereinsnamen Wasserfreunde Bonn.

Beide Vereine, der Bonner Schwimmverein und der SC Salamander, führten jeweils ein prächtiges Eigenleben mit wechselnden Erfolgen, insbesondere bei den Vaterländischen Spielen, den späteren Vaterstädtischen Spielen.

Eigentümlicherweise mobilisierten nicht die reinen Schwimmwettkämpfe des SC Salamander Massen von Zuschauern in die Schwimmhalle, sondern der Bonner Schwimmverein mit seinem volkstümlichen Programm aus Reigen, Illuminationsschwimmen, Gruppenspringen, Figurenlegen, humoristischen Einlagen, Rettungs- und Wiederbelebungs-vorführungen und Wasserballspielen. Fünf Stunden dauerte mitunter ein solches Schwimmfest.

19 Schwimmer, die sonntags gemeinsame Bootsfahrten machten, gründeten 1928 die Bootsabteilung.

Ein bedeutendes Datum war der **14. August 1936**, Olympische Spiele in Berlin. Ich zitiere Josef Holthausen: „Entscheidungslauf über 4 x 100 m Kraulstaffel der Damen. Es regnet, es regnet Bindfäden. Aber der Regen ist vergessen, als das Rennen gestartet wird, bei dem die Holländische Weltrekordstaffel Favorit ist aber auch die USA und Deutschland mitmischen konnten. Mit dabei Leni Lohmar, spätere Gattin unseres Vorsitzenden Hermann Henze. Mit dabei aber auch Gi-

Leitungswechsel in der Frauengymnastikgruppe

Die Frauengymnastikgruppe in den SSF besteht im November 1996 30 Jahre. Mit Ablauf des Jahres 1995 wechselte die Leitung. Fast die Hälfte der Zeit – 14 Jahre – hat Frau Renate Lüdtkke die Frauengymnastik geleitet. Ihr ist es zu verdanken, daß Anfang der Achtziger Jahre nach mehrfach ungeeigneter Leitung wieder Ruhe und Zufriedenheit in den Übungsbetrieb einkehrte. Trotz Studium der Zahnmedizin war Renate Lüdtkke jeden Montag- und Mittwochnachmittag in der Turnhalle und bot uns ein abwechslungsreiches, gesund anstrengendes Fitneß-Training für jung und alt. Viele neue Elemente brachte sie in die Gymnastik. Wir hatten mit ihr viel Spaß und Freude. Ihr zahnärztlicher Beruf – sie ist inzwischen Oberstabsärztin in der Bundeswehr – läßt ihr nun keine Zeit mehr, regelmäßig die Frauengymnastik zu leiten. So hat sie mit Ablauf des Jahres 1995 die Leitung abgegeben. Trotzdem brauchen die Teilnehmerinnen an der Frauengymnastik montags und mittwochs abends auf ihre Anwesenheit nicht zu verzichten. Mit Lust und Laune macht sie nun als Teilnehmerin mit, sobald der Beruf ihr Zeit dafür läßt. Wir freuen uns immer, wenn sie anwesend ist. Vor allem aber danken wir ihr sehr herzlich für die so abwechslungsreiche Gymnastik, mit der sie uns 14 Jahre lang fitgehalten und viel Freude bereitet hat.

Ihre Nachfolgerin ist Frau Sigi Hagemeister, unser „Afro-Girl“. Aber diese Zeit ist vorbei, seitdem Sigi Ha-



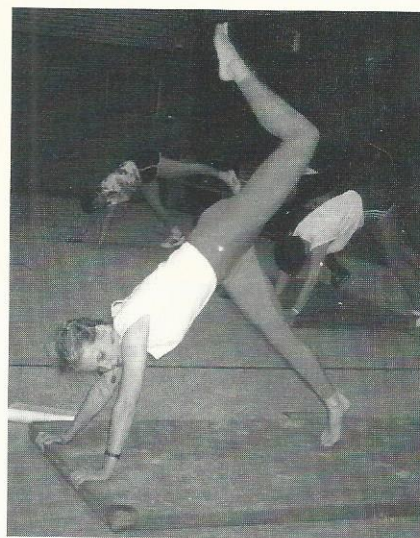
Sigi Hagemeister

gemeister den Übungsleiterinnen-Lehrgang mit Bravour absolviert und die Prüfung abgelegt und bestanden hat. In diesem Lehrgang hat sie soviel neue Anregungen bekommen, so daß sie, um uns Abwechslung zu bieten, worum sie immer bemüht ist, auf Urwaldtänze nicht mehr zurückzugreifen braucht. Sigi bietet uns jetzt: Funktionsgymnastik, Rückenschulung, Bauchweg-Übungen, Tai-Chi-Qigong, Walking, Konditions- und Reaktionstraining und Spiele u.v.a.m. Wir Teilnehmerinnen fühlen uns zum Schluß der Gymnastik immer wie verzaubert, durchgewalkt und entspannt. Umso vergnügter sind wir bei unserem anschließenden Stammtisch im „Burgwinkel“. Dort gleichen wir unseren Flüssigkeitshaushalt wieder aus. Dieser Ausgleich ist jedesmal auch dringend notwendig, denn die Gymnasti-

kabende mit Sigi Hagemeister sind ganz schön schweißtreibend.

Wir danken Sigi Hagemeister, daß sie die Mühe auf sich genommen hatte, den Übungsleiterinnen-Lehrgang zu absolvieren und gratulieren ihr zur bestandenen Prüfung. Vor allem aber danken wir ihr, daß sie bereit ist, die Leitung der Frauengymnastik jeden Montag- und Mittwochnachmittag zu übernehmen; schließlich ist das eine Verpflichtung, die ganz schön lästig sein kann.

Liebe Sigi, sei gewiß, daß es uns viel Vergnügen bereitet mit Dir zu üben! Jedoch hoffen wir, daß sich weitere Übungsleiterinnen finden, die bereit sind, Dich mal zu vertreten, um Dich zu entlasten. Mit Hilfe der Geschäftsstelle der SSF bahnt sich wohl schon etwas an. *Käthe Ziertmann*



Frau Renate Lüdtkke, 1986, in Aktion.

sela Jakob-Ahrendt, die nach dem zweiten Weltkrieg zu den Erfolgen der SSF beitrug. Leni Lohmar hatte als 2. Schwimmerin die deutsche Staffel in Führung gebracht.

10 m vor dem Ziel liegt Deutschland mit Gisela Ahrendt vorne und erst durch Handschlag kann die Holländerin Ria Mastenbroek den Olympia-Sieg für ihre Mannschaft sicherstellen. Deutschland errang die Silbermedaille.“

Einen Tag später schlägt Leni Lohmar zusammen mit Gisela Ahrendt und den Holländerinnen den Ouden und Mastenbroek in der Mannschaft Europa die USA deutlich. Goldmedaille.

(Fortsetzung folgt)



Frauengymnastikgruppe der SSF Bonn.

Jecke Tön... im Sportpark Nord

Schon traditionsgemäß an Wieverfestelovend warteten die SSF-Senioren auch diesmal mit stimmungsvollem Programm auf. So konnte Willi Vollberg viele gelungene Büttenreden und Darbietungen ansagen, die, wie gewohnt, aus den eigenen Reihen zum Vortrag kamen.

Als „Eisbrecher“ wagte sich Ruth Schwarzer in die Bütt, mit einem feinsinnigen Prolog und humorvollen Lebensweisheiten aus eigener Feder stammend. Gefolgt von Marga Melfi, Susi Günther und Gerda Bade ging es nun Schlag auf Schlag mit Soloauftritten oder gemeinsamen Sketches in buntem Reigen weiter. Auch der Gesangsbeitrag von Mireille Mathieu – dargestellt von Ruth Tiedemann – fand seinen Anklang. Über die Vorteile im Besitz eines „Rentenkärtchens“ zu sein, konnte uns ein betagtes Pärchen aufklären. Die typgerechten Kostüme trugen unser Geschäftsführer Michael Scharf mit seiner Gattin Inge. Als Zugabe erfuhr man noch das Wohl und Wehe eines Ehrenamtes. Alle großartigen Akteure erhielten neben den berechtigten Raketen und großem Beifall auch einen „Pikkolo-Orden“. In die Beifallsbekundungen reihten sich auch unser Ehrenvorsitzender, Herr Hermann Henze, und der stellvertretende Vorsitzende, Herr Manfred Werkhausen, ein. Zwischendurch vergaß man auch nicht, das Tanzbein zu schwin-



Die fleißigen Helfer v.l.n.r.: Tiedemann/W. Vollberg/ Jochen Bade/ Charl. Vollberg/M. Melfi/E. Kästel/Gerda Bade.

gen, unter der musikalischen Leitung von Udo Bergel, einem Neuling im Bonner Karneval. Verständlicherweise verging die Zeit so schnell, daß schon der Höhepunkt des Abends nahte. Man empfing Prinz Josi I. und Bonna Nicola I. mit närrischem Hofstaat. Programmführer Willi Vollberg konnte in dieser Session ein besonders sympathisches Prinzenpaar begrüßen, das mit viel Charme und Herzlichkeit seine dankbaren und närrischen Untertanen im Sturm eroberte. Diese Ad-

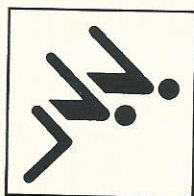
jektive waren auch auf das Gefolge zu übertragen, welches wiederum in großer Anzahl erschienen war.

In diesem Jahr stellte sich mehrfacher Ordenssegen ein. Neben dem Leiter der Veranstaltung erhielten auch zwei bewährte „Aktive“ im Seniorenkreis den diesjährigen Karnevalsorden, nämlich Jochen Bade und Franz-Josef Stein. Letzterer war jedoch an dem Abend nicht anwesend. Die Senioren bedankten sich bei dem närrischen Herrscherpaar nicht nur mit kräftigen Alaaf-Rufen, sondern auch mit Geschenken. Auch Susanne König (Prinzenführerin) bekam eine blumige Anerkennung für ihre freundliche Unterstützung. Alles in allem war es wiederum ein gelungenes Fest, was nicht zuletzt auch den vielen helfenden Händen zu verdanken war. Für die Saal- und Tischdekoration sorgten Emmi Kästel, Marga Melfi, Ruth Henschel, Ruth Tiedemann, Ehepaar Bade und Ehepaar Vollberg. Aus eigener Erfahrung sei erwähnt, wie wichtig ein Engagement hinter den Kulissen und ein fruchtbares Wirken im stillen ist. Deshalb sei gestattet, hier an dieser Stelle allen fleißigen Helfern ein herzliches „Dankeschön“ auszusprechen.

Charlotte Vollberg



Bonna Nicola I. / Prinz Josi I. mit Willi Vollberg.



Deutsche Mannschaftsmeisterschaften 1996 (DMS)

Mit dem 2. Durchgang zur deutschen Mannschaftsmeisterschaft (DMS) am 24./25. Februar fand für die Schwimmer der SSF die Kurzbahnsaison ihren Abschluß. Da wegen Olympia bereits Mitte Mai die Westdeutschen und Ende Mai die Deutschen Meisterschaften der offenen Klasse/Junioren stattfinden, verbleiben knapp 2 1/2 Monate für die Vorbereitung.

Die SSF waren zur DMS mit jeweils zwei Frauen- und Männermannschaften an den Start gegangen. Wie auch in den Vorjahren, hatten die beiden 1. Mannschaften wieder gegen eine große Zahl von Startgemeinschaften anzutreten. So die Männer in der 2. Bundesliga gegen 9! von 12 und die Frauen gegen 6 von 10 Teams.

Allen vier Mannschaften war gemeinsam, daß sie jeweils eine Mischung aus älteren und z.T. ganz jungen Aktiven waren, wobei letztere trotz guter Leistungen aufgrund des Altersunterschiedes nicht mit erwachsenen

Schwimmern konkurrieren können.

Die Entscheidungen waren im Grunde schon nach dem 1. Durchgang gefallen, so daß es bei allen Mannschaften vor allem darauf ankam, die Leistungen im 2. Durchgang noch einmal zu steigern. Dies ist in beachtenswerter Weise sowohl für viele persönlich wie auch im Mannschaftsergebnis gelungen. Bei den 108 Starts, die die drei Mannschaften hierbei zu absolvieren hatten, wurden allein 46 persönliche Bestleistungen und weitere 33 Mal bessere Zeiten als im Vorkampf erzielt.

Die 1. Männermannschaft verteidigte den 3. Platz in der 2. Bundesliga/Gruppe West und erreichte 1488 Punkte mehr als im 1. Durchgang. Zwar war diesmal Fr. Zahradnik, wenn auch stark erkältet, mit von der Partie, dafür fiel Jens Diegel wegen Krankheit aus. Die Leistungssteigerung war so insgesamt das Ergebnis einer geschlossenen Mannschaft, in der die „Alten“ Vorbilder für unsere Jungen waren. Als herausragende Leistung sollen hier nur die

1:03,93 über 100 m Brust von Karsten Grote erwähnt werden.

Für die 1. Frauenmannschaft war nach dem Vorkampf ein Abstieg nicht nur wegen des Aufstiegs-/Abstiegsmodus (3 von 10 Mannschaften steigen ab) unvermeidbar. Motiv konnte so nur sein, gute persönliche Leistungen zu erzielen. Das wurde auch mit einer Reihe von persönlichen Bestzeiten und gegenüber dem 1. Durchgang verbesserter Leistungen erreicht. Dies reichte schließlich dazu, das Schlußlicht an Oberhausen abzugeben und den Punkterückstand gegenüber dem Drittlezten von 458 Punkten auf 45 Punkte zu reduzieren, nicht aber, den Abstieg zu vermeiden.

Die Leistungen der 2. Herrenmannschaft in der Bezirksliga sind gekennzeichnet durch 23 persönliche Bestzeiten, insbesondere unseres jungen Nachwuchses der Jahrgänge 81 bis 84. Gerade hier bewies sich, daß die ganz Jungen trotz objektiv guter Leistungen nicht mit erwachsenen Männern konkurrieren können.



Einladung

zur ordentlichen Mitgliederversammlung der Schwimmabteilung der SSF Bonn 05 e.V.

am **Donnerstag, dem 20. Juni 1996,**
um **19.30 Uhr,**
im Bootshaus, Rheinaustraße 269,
53225 Bonn-Beuel.

Tagesordnung

1. Begrüßung, feststellen der Ordnungsmäßigkeit der Einladung und der Beschlußfähigkeit
2. Anträge zur Tagesordnung
3. Genehmigung der Tagesordnung
4. Bericht der Abteilungsleitung
5. Aussprache zu TOP 5

6. Entlastung der Abteilungsleitung
7. Wahl der Abteilungsleitung (mit Ausnahme des Jugendwartes)
8. Verschiedenes

Anträge zur Tagesordnung sind bis zum 5. Juni 1996 schriftlich an die Abteilungsleitung (Geschäftsstelle der SSF Bonn, Kölnstraße 313a, 53117 Bonn) zu richten.

Abteilungsleitung



MEHR RAUM FÜR 4 ZYLINDER.



NEU: 318i TOURING

Faszination und Vernunft.

Ein elegantes, faszinierendes Automobil für Menschen, die auch in der Freizeit aktiv sein wollen.

Ästhetik und Dynamik in zeitgemäßer Form:

Der 1,8l-Vierzylinder-Motor mit kraftvollen 85 kW Leistung (115 PS) begeistert durch hohe Laufkultur und vorbildliche Wirtschaftlichkeit. Sein Kraftstoffverbrauch auf 100 km (DIN 70030): 5,8l (90 km/h), 7,6l (120 km/h) und 8,8l im Stadtverkehr.

Erfahren Sie jetzt Faszination und Vernunft des BMW 318i touring!

BMW Niederlassung Bonn

Vorgebirgsstraße 95 · 53119 Bonn · Telefon: 02 28 / 60 70

Filiale: Südstraße 120 · 53175 Bonn · Telefon: 02 28 / 95 11 90

täglich von 8.00 bis 18.30 Uhr, Sa. 9.00 bis 14.00 Uhr



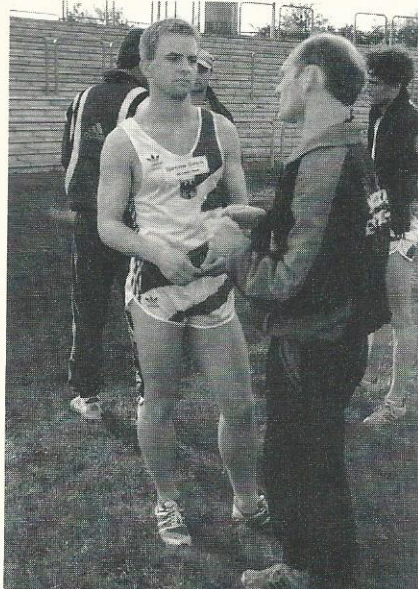
Bestes internationales Ergebnis seit zwei Jahren

Gute Olympia-Vorbereitung für SSFler Oliver Strangfeld

EM Bonn. Sein bestes internationales Ergebnis seit zwei Jahren erzielte Oliver Strangfeld beim Indoor-Schwechater-Cup für Moderne Fünfkämpfer in Budapest. Der Athlet der SSF Bonn belegte in der Endabrechnung mit 5473 Punkten Rang neun – eine überzeugende Leistung im Vorbereitungswettkampf zur Olympia-Qualifikation. War das Feld mit 88 Teilnehmern doch hochkarätig besetzt: Unter den Startern waren Weltmeister Dimitrii Svatkovski aus Rußland und Vizeweltmeister Akos Hanzely aus Ungarn.

Im Semifinale qualifizierte sich der amtierende Deutsche Meister mit 5456 Punkten für das Finale. Und: Er konnte sogar einen Teilerfolg verbuchen. Wie schon im Vorkampf war er auch im Finale mit 184 Ringen beim Schießen der Zielsicherste. Besonders erfreulich war zudem die Steigerung des Bonners im Fechten. Im Vergleich zu vergangenen Ergebnissen steigerte er sich um über 100 Punkte. Für Strangfelds Vereinskameraden Andreas Perret kam das Aus mit 5123 Punkten bereits in der Vorrunde.

Beide flogen direkt nach dem Wettkampf nach Mexico. Hier steht vom 13. bis 16. März die erste Olympia-Qualifikation an. Weitere Chancen, die Fahrkarte zu lösen, folgen vom 10. bis 13. April in Seoul und vom 22. bis 25. Mai in Rom. (aus Bonner Rundschau)



Andreas Perret im Gespräch mit seinem Trainer Kersten Palmer.

Strangfeld ist gerüstet

Bonn. (bk) Für Oliver Strangfeld und Andreas Perret wird es langsam ernst. Anfang März beginnt für die beiden Modernen Fünfkämpfer der SSF Bonn die Qualifikation für die Olympischen Spiele in Atlanta. Beim letzten Test, einem Hallenmeeting in Budapest, kam Strangfeld gestern unter 88 Athleten aus 22 Nationen auf einen guten achten Rang.

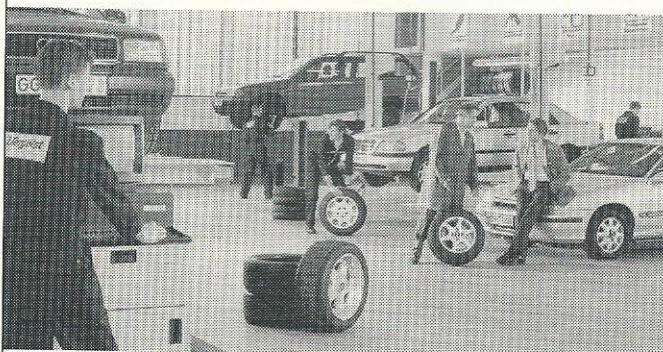
Für die Olympischen Spiele in Atlanta können sich nur 32 Athleten qualifizieren. Bei realistischer Betrachtung wäre es da schon ein Erfolg, wenn sich ein Deutscher durchsetzen könnte, wobei dem Deutschen Meister Strangfeld die größten Chancen eingeräumt werden. Neun der 32 Starter stehen bereits fest, die restlichen 23 Plätze werden auf drei Wettkämpfen in Mexiko City (13.-16. März/7 Plätze), Seoul (10.-13. April/7) und Rom (22.-25. Mai/9) vergeben. Im Idealfall dürfen sich zwei Athleten pro Nation für Atlanta qualifizieren.

Nach dem Test am Wochenende in Ungarn fliegen die beiden Bonner schon nach Mexiko, um sich dort an die Höhe zu gewöhnen. Dies gilt auch für Andreas Perret, der bei der ersten „Quali“ allerdings nur zum Einsatz kommt, wenn sich einer der beiden Ranglisten ersten, Strangfeld oder Andreev (Darmstadt), verletzen sollte. Heimtrainer Kersten Palmer folgt seinen Schützlingen erst eine Woche vor dem Wettkampf nach Mittelamerika.

Sollte sich in Mexiko kein Deutscher Fünfkämpfer für Atlanta qualifizieren, werden sich beide Bonner, die ihr Studium in der Olympiasaison für zwei Semester ruhen lassen, in San Antonio auf den zweiten Wettkampf in Seoul vorbereiten. In Texas treffen Strangfeld und Perret mit dem Bonner Fecht-Olympiasieger Arnd Schmitt zusammen, der sich dort mit seinem Trainer Gabor Salomon auf Atlanta vorbereitet. Der ungarische Coach trainiert seit Mai 1995 auch die beiden Fünfkämpfer in der Disziplin Fechten, der bisherigen Schwachstelle der Bonner Pentathleten.

(aus Bonner Generalanzeiger)

Perfekter Service rund ums Rad.



Wir arbeiten schnell, zuverlässig und dabei absolut präzise. Außerdem bieten wir Ihnen eine große Auswahl an hochwertigen Markenreifen und Zubehör, eine kompetente Beratung sowie Dienstleistungen, 'rund ums Rad'. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.



53119 Bonn, Vorgebirgsstraße 96-98
Tel. (02 28) 98 56 80, Fax (02 28) 9 85 68 11



Helferaktion – Ein großes Danke an unsere Abteilungsmitglieder

Im vergangenen Jahr 1995 wurde erstmals in vollem Umfang die 1994 von der Mitgliederversammlung beschlossene Helferaktion durchgeführt. Alle sportlichen und geselligen Veranstaltungen der Tanzsportabteilung konnten ohne große organisatorische Schwierigkeiten hervorragend über die Bühne gebracht werden. Besonders hervorzuheben ist dabei Ihr

Engagement bei der Ausrichtung des Formationsturniers im April 1995.

Rückblickend läßt sich eindeutig feststellen, daß das Konzept dieser nicht ganz unumstrittenen und auch lang diskutierten Maßnahme voll aufgegangen ist. Nicht nur die gesicherte Durchführung von Veranstaltungen, sondern auch der gesellige Aspekt kam zum Tragen.

Am Jahresanfang haben wir alle

Mitglieder angeschrieben, welche ihre Leistungen teilweise oder noch gar nicht erbracht hatten. Bis zum Ende des ersten Quartals hatten diese Mitglieder die Gelegenheit, gemäß der Ordnung den entsprechenden Ergänzungsbetrag zu zahlen. Da die ganze Aktion – auch in der Form – auf so breite Zustimmung gestoßen ist, hoffen wir auf entsprechend sportlich faire Verhalten bei der Begleichung der noch offenen Forderungen.

Termine 1996 *Stand: 03/96, Änderungen vorbehalten.*

Da sich das Verfahren bewährt hat, werden wir auch dieses Jahr so verfahren. Die größte Veranstaltung der TSA haben wir bereits wieder erfolgreich hinter uns gebracht. Das diesjährige Formationsturnier am 10. März brachte ein gutes finanzielles Ergebnis – dank Ihrer Einsatzbereitschaft zu Hause und vor Ort. Zum derzeitigen Zeitpunkt der Planung ist Ihre Mithilfe bei folgenden Terminen für die Helferaktion '96 anrechenbar:

Termin	Veranstaltung
15. Juni	Tag des Bonner Sports, Münsterplatz
30. Aug.	Grillfest der Abteilung beim Bundesgrenzschutz
29. Sept.	Wandertag Umgebung von Ahrweiler
5. Okt.	SSF-Marktplatzfestival
19. Okt.	Stiftungsfest der SSF, Brückenforum Beuel
November	Turniertag Standard/Latein (2-3 Turniere) (Ausrichtung ist aus finanziellen Gründen noch nicht gesichert!)
6. Dez.	Jahresabschlußfeier
noch ohne genauen Termin	Werbeaktion Meckenheim

Melden bei Veranstaltungsleiter

Rainer Calmus, 0 22 25/70 22 83
 Wilfried Franz, 02 28/44 02 67
 Hedwig Lange, 0 22 26/35 37
 Rainer Calmus, 0 22 25/70 22 83
 Hedwig Lange, 0 22 26/35 37
 Stephan Pohl, 0 22 25/55 14

Wilfried Franz, 02 28/44 02 67

Peter Kunze-Schurz, 02 28/26 53 00

Einladung

zur ordentlichen Abteilungsver-sammlung der Tanzsportabteilung

Liebe Mitglieder,
 wir laden Sie herzlich ein zu der dies-jährigen ordentlichen Abteilungsver-sammlung
 am Mittwoch, dem 22. Mai 1996
 um 20.00 Uhr
 ins Clubheim „Zum Bootshaus“, Rheinaustr. 269, Bonn-Beuel.

Tagesordnung:

1. Begrüßung
2. Feststellung der Beschlußfähigkeit
3. Feststellung der Tagesordnung
4. Berichte der Abteilungsleitung
5. Aussprache
6. Bericht der Kassenprüfer
7. Entlastung der Abteilungsleitung
8. Wahlen
- 8.1 Neuwahl der gesamten Abteilungsleitung für zwei Jahre

8.2 Neuwahl eines Kassenprüfers

9. Anträge der Mitglieder

10. Verschiedenes

Wenn Sie Anträge zu Tagesord-nungspunkt 9 oder zur Tagesordnung selbst haben, reichen Sie diese bitte bis zum 15.05.1996 beim Abteil-ungsleiter Peter Kunze-Schurz ein.

Wir freuen uns, Sie an diesem Abend begrüßen zu dürfen.

Peter Kunze-Schurz, Abteilungsleiter

Trainer der Tanzsportabteilung auf Erfolgskurs

Bei der Gebietsmeisterschaft West in den lateinamerikanischen Tänzen 1996 sicherte sich am 16. März unser Trainer Martin Schurz mit seiner dänischen Partnerin Lone Pihl-Christensen souverän den Meistertitel der höchsten deutschen Klasse.

Schurz/Pihl überzeugten dieses Jahr in Aachen von den ersten Takten der Vorrunde an. Nach dem letzt-jährigen Vizemeistertitel gewannen sie klar alle fünf Tänze. Am 30. März hoffen sie bei der Deutschen Meisterschaft in Augsburg nunmehr auf einen Finalplatz.

Martin Schurz, der im TTC ORION/SSF Bonn für das Training der Lateinpaare sowie der Lateinformat-ion als Trainer B verantwortlich ist, startete selbst lange Jahre für den Club. Mit seiner damaligen Partnerin Petra Wasikowski holte er sich bereits in den Jahren 1991/92/93 für den ORION den Titel. Im vergangenen Jahr wechselte Schurz als aktiver Sportler zum TD Rot-Weiß Düsseldorf.

Auf Rang zwei tanzte sich das Düs-seldorfer Paar Samanns/Schade vor Bastert/Tkachenko aus Köln. Das Bon-ner Paar Geulen/Beitz vom TSC Blau-Gold Rondo errang den siebten Platz.



Skifreizeit der Judo-Hobbygruppe

Auch in diesem Winter organisierte die Judo-Hobbygruppe eine Skifreizeit. Vom 28.12.1995 bis 8.1.1996 ging es – diesmal in etwas anderer Besetzung – wieder nach St. Johann ins Ahrntal nach Südtirol.

Die Reise begann bedauerlicherweise gleich mit einer Autopanne – Gott sei Dank in Bonn –, so daß noch ein Ersatzfahrzeug beschafft werden konnte. Mit sechsstündiger Verspätung ging es dann endlich los. Durch das lange Ausharren bei eisiger Kälte beim Warten auf den ADAC hat sich ein Judokamerad eine so starke Erkältung zugezogen, daß er gleich am 2. Tag mit Fieber das Bett hüten mußte. Der Rest der Gruppe genoß

derweil das Skifahren, obwohl die Schneeverhältnisse nicht so optimal waren. Dafür war es weit weniger kalt und stürmisch als im vergangenen Jahr. „Aller guten Dinge sind drei“. Damit sich dieses Sprichwort bewahrheitet, hat ein Snowboarder unseren Judokollegen und Skilehrer Matthias mit Schwung von den Brettern gefegt. Zum Glück ging der Zusammenstoß relativ glimpflich aus. Trotz starker Prellungen war Matthias noch in der Lage, den drei Skineulingen weiter Unterricht zu erteilen und selber, wenn auch mit mäßigem Vergnügen, noch etwas Ski zu fahren.

Unsere Gruppe erhielt Verstärkung von den übrigen Gästen aus un-

serer Pension. Mit ihnen gemeinsam ging es auf die Piste. Abends traf man sich dann zu geselligem Beisammensein.

Trotz der kleinen Katastrophen, die diesen Skiurlaub begleitet haben, sind auch für die Zukunft weitere Skifreizeiten geplant. Allerdings muß überlegt werden, ob der Termin nicht auf eine Zeit verschoben werden sollte, die eher schneesicher ist.

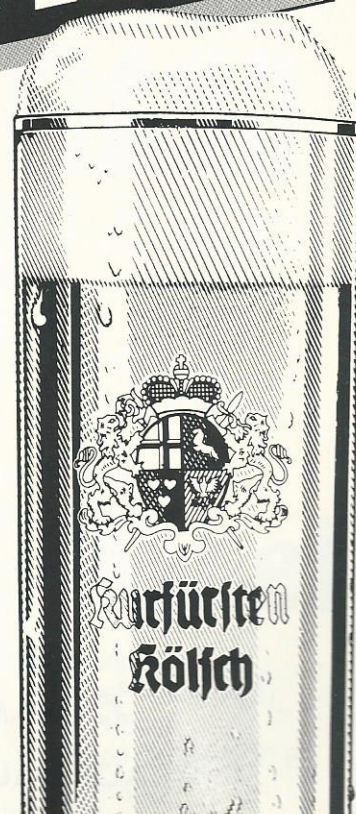
M.H.

**Ganz nach
unserem Geschmack
Action, Sport und gute Laune**

Im sportlichen Wettkampf sein Bestes geben.
Doch das Gewinnen ist nicht alles. Aktiv dabei sein
ist das, was zählt – und dann in geselliger Vereins-
Runde auf das Erreichte gemeinsam anstoßen.



Kurfürsten Kölsch



Steckbriefe

Julia Hansen

geb.: 17.08.1984 in Rheinbach

Julia macht seit Mai 1992 Judo und gehört zu unseren besten weiblichen Nachwuchskämpferinnen. Julia trainiert fast nur mit Jungen, was sie manchmal bedauert, denn mit Mädchen quatscht es sich besser. Ansonsten ist Julia hart im Nehmen und fleißig. Sie ist im Besitz des orange-grünen Gürtels.

1993	1. Platz	bis 36 kg	Rhein-Sieg-Meisterschaft
1993	1. Platz	bis 36 kg	Kreis-Turnier
1994	2. Platz	+ 40 kg	Kreis-Turnier
1994	2. Platz	+ 40 kg	Stadt-Meisterschaft
1995	2. Platz	bis 48 kg	Kreis-Meisterschaft
1995	3. Platz	bis 48 kg	Stadt-Meisterschaft

Joris Wiemer

geb.: 20.08.1982 in Bonn

Am 1.2.1990 wurde Joris Mitglied in der Judoabteilung der SSF. Bereits 10 Monate später bestand er die Prüfung zum gelben Gürtel und fast genau vier Jahre später machte Joris den blauen Gürtel, den er heute noch besitzt, da er erst mit 14 Jahren den braunen Gürtel erwerben kann. Joris blickt nach sechs Jahren Vereinszugehörigkeit auf eine Reihe Erfolge zurück.

1992	1. Platz	bis 33 kg	Kreis-Einzel-Meisterschaft
1992	3. Platz	bis 33 kg	Stadt-Meisterschaft
1993	3. Platz	bis 36 kg	Kreis-Einzel-Meisterschaft
1993	1. Platz	bis 36 kg	Stadt-Meisterschaft
1994	2. Platz	bis 40 kg	Mambo Cup
1995	3. Platz	bis 45 kg	Landesoffenes Turnier
1995	5. Platz		Bezirksmannschaftsmeisterschaft

Joris gehört mittlerweile zur B-Jugend (U 15) und kämpft bis 50 kg.

SCHÖNERES WOHNEN mit GRAFF Möbel auf 5 Etagen

*Kennen Sie schon
unsere große
Geschenk-Boutique?*

*Sie erspart Ihnen
lange Wege und
viele Überlegungen!*

53111 Bonn Remigiusstraße 4
Telefon 02 28 / 65 26 58

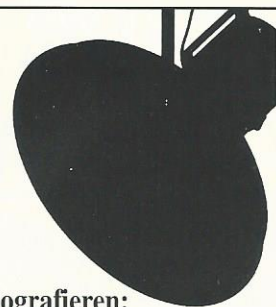
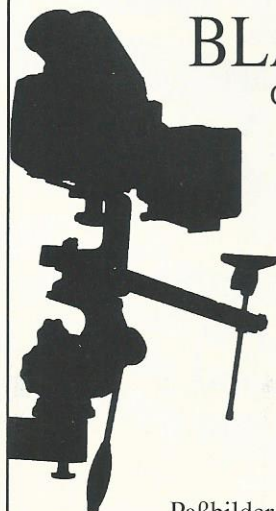
EINRICHTEN

MIT

GRAFF-MÖBEL

* AUF DAUER MEHR

FOTO BLAU GmbH



Wir fotografieren:

Portraits
Kinder
Veranstaltungen
Familien
Hochzeiten
Werbung
Mode
Tiere

Paßbilder
für alle Zwecke

Eigenes
Schwarzweiß-Labor

Jürgen Bruder
Sternstr. 4, 53111 Bonn
(Tel. 65 10 88)



Farbfotos
preiswert,
schnell, und
wie man sie
schöner
nicht
machen
kann!

Kreismannschaftsmeisterschaften

Am 9.3.1996 errang die **D-Jugend** den 5. Platz. In der Mannschaft kämpften

bis 28 kg Jan Boursch
bis 30 kg Nils Ullrich F.S.
bis 33 kg Markus Limberger und Fabian Przybilla

bis 36 kg Matthias Geub
+ 36 kg Miguel Perez

Zwei Gewichtsklassen konnten nicht besetzt werden.

Bei der C-Jugend kämpften:

bis 36 kg Christian Stahl
bis 40 kg Benjamin Kader
bis 50 kg Gerhard Große-Damhues
bis 55 kg Patrick König

Obwohl drei Gewichtsklassen nicht besetzt werden konnten, erkämpfte sich die Mannschaft den 3. Platz und qualifizierte sich damit für die Bezirksmannschaftsmeisterschaften im September 1996.

Herzlichen Glückwunsch den beiden erfolgreichen Mannschaften!



Stadtmeisterschaft 1995: 3. Platz – 50 kg – Jugend B für Sebastian Bernhardt.

Unsere Trainerin der Kinder- und Jugendabteilung, **Jamina Bouchibane**, statete für den PSV und errang folgende Siege:

- An der Bezirkseinzelsmeisterschaft am 28.1.1996 erkämpfte sie unter 16 Teilnehmerinnen den 1. Platz.
- Bei der West-deutschen Einzelsmeisterschaft traten 19 Teilnehmerinnen an. Jamina errang den 2. Platz.
- Am 9.3.1996 konnte sie bei der Norddeutschen Einzelsmeisterschaft den 3. Platz erreichen.

Jamina qualifizierte sich für die Deutschen Einzelsmeisterschaften, die vom 29. bis 31. März 1996 in Riesa (bei Leipzig) stattfinden. Jamina kämpft vbis 86 kg.

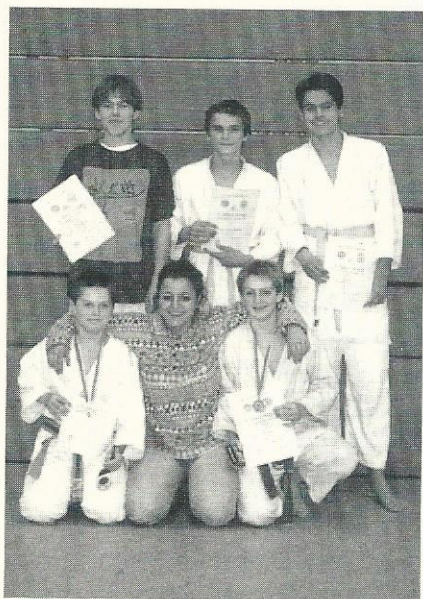
Herzlichen Glückwunsch! Wir drücken ihr die Daumen für die Deutschen Einzelsmeisterschaften!

M.HJ.

Kurz notiert:

Judo-Anfängerkurse (ab 5 J.) Donnerstag, 15.00 bis 16.00 Uhr, Sportpark Nord, Kölnstraße.

Neue Telefonnummer von Jamina Bouchibane: 32 85 28.



V.l.n.r. oben: 3. Pl. Toruin Hoist – 65 kg, 3. Pl. Sebastian Bernhardt – 50 kg, 2. Pl. Henryk-Aris Legowski – 71 kg (alle B-Jug.). Unten: 1. Pl. Gerhardt Große-Damhues – 40 kg (D-Jug.), Yamina Bouchibane, 1. Pl. Lukas Löber – 45 kg (B-Jug.)

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



Ju-Jutsu in den SSF Bonn:

Entwicklung der Abteilung und sportliche Erfolge in 1995

Ju-Jutsu ist eine moderne und effektive Selbstverteidigungs- und Kampfsportart, die Elemente aus Judo, Aikido und Karate miteinander verbindet. In den SSF hat sich eine Gruppe von mittlerweile etwa 50 Mitgliedern gemischten Alters und verschiedenster Könnensstufen zusammengefunden, die diese vielseitige Sportart unter Leitung von Udo Seidl betreiben.

Nach vielen Jahren als Teil der Budodabteilung beschloß die Versammlung der Ju-Jutsuka am 16. Januar die Gründung einer organisatorisch, personell und finanziell eigenständigen Abteilung. Gleichzeitig fanden Wahlen zum Abteilungsvorstand statt, bei denen Miron Fiola erwartungsgemäß zum neuen Abteilungsleiter gewählt wurde. Er hatte diese Aufgabe bereits seit mehr als einem Jahr engagiert wahrgenommen, nachdem sein Vorgänger aufgrund deutlich gewordener Kritik sein Amt niedergelegt hatte. Stefan Käding wurde zum stellvertretenden Abteilungsleiter gewählt; die Aufgabe des Kassenwarts übernimmt Daniel Schmitz.

Anschließend wurde über die Umsetzung des Antrags diskutiert, einen zusätzlichen Trainingstermin einzurichten, der angesichts des starken Mitgliederzuwachses dringend erforderlich ist. Denn an manchen Tagen ist es kaum möglich, sowohl den zahlreichen Anfängern als auch den Fortgeschrittenen und Dan-Trägern gerecht zu werden. Die Abteilungsversammlung votierte daher für die Einführung eines zusätzlichen Freitagstrainings, mit dem ab April begonnen werden soll. Dieser Termin wird dann voraussichtlich im wöchentlichen Wechsel von Anfängern und Fortgeschritten genutzt werden können. Zur Finanzierung beschloß die große Mehrheit der Anwesenden mit Beginn dieses Jahres von jedem Abteilungsmitglied einen halbjährlichen Beitrag von 20 DM – zusätzlich zum jeweiligen Jahresbeitrag – zu erheben. Dies erschien unumgänglich, da die steigenden Kosten für das Übungsleiterhonorar (noch?) nicht aus regulären Jahresbeiträgen oder anderen Quellen aufgebracht werden können.

Auch auf Verbandsebene hat es in jüngster Zeit einschneidende Verände-

rungen gegeben. Infolge der seit Monaten andauernden Kontroverse um eine Fusion der beiden Landesverbände traten auf der Jahreshauptversammlung des Ju-Jutsu-Verbandes NW am 10. Dezember 5 von 9 Vorstandsmitgliedern zurück, als feststand, daß die Mehrheit der Vereine diese Fusion befürwortet. Bei den anschließenden Neuwahlen wurde unser Trainer Udo Seidl in das Amt des Vizepräsidenten/Finanzen des JJVNW gewählt.

Nun zum aktiven sportlichen Teil:

Die regionalen und überregionalen Wettkämpfe des letzten Jahres fanden wieder unter erfolgreicher Beteiligung der SSF-Ju-Jutsuka statt. Auf den Landes Einzelmeisterschaften am 12. März erzielten die Teilnehmer folgende Ergebnisse:

Name	Gewichtsklasse (bis kg)	Platz
Gabriele Krings	60	1.
Claudia May	52	1.
Alexander Baez	75	3.
Miron Fiola	85	3.
Joseph Müller	75	4.

Gabi Krings erreichte zudem auf den Westdeutschen Gruppeneinzelmeisterschaften den 2. und auf den Deutschen Meisterschaften den 9. Platz. Für die anstehenden Wettkämpfe wünschen wir allen Kämpfern viel Erfolg!

Für alle nicht an Wettkämpfen Teilnehmenden waren die traditionellen Kyu-Prüfungen lang ersehnter bis gefürchteter sportlicher Höhepunkt. Sie sind für Prüflinge und Prüfer eine mal mehr mal weniger angenehme Art, individuellen Leistungsfortschritt bei möglichst guter Tagesform zu demonstrieren bzw. vorgeführt zu bekommen. So klappten bei der ersten Prüfung des vergangenen Jahres Erwartungshaltung der Prüfer und tatsächlicher Leistungsstand vieler Anfänger ungewöhnlich stark auseinander, woraufhin sich dann beide Seiten nicht gerade mit Ruhm bekleckerten. Die weiteren Prüfungen waren hingegen ein voller Erfolg. Hervorzuheben ist insbesondere die Leistung von Awni Oweis, der am 9. Dezember als erstes Mitglied unserer Abteilung den 2. Dan JJ erlangt hat.

Daß Spaß und Kommunikation außerhalb der Matte nicht zu kurz kom-

men, dafür sorgen allen voran Gesa Boehm und Ralf Hörnig, die mittlerweile zu unserem ideenreichen „Fetenkomitee“ avanciert sind. An dieser Stelle auch ein Dankeschön an Steffi und Ihren Mann Matthias, der als origineller Nikolaus viel zum Gelingen der Weihnachtsfeier beigetragen hat.

Wer Interesse hat, kann gerne mal beim Training reinschauen!
Claudia Gruszinkat

Am 25. März verließen die Matte:

Sabine Bergmann, Gesa Boehm, Stefanie Boehm, Claudia Gruszinkat, Dr. Claudia Scharrenberg, Boris Heinke, Ralf Hörnig, Michael Krafft, Uwe Schade mit dem Gelbgurt (5. Kyu JJ); Guido Knaack mit dem Orangegurt (4. Kyu); Alexander Zumbeck mit dem Grüngurt (3. Kyu JJ); Claudia May mit dem Blaugurt (2. Kyu JJ).

Bei der Prüfung am 25. November erreichte

Dörthe Schramm den Grüngurt (3. Kyu JJ), Alexander Zumbeck den Blaugurt (2. Kyu JJ), Claudia May, Alexander Baez und Daniel Schmitz den Braungurt (1. Kyu JJ).

Geprüft haben jeweils Rolf Schüßler, II. Dan, und Udo Seidl, IV Dan.

Am 9. Dezember absolvierte Awni Oweis die Prüfung zum II. Dan.

Trainingszeiten:

Dienstags 19.00-22.00 Uhr

Donnerstags 19.30-22.00 Uhr

geplant: Freitags 19.30 - 21.30

Samstags 14tägig Kampfttraining

Vom 20. April bis zum 25. Mai wird samstags von 14.00 bis 16.00 Uhr ein **Frauenselbstverteidigungskurs** angeboten. Die Kosten betragen für Nicht-Mitglieder 90 DM, für Mitglieder 60 DM (SSF-Ausweis bitte am ersten Tag mitbringen).

Infos bei Miron Fiola, Tel. 02 28/9 41-16 61 – Anmeldung in der Geschäftsstelle, Tel. 02 28/67 68 68.



Gruppe Skigymnastik mittwochs von 18.15 Uhr bis 21.30 Uhr

Skifahrt ins Pitztal vom 20.03. – 27.03.96

Ich möchte an dieser Stelle ein ganz herzliches Dankeschön an unsere Organisatoren Günter Müller und Siegfried Hahlbohm aussprechen, auch im Namen der gesamten Teilnehmer. Es war einfach überwältigend und wunderbar, wie die beiden Herren sich um unsere Gruppe von 43 Personen bemüht haben, uns liebevoll versorgt haben mit Essen und Getränken, während unserer 10-stündigen Busfahrt ins Pitztal. Auch den Damen sei an dieser Stelle ein Dankeschön ausgesprochen, die uns ganz tolle Kuchen gebacken haben und uns mittags mit frisch belegten Brötchen verwöhnt haben. Die Zimmerverteilung vor Ort ging ebenfalls reibungslos vor sich.

Am anderen Morgen wurden die Skipässe im Bus verteilt, ohne jegliche Wartezeit für uns an der Gondelbahn und wir konnten uns gleich ins Vergnügen stürzen. Jeden Morgen stand der Bus pünktlich vor dem Hotel und

brachte uns zur Talstation der Gondelbahn, abends wurden wir wieder abgeholt. Es wurden von den beiden Herren schöne Abende organisiert, u.a. eine lustige abendliche Schlittenfahrt, ein gemütlicher Tanzabend im Hotel, eine Jause mit Würstlgrillen auf der Terrasse unseres Hotels. Wenn jemand ein Zipperlein hatte, brauchte man auch nicht den Arzt aufsuchen, auch da war für eine reiche Auswahl

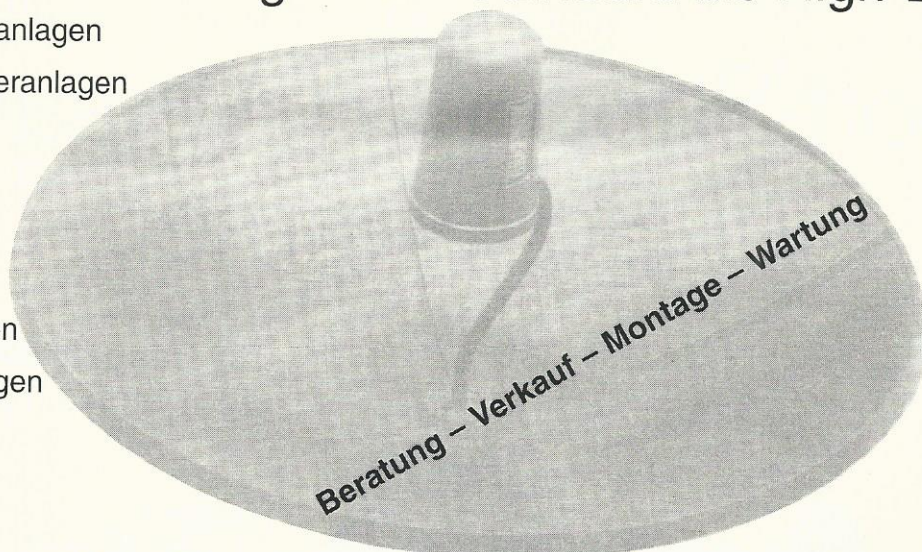
an Medikamenten gesorgt. Das Hotel war auch super. Wir waren toll untergebracht. Das Skifahren brachte auch viel Spaß in den verschiedenen Gruppen. Was ganz toll war, keiner hatte sich beim Skifahren verletzt. Es war einfach alles optimal organisiert und für uns alle eine unvergeßlich schöne Skiwoche. Ganz herzlichen Dank nochmals, lieber Günter und Siegfried.
Monika Hofmann



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

Jahreshauptversammlung der SSF-Ski-Abteilung

Termin: 17. Jan. 1996
 Zeit: 20.30 Uhr
 Ort: Foyer des Restaurants
 Sportpark Nord
 anwesend: 18 Mitglieder
 Die Einladung erfolgte fristgerecht.

1. Jahresbericht des Abteilungsvorsitzenden

Der Abteilungsvorsitzende dankte zunächst dem Vorstand und den Übungsleitern für die geleistete Arbeit des letzten Jahres.

Er berichtete über folgende Themen:

a) Mitgliederbestand:

Die Abteilung besteht aus 124 Mitgliedern.

In 1995 wurden fünf Abmeldungen registriert. Ein langjähriges Mitglied ist verstorben.

b) Aktivitäten in 1995:

Außer der wöchentlichen Skigymnastik fanden folgende besondere Veranstaltungen statt:

- eine Reise für Abfahrtsläufer ins Pitztal,
- zwei Reisen für Langläufer ins Engadin sowie zur Bonner Hütte,
- mehrere Fahrradtouren und eine Wanderung in die nähere Umgebung.

Außerdem fand auch 1995 die jährliche kostenlose „Ski-Instandsetzungsaktion“ der Ski-Abteilung wieder statt.

2. Kassenbericht

Der Kassenwart Richard Menzel berichtete, daß aus dem Jahr 1995 ein Überschuß nach 1996 übertragen werden konnte.

3. Entlastung des Vorstands

Josef Gratzfeld bedankte sich im Namen der Mitglieder für die vom Vorstand geleistete Arbeit.

Der Vorstand wurde einstimmig entlastet.

4. Wahl des Vorstandes

In den neuen Vorstand wurden gewählt als:

Vorsitzender	Hans Hennes
Stellv. Vorsitzende	Anthia Reckziegel
Kassenwart	Richard Menzel
Schriftführerin	Hiltrud Klasen
Pressewart	Ute Michaelis
Sportwart	Günter Müller
als Vertreterin	Silvia Hansmann
Wanderwart	Siegfried Hahlbom

Der neue Vorstand bedankte sich für das entgegengebrachte Vertrauen.

5. Ausblick auf das Jahr 1996

a) Skifahrten

Bereits fest geplant sind für das Jahr 1996 folgende schon traditionelle Skireisen:

für Abfahrtsläufer: eine Fahrt ins Pitztal/Österreich, die schon vom 20.-27.01.1996 stattfand,

für Langläufer: eine Fahrt nach Samedan/Engadin,

eine Fahrt zur Bonner Hütte bei Rennweg/Kärnten.

»sport-vossen«

Josef Vossen, Kringsweg 30, 50931 Köln
 Telefon (02 21) 44 54 20

Sport-Shop und Versand für Schwimmer

Wir haben alles,
was Schwimmer benötigen:

Ein Besuch bei uns
lohnt sich!



b) Skiwachsen und Kantenschleifen

Bereits am 13.01.1996 wurde die diesjährige „Ski-Instandsetzung“ – rechtzeitig vor der großen Fahrt der Abfahrtsläufer – durchgeführt.

c) Rad- und Wandertouren

Wegen des großen Interesses im vergangenen Jahr sollen auch in diesem Jahr eintägige Rad- und Wandertouren in die nähere Umgebung angeboten werden.

Der Vorstand bittet darum, Interessenten mögen sich in eine Liste eintragen oder ihre Adresse in der Geschäftsstelle hinterlassen. Damit soll sichergestellt werden, daß auch alle frühzeitig über die Touren informiert werden.

Nähere Informationen hierzu werden auch rechtzeitig in der Sportpalette veröffentlicht.

d) Gymnastik während der Sommerferien

Da während der Sommerferien die Sporthalle geschlossen ist, bot die Ab-

teilung in der Vergangenheit einen Lauftreff auf dem Venusberg an. Es wurde daher diskutiert, ob es dazu eine Alternative gibt. Die Mitglieder kamen überein, stattdessen, wenn möglich, eine open-air-Gymnastik im Sportpark Nord, bei schlechtem Wetter gemeinsames Schwimmen anzubieten. Der Vorstand wird klären, ob der Sportpark Nord in dieser Zeit zugänglich ist und die Mitglieder entsprechend informieren.

6. Verschiedenes**a) Mitgliederbestand**

Der Vorsitzende stellt zur Diskussion, welchen Grund die geringe Beteiligung am Verein/Vereinsleben haben könnte. Die kleineren Skivereine klagen alle über Mitgliederschwund, der es ihnen unmöglich macht, gemeinsame Reisen anzubieten.

Rein zahlenmäßig kann sich die Skiabteilung der SSF noch sehen lassen; immerhin hat sich der Mitgliederbestand seit der letzten Jahreshauptversammlung um ein Mitglied erhöht.

b) Zuschußkürzungen

Die Frage, welche Auswirkungen die Kürzung der Zuschüsse der Stadt an die Sportvereine auf die Ski-Abteilung habe, beantwortet der Vorsitzende mit einem Hinweis auf den Kassenbericht. Die Ski-Abteilung hat in den letzten Jahren den SSF zusätzliches Geld in die Kasse gebracht.

c) Mitgliedschaft im Ski-Verband

Die Mitgliedschaft der Ski-Abteilung im Ski-Verband kostet die Abteilung zunächst Geld. Dafür besteht aber die Möglichkeit, Interessenten über den Verband zu Ski-Lehrern ausbilden zu lassen. Außerdem erhalten die Mitglieder über die Verbandszeitschrift Informationen über den Ski-Sport.

Bonn, 07.02.1996

Hiltrud Klasen

Parken in der City

am **Friedensplatz** – Einfahrt Oxfordstraße und Annagraben

Münsterplatz – Einfahrt Windeckstraße

(Kaufhof)

Montag – Donnerstag	von 7.00 – 1.00 Uhr
Freitag und Samstag	von 7.00 – 2.30 Uhr
an Sonn- und Feiertagen	von 9.00 – 1.00 Uhr

am **Bahnhof** – Einfahrt Münsterstraße

an Werktagen	von 7.00 – 1.00 Uhr
an Sonn- und Feiertagen	von 9.00 – 1.00 Uhr

im **Stadthaus** – Einfahrt Weiherstraße

am **Markt** – Einfahrt Stockenstraße

Tag und Nacht durchgehend geöffnet

in den Garagen der Bonner City Parkraum GmbH
Am Hof 26a, 53113 Bonn, Tel.: 02 28 / 72 53 30



Jahresbericht 1995 der Kanuabteilung

Wie im vorletzten Jahr war auch der Beginn des Vorjahres geprägt von einem Jahrhunderthochwasser, das das Bootshaus Beuel erneut bis zu 1,20 m überflutete. Die gerade erst nach langem Trocknungsprozeß umgesetzten Arbeiten – insbesondere Anstreichen und der Austausch verrotteter Eisen- und Holzteile – fielen buchstäblich erneut „ins Wasser“. Nachteiliger als im Vorjahr waren allerdings die Schäden, die durch umgestürzte Tische und Stellagen an den hochgelegten Einrichtungen, Schränken, Türen und Gerätschaften entstanden, die nach dem Abflauen des Wassers infolge Schlammfracht nicht mehr in einen nutzbaren Zustand zu versetzen waren. Auch an dieser Stelle soll allen Helfern für die umfassenden Wiederherstellungsarbeiten und die Mitarbeit an der Sicherung der Kegelbahn gedankt sein.

In sportlicher Hinsicht dürfen die SSF-Kanuten wieder einmal auf eine erfolgreiche Saison zurückblicken. Im Gefolge des Hochwassers konnten im durchweg milden Winter und Frühjahr zahlreiche interessante Fahrten unter-

nommen werden, und das volle Jahresfahrtenprogramm führte die Kanuten auf viele Gewässer des In- und Auslandes, über die bereits berichtet wurde. Höhepunkte waren zweifellos die mehrwöchigen Fahrten zweier Gruppen im Frühjahr nach Tschechien und im Sommer nach Kanada und Alaska sowie die beiden Herbstmehrtagesfahrten.

In der Gesamtjahresleistung hätten die SSF-Kanuten im Bezirks- und Verbandsvergleich wieder einmal den ersten Platz verdient, aber durch einen bedauerlichen internen „Organisationsfehler“ reichte es im Verbandswettbewerb mit knappstem Abstand „nur“ zum 2. Platz; dagegen blieb der Bezirkspokal in Bonn. Gleichwohl waren die erzielten Plazierungen auf einem hohen Niveau und können voll zufriedenstellen.

Die organisatorische Lage der Abteilung war in Ordnung, der umfangreiche Fahrtenbetrieb konnte mit den teilweise über zwei Jahrzehnte alten Fahrzeugen Bus und Anhänger aufrechterhalten werden. Allerdings stellt die starke Mitgliederfluktuation 1995

eine schmerzliche Entwicklung dar, speziell, da viele Neumitglieder gerade erst ausgebildet waren, und dies leitet nahtlos in die negative Entwicklung der Abteilungsfinanzen über. Die Mittelkürzungen der letzten Jahre bedeuten für die Abteilung schwere Einbrüche, und mir ist kein Vereinssportbereich bekannt, der hochgerechnet seit Beginn der Einsparungen über 100% Kürzungen hinnehmen mußte. Hier bedarf es intensiver Unterrichtsarbeit und Verständnisweckung im Gesamtvorstand, um ein Absinken der Aktivitäten zu vermeiden, das letztlich in ein möglichst weiches Abfedern des Abteilungs Niedergangs einmünden mußte. Zugleich ist es notwendig, noch mehr als bisher auf eine pflegliche Behandlung der Sportgeräte, des Zubehörs und der Transportmittel zu achten, damit die Grundlagen der weiteren Abteilungsarbeit erhalten bleiben, und auch im organisatorischen Arbeitsablauf ist eine intensivierete Mitarbeit mehr als wünschenswert. Gleichwohl möchte ich allen Helfern und Förderern auch an dieser Stelle für die geleistete Unterstützung über den Gesamtbereich der Sportsaison herzlich danken.

Hubert Schrick
Abt.-Leiter



Reizvolle Landschaften und interessante Flußstrecken werden die SSF-Kanuten auch in diesem Sommer wieder auf die Flüsse ziehen – wie hier auf der Loire in Frankreich.

Letzte Meldung: 19. Haribo Meeting wurde erfolgreich durchgeführt

Zum 19. Mal richteten die SSF Bonn 05 e.V. das HARIBO Schwimm-Meeting vom 22. – 24. März 1996 in Bonn aus. 19 Nationen kamen mit insgesamt 700 Aktiven nach Bonn und sorgten für den internationalen Flair beim größten Jugendschwimmfest der Welt, daß auch eine der letzten sportlichen Großveranstaltungen in Bonn ist. Eine reibungslose Organisation der rund 2100 Starts war ein Beweis für die gute Arbeit des HARIBO Organisationskomitees.

Die SSF Bonn 05 e.V. trugen ihren Anteil zum Gelingen der Veranstaltung bei. So trugen 25 Helfer im Wettkampfstättenbereich, 25 Helfer in verschiedenen Aufgabenbereichen sowie weitere 15 Mitglieder, die seit Jahren die Veranstaltung im Organisations-, Kampfrichter oder Wettkampfbürobereich mittragen und quasi zum Inventar des Meetings gehören, zum Gelingen der Veranstaltung bei.

Am Start war diesmal eine große Anzahl von Deutschen Nationalkaderschwimmern. Das große überregionale Medieninteresse, erstmals berichteten gleich mehrere TV-Anstalten aus Bonn, war dennoch vor allem auf den Start von Franziska von Almsick zurückzuführen. Diese sorgte zusammen mit dem Ex-SSF-Schwimmer Jens Kruppa im wesentlichen für die sportlichen Höhepunkte der Veranstaltung. So erzielten diese beiden drei neue HARIBO-Rekorde und die 2:11,48 von Jens Kruppa über 200 Meter Brust bedeuteten Deutschen Kurzbahnrekord. So war es dann auch keine Überraschung mehr, daß die Pokale für die punktbesten Leistungen an Franziska von Almsick und Jens Kruppa gingen. Die Mannschaftswertung für die älteren Jahrgänge im HARIBO Cup 1 gewann die Mannschaft SC Haie Leipzig, der HARIBO Cup 2 für die jüngeren Jahrgänge ging an den Berliner Schwimmverband.

Das 20. HARIBO Meeting wird, unter Vorbehalt, für den 14. – 16. März geplant.

IHR JEANS-SPEZIALIST aktuelle Mode W. Hau

Inh. Peter Hau



— in vielen Wascharten —

2 x Bonn, Sternstraße 51, Wenzelgasse 7



Heinz Schüller • Schiffsagentur Bonn

KÖLN-DÜSSELDORFER AG DEUTSCHE PERSONENSCHIFFFAHRT
RHEIN · MOSEL · MAIN · DONAU UND ELBE.

Sehr geehrte Vereinsmitglieder,

seit über 12 Jahren leitet ein Vereinsmitglied aus Alt-Tannenbusch die Geschäftsstelle der „Köln-Düsseldorfer AG“ Deutsche Personenschiffahrt in Bonn am Brassertufer.

Früher selbst als Fahrensmann, vom Schiffsjungen bis hin zum Kapitän, auf dem Rhein und seinen Nebenflüssen tätig, bietet Heinz Schüller jetzt eine große Palette an Schiffsausflügen und Flußkreuzfahrten auf Donau, Rhöne, Saône, Seine, Wolga, Newa, Nil, Elbe, Neckar, Mosel und Rhein an. Angefangen von Wochenend-Touren nach Straßburg, Rotterdam oder Rüdesheim/Mainz und zurück, bis hin zu längeren Fahrten wie von Köln-Stuttgart, Basel-Amsterdam, Prag-Dresden-Hamburg, oder zwischen Nürnberg, Passau, Wien, Budapest sowie Trier-Mainz-Würzburg kombiniert. Selbst zu Weihnachten und Silvester gibt es Fahrten auf Donau, Elbe und Rhein!!

Auch Hotels, Flüge, Bus oder DB in/zu An- und Abreiseorten können Sie bei Heinz Schüller und seinem Team buchen.

Interessant für unsere Vereine, Familien, Senioren, Clubs und Gruppen in und um Bonn sind sicher auch Tagesausflüge auf Rhein und Mosel. Ob mit dem einzigsten echten Raddampfer („Goethe“), dem schnellsten Schiff auf dem Rhein („Rheinpfeil“) oder mit einem der vielen modernen und familienfreundlichen „KD“-Motorschiffe, z.B. nach Königswinter, Honnef, Unkel, Remagen, Linz, Bad Breisig, Bad Honningen, Andernach, Koblenz, Braubach, Boppard, St. Goar, Bingen, Rüdesheim und Mainz (Rhein) oder Winnigen, Koblenz-Gondorf, Alken, Brodenbach, Moselkern, Treis-Karden und Cochem (Mosel).

Ein paar Spartermine wollen wir noch erwähnen: „KD-Seniorentage“ sind Montag und Freitag = 50% Ermäßigung ab 60 Jahre! „Familiertage“ sind täglich, d.h. in Begleitung Erwachsener zahlen Kinder bis 13 Jahre **nur DM 2,-!** Schüler, Studenten, und Jugendgruppen erhalten ab 10 Personen 50% Ermäßigung. Einzelreisende Schüler ab 14 Jahre sowie Studenten erhalten 30% Ermäßigung (Schüler/Studentenausweis oder Schul-/Vereinsbestätigung vorlegen!). Fahrräder werden frei befördert, ab vier Räder bitte anmelden!

**Bei Vorlage des „SSF-Mitgliedsausweises“
gewährt H. Schüller je nach Teilnehmerzahl max.
50% Ermäßigung auf Tagesausflugsschiffen!**

Abendfahrten mit Live-Musik fahren zu festen Terminen. Ab 100 Teilnehmern gibt es auch zusätzliche Abendfahrten bei Voranmeldung!

Übrigens bekommen Sie auf allen KD-Schiffen vorzügliche Speisen und Getränke „à la carte“ serviert sowie preisgünstige Gruppenmenüs!

Man könnte noch viel über Schiffsfahrten auf dem Rhein und anderen Flüssen sowie den Burgen, Schlössern, Feiern und Festen schreiben, aber das führt an dieser Stelle zu weit.

Mehr erfahren Sie von unserem Vereinsmitglied Heinz Schüller. Das KD-Büro am Brassertufer ist von Ostern bis Oktober, 7 Tage in der Woche, von 9.00 bis 17.00 Uhr geöffnet. Tel. 02 28/63 21 34 (Fax 65 48 98 ganzjährig).

Schiff ahoi!!!



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	BEK	Sportpark Nord
Montag	10.30 – 11.30	Entspannungsgymnastik	DAK	Sportpark Nord
Montag	18.45 – 20.00	Wirbelsäulengymnastik	SSF/AOK	KBA
Dienstag	17.00 – 18.15	Wirbelsäulengymnastik	SSF/AOK	Theodor-Litt-Schule
Dienstag	18.00 – 19.00	Wirbelsäulengymnastik	DAK	Kinkel-Realschule
Dienstag	18.15 – 19.15	Wirbelsäulengymnastik	SSF/AOK	Theodor-Litt-Schule
Dienstag	19.00 – 20.00	Wirbelsäulengymnastik	DAK	Kinkel-Realschule
Mittwoch	17.00 – 18.00	Wirbelsäulengymnastik	BKK	Robert-Wetzlar-Schule
Mittwoch	17.15 – 18.15	Wirbelsäulengymnastik	BEK	KBA
Donnerstag	17.00 – 18.15	Wirbelsäulengymnastik	BEK	Theodor-Litt-Schule
Donnerstag	18.15 – 19.30	Wirbelsäulengymnastik	BEK	Theodor-Litt-Schule
Freitag	17.00 – 18.00	Wirbelsäulengymnastik	BEK	KBA
Freitag	18.00 – 19.00	Wirbelsäulengymnastik	DAK	KBA

WASSERBEZOGENE SPORTANGEBOTE

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

Montag	18.30 – 19.15	Dyn. Wassergymnastik	BKK	Sportpark Nord
Montag	19.15 – 20.00	Dyn. Wassergymnastik	BKK	Sportpark Nord
Dienstag	19.00 – 19.45	Dyn. Wassergymnastik	DAK	Sportpark Nord
Dienstag	19.45 – 20.30	Dyn. Wassergymnastik	DAK	Sportpark Nord
Dienstag	20.30 – 21.15	Gesundes Rückenschwimmen	DAK	Sportpark Nord
Mittwoch	19.00 – 19.45	Dyn. Wassergymnastik	BEK	Sportpark Nord
Mittwoch	19.45 – 20.30	Dyn. Wassergymnastik	BEK	Sportpark Nord
Donnerstag	11.00 – 11.45	Dyn. Wassergymnastik	SSF	Sportpark Nord
Donnerstag	16.00 – 16.45	Aqua jogging	DAK	Sportpark Nord
Donnerstag	16.45 – 17.30	Aqua jogging	DAK	Sportpark Nord
Donnerstag	19.00 – 19.45	Dyn. Wassergymnastik	DAK	Sportpark Nord
Donnerstag	19.30 – 20.15	Aqua jogging	SSF	Sportpark Nord
Donnerstag	20.15 – 21.00	Aqua jogging	SSF	Sportpark Nord
Donnerstag	9.15 – 9.45	Aqua jogging	SSF	Sportpark Nord

AKTIONS- UND BEWEGUNGSPROGRAMM

Zielgruppenspezifisches Programm mit Sportangeboten für jedermann/frau

Dienstag	19.00 – 20.00	Sport für (über)ge- wichtige Personen	BEK	Sportpark Nord
Dienstag	18.00 – 19.00	Laufen für jedermann	SSF	Sportpark Nord
Mittwoch	18.00 – 19.00	Lauftherapie	DAK	Sportpark Nord
Mittwoch	10.00 – 11.00	Senioren-gymnastik	BEK	Sportpark Nord
Donnerstag	10.00 – 11.00	Senioren-gymnastik	SSF/AOK	Sportpark Nord
Freitag	15.00 – 16.00	Eltern-Kind-Turnen u. Spiele ab 3 Jahre	SSF/AOK	Robert-Wetzlar-Schule
Freitag	16.00 – 17.00	Eltern-Kind-Turnen u. Spiele ab 1,5 Jahre	SSF/AOK	Robert-Wetzlar-Schule
Mittwoch	18.15 – 19.30	Skigymnastik	SSF	KBA
Mittwoch	19.30 – 21.00	Skigymnastik	SSF	KBA
Montag	19.00 – 20.00	aerobic	SSF	Robert-Wetzlar-Schule
Mittwoch	18.00 – 20.00	aerobic	SSF	Kinkel-Realschule
Mittwoch	18.00 – 19.00	aerobic für Einsteiger	SSF	Robert-Wetzlar-Schule
Mittwoch	19.00 – 20.00	aerobic für Fortgeschrittene	SSF	Robert-Wetzlar-Schule
Montag	20.00 – 22.00	Frauengymnastik	SSF	Kinkel-Realschule
Mittwoch	20.00 – 22.00	Frauengymnastik	SSF	Kinkel-Realschule
Dienstag	18.00 – 19.00	Tai Chi Anfänger	SSF	Bootshaus
Dienstag	19.00 – 20.00	Tai Chi Fortgeschrittene	SSF	Bootshaus
Dienstag	18.00 – 19.00	Sportabzeichengruppe	SSF	Sportpark Nord

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	BEK	KBA
Dienstag	19.15 – 20.30	Ges. Fitnesstraining	DAK	Theodor-Litt-Schule
Mittwoch	19.00 – 20.00	Ges. Fitnesstraining	DAK	Sportpark Nord
Mittwoch	20.00 – 21.30	Ges. Fitnesstraining	BEK	Sportpark Nord
Donnerstag	20.00 – 21.30	Ges. Fitnesstraining	BEK	KBA
Freitag	19.00 – 20.00	Ges. Fitnesstraining	BEK	KBA

ERWACHSENENKURSE DER SCHWIMMABTEILUNG DER SSF BONN

Freitag	18.15 – 19.00	Schwimmkurs für Anfänger (Erlernen des Brustschwimmens)	ab 3.5.96	Dauer: 10 Std.
Dienstag	20.30 – 21.15	Schwimmkurs für Anfänger (Erlernen des Brustschwimmens)	ab 30.4.96	Dauer: 10 Std.
Montag	16.45 – 17.30	Schwimmkurs für Fortgeschrittene I (Erlernen des Rückenschwimmens u. Verbesserung des Brustschwimmens)	ab 29.4.96	Dauer: 10 Std.
Freitag	19.00 – 19.45	Schwimmkurs für Fortgeschrittene I (Erlernen des Rückenschwimmens u. Verbesserung des Brustschwimmens)	ab 3.5.96	Dauer: 10 Std.
Mittwoch	18.15 – 19.00	Schwimmkurs für Fortgeschrittene II (Erlernen des Kraulschwimmens)	ab 24.4.96	Dauer: 10 Std.
Freitag	19.45 – 20.30	Schwimmkurs für Fortgeschrittene II (Erlernen des Kraulschwimmens)	ab 3.5.96	Dauer: 10 Std.
Freitag	16.45 – 17.30	Schwimmkurs für „Könnern“ (Verbesserung des Brust-, Rücken-, und Kraulschwimmens)	ab 1.3.96	Dauer: 6 Std.
Freitag	16.45 – 17.30	Schwimmkurs für „Könnern“ (Verbesserung des Brust-, Rücken-, und Kraulschwimmens)	ab 3.5.96	Dauer: 6 Std.
Dienstag	19.45 – 20.30	Aqua jogging	ab 30.4.96	Dauer: 10 Std.
Kursgebühren:		Kurse für Anfänger, Fortgeschrittene und Aqua jogging: 50,- DM für Mitglieder der SSF Bonn, 100,- DM für Nichtmitglieder Kurse für „Könnern“: 30,- DM für Mitglieder der SSF Bonn, 60,- DM für Nichtmitglieder		

Die Kurse werden im vereinseigenen Schwimmbad im Sportpark Nord, Kölnstr. 250, 53117 Bonn, durchgeführt. Interessenten können sich bei der Breitensportwartin der Schwimmabteilung der SSF Bonn, Frau Maïke Schramm (Tel. 0 22 27(83 00 50), anmelden.

Die Sportstätten:

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

Kursgebühren: Die Gebühren für die meisten Kurse betragen 80,- DM für Nichtmitglieder (30,- DM für SSF-Mitglieder).

Krankenkassen: Die SSF Bonn bieten Kurse in Zusammenarbeit mit der BARMER ERSATZKASSE, der DEUTSCHEN ANGESTELLTEN-KRANKENKASSE und den BETRIEBSKRANKENKASSEN an. Aber auch die meisten übrigen Krankenkassen übernehmen anteilige Kursgebühren. Bitte erkundigen Sie sich im Einzelfall bei Ihrer Krankenkasse.

Kindertanzen • Jugend-Jazztanz • Gesellschaftstanzkreise • Breilertensport-Tanzen • Turniertanz Standard • Turniertanz Latein • Formationsstanz Standard und Latein • großes Angebot an freien Trainingszeiten

Gottfried-Kinkel-Schule (Aula/Seiteneingang), August-Bier-Str. 2, Bonn-Kessenich
Steyler Mission (Turnhalle), Arnold-Janssen-Str., St. Augustin

Gesamtschule Bonn II, ehem. Nicolaus-Cusanus-Gymnasium (Turnhalle), Hindenburgallee, Bonn-Bad Godesberg

Gemeinschaftsschule (Turnhalle), Auf dem Steinbüchel, Meckenheim-Merl

Gymnastikhalle, Schützenstraße, Meckenheim-Merl; Clubheim, „Zum Bootshaus“, Rheinaustr. 269, Bonn-Büchel

Peter Kunze/269.300, Abteilungsleiter
Telefon 0228/269.300, Telefax 0228/2222

portpark Nord, 53117 Bonn,
ölstraße 250
ontags – freitags 19.00 – 21.30
eschäftsstelle, Telefon: 67 68 68

Trainingszeiten:	montags 16.00 – 17.00	Minis (6-7 Jahre)
	17.00 – 18.30	D+C-Jugend (8-12 Jahre)
	18.30 – 20.00	B+A-Jugend (13-18 Jahre)
	Jeweils Anfänger/Fortschrittene	
	dienstags 15.45 – 16.45	
	D+C-Jugend (8-12 Jahre)	Fortschrittene
	16.45 – 18.15	C+B-Jugend (10-14 Jahre)

Wettkampfmännschaften Karl-Heinz Röthgen, Abteilungsleiter (Auskunft: Telefon 44 15 51)

Hobby-
Volleyball
(Mixed)

Auskunft:

b) Freitag, 19.45 – 22.00 Uhr,
TH der Gottfried-Kinkel-Realschule,
August-Bier-Straße 2, 53129 Bonn
Peter Schoenrock, Telefon 67 75 27

c) Samstag, 14.30 – 17.00 Uhr.

TH der Gottfried-Kinkel-Realschule,
August-Bier-Str. 2, 53129 Bonn
Auskunft: Gaby Heizer, 02 28 / 66 90 90
und Helene Kleess, 02 28 / 35 26 16
Kurse f. Do., 20.00 Uhr, Walldorfschule, Austraße 1
Fortgeschr.: Gunter Papp, Telefon 0 22 1 / 31 89 10

Schwimmhalle, 53117 Bonn, Kölnstraße 250
montags + donnerstags 20.00 – 21.30 Uhr
Rheinstraße 269, 53225 Bonn-Beuel
Hubert Schrick, Telefon 77 34 24 (r)

Walter Düren	07 23 32 (p)
Wolfgang Mülhauß	36 38 90
	0 22 41/20 42 82

Sportstätte: Sportpark Nord, 53117 Bonn, Kölnstraße 250
Herkunft: Inge Scharf, Telefon 02 21 / 39 26 78
Trainer: Reinhold Meidow, Telefon 67 03 93
K. Palmer, Telefon 02 28 / 74 61 61

Frauenturngymnastik
Sponsorstätte: Gottfried-Kinkel-Realschule,
August-Bier-Straße 2, 53129 Bonn
Trainingszeit: montags 20.00 – 22.00
mittwochs (Aerobic) 18.15 – 19.45

Ansprechpartner: Frau S. Hagemeister, Tel. 0 22 22/6 19 91
Vorbereitung und Abnahme des Sportabzeichens:

SSF-Mitglieder Sportpark Nord/Schwimmhalle
poststätte: dienstag ab 30.4.1994
trainingszeit: 18.00 – 19.30
leitung: Renate Vogler
auskunft: Geschäftsstelle, Telefon 67 68 68
Sonstige Interessenten
Leichtathletik (auch Abnahme für Behinderte)
poststätte: Sportplatz des Schulzentrums Tannenbusch,
Hirschberger Straße
trainingszeit: Mai bis Sept.
Di. und Fr. (17.30 Uhr)

Schwimmen
 Sportstätte: Schwimmhalle im Sportpark Nord
 Leitung: Manfred Enzner, jeweils Sa. ab 8.00
Freizeit- und Seniorensport
 Sportstätte: Schwimmhalle im Sportpark Nord
 Trainingszeit: dienstags Gymnastik 17.30 – 18.00
 18.00 – 20.00
 Schwimmen

Die Karate-Abteilung bietet folgende Trainingstermine an:

Jugendtraining: montags und freitags:
3-14 Jahre) 17.00 – 18.30
Trainerin: Haruko Gütenmann

Erwachsene: montags: 20.00 – 21.30
donnerstags 18.30 – 20.00
Trainer: Jörg Kopka

Mittelstufe: 3. – 6. Kyn	montags: Trainer: Alexander Bongartz	18.30 – 20.00
	mittwochs: Trainer: Uwe Ritzmann	18.30 – 20.00
	freitags: Trainerin: Anita Gütermann	18.15 – 19.45

berstufe:	montags:	18.30 – 20.00
	Trainer: Jörg Kopka	
	mittwochs:	20.00 – 21.30
	Trainerin: Monika Gütgemann	
	freitags (Kumite):	20.00 – 21.30

Trainer: Steven Okechukwu
Jörg Kopka, Telefon: 67 42 40
Uwe Ritzmann, Telefon 26 42 10
Anita Gütermann, Telefon 26 42 10

Turnhalle der Kaufmann, Bildungsanstalten
Kölnstraße 235, 53117 Bonn
mittwochs 18.15 – 19.30
mittwochs 19.30 – 22.00
Günter Müller, Telefon 28 28 81

mittwochs, 20.00 Uhr, samstags, 12 Uhr
Sportpark Nord)
auskunft Thomas Brüggem, Tel. 43 14 24
ausgang im Schimmbad
laus Walter, Tel. 31 53 63 (p) 97979-214 (d)

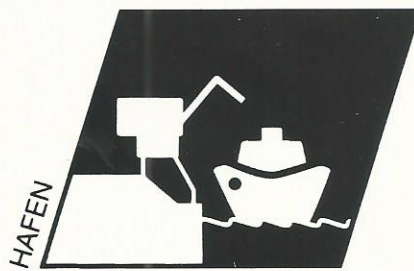
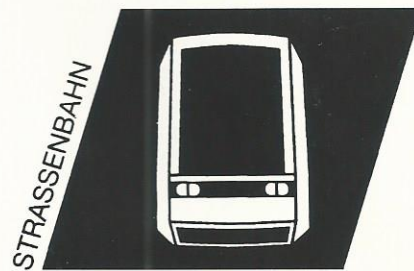
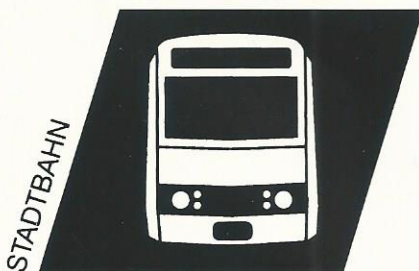
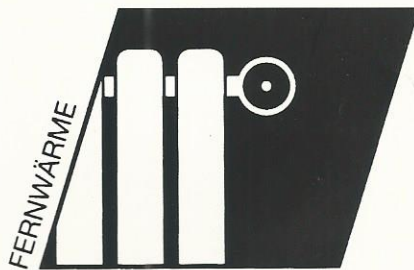
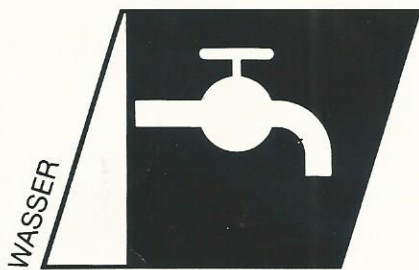
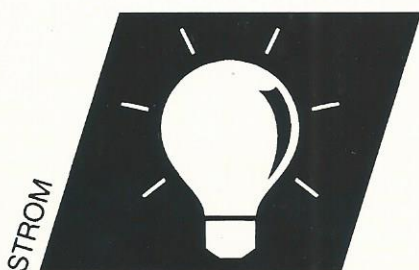
portpark Nord, 53117 Bonn,
ölstraße 250
ontags – freitags 19.00 – 21.30
eschäftsstelle, Telefon: 67 68 68

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