

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

343 /
Juni 1995

BONN FS Sport- Palette





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“,
Kölustr. 313a, 53117 Bonn

Erscheinungsweise:

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

Bezugspreis:

Für Mitglieder ist der Zeitungsbezug-
preis im Jahresbeitrag (197,- DM
Erwachsene, 157,- Kinder) enthalten.
Kündigung der Mitgliedschaft: 30.9.
zum Jahresende

Herstellung:

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

Präsidium

Reiner Schreiber, Präsident
Peter Schmitz, Vize 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:

Kölustraße 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 Emme-
rich, Rheinstr. 12, 53179 Bonn, Tele-
fon 02 28 / 36 37 86;

**Stellvertretende Vorsitzende und Re-
ferentin 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 Born-
heim, Tel.: 0 22 27 / 60 40;

Vereinsverwaltung Peter Hardt,
Oberpleiser Str. 1, 53639 Königs-
winter, 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;

Ehrevorsitzende: 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:

Erfolge bei den Schwimmern

Bericht Seite 7 - 14

Runde Geburtstage..... Seite 2

Termine Seite 2

Vereinsinfos Seite 3 - 5

Senioren Seite 6

Moderner Fünfkampf .. Seite 15 - 17

Kendo Seite 18

Tauchen Seite 18 + 19

Kanu Seite 19

Ju-Jutsu Seite 20

Judo Seite 21

Volleyball Seite 22 + 23

Gesundheitssport Seite 24

Sport-Angebot
des Klubs..... Seite 25



Der Club trauert um
sein Ehrenmitglied

**Hermann
Fuhr** (Jan. 95)

sowie sein Mitglied

**Willi
Ide**

**SSF-Stiftungsfest
als Tanzball**
Seite 5

**Die neue Tennis-
saison beginnt**
Seite 4

**Sommerfest
der SSF**
Seite 5

Redaktionsschluß der
nächsten Ausgabe:
24. Juli

Runde Geburtstage

Runde Geburtstage im Juli 1995

Over, Peter
Winkler, Hans
Herrmann, Emil
Zender, Heinz
Kuehne, Hildegard
Herrmann, Erna
Feiland, Isolde
Abelen, Maria
Ermert, Franz
Vianden, Anita
Luhmer, Thomas
Rose, Marianne
Winter, Franz Josef
Scheid, Hannelore
Coenen, Dore
Flechtner, Wolfgang
Benedek, Eva
Peters, Horst Detlef
Bother, Heinrich
Langer, Uwe
Zimmer, Barbe
Ropertz, Heide

im August 1995

Tiedtke, Willy
Boettcher, Helmut
Peter, Margot
Pfaff, Elisabeth
Schwarzer, Felix
Ignatzy, Erwin
Heckmann, Karl Heinz
Reiter, Helmut
Wiedenhöft, Dorothea
Eich-Dähne, Charlotte
Dreiling, Maria
Winkler, Barbara
Holtmann, Friedhelm
Kraemer, Walter
Schlossbauer, Hildegard
Cohnen, Reinhild
Kremser, Karin
Buhr, Elke
Schrick, Hubert

im September 1995

Kanert, Bruno
Stein, Franz Josef
Ermert, Sybille
Schindler, Oswald
Hautmann, Hans
Howald, Rolf
Feld, Trude
Braun, Anton
Müller, Marlene
Kraemer, Hans
Münch, Siegfried
Fischer, Gertraud
Deutsch, Gisela
Scharnbeck, Almut
Kabel, Barbara
Hanke, Margret

Termine • Termine • Termine • Termine

Schwimmen

27./28. Mai Westdeutsche Jugend- und
Jahrgangsmeisterschaften, Dortmund
10./11. Juni Westdeutsche Meisterschaften, Köln
16. - 18. Juni Deutsche Jugendmeisterschaften,
Magdeburg
22. - 25. Juni Deutsche Meisterschaften, Warendorf

Moderner Fünfkampf

1./2. Juli Deutsche Aktivenmeisterschaft
24. - 30. Juli Weltmeisterschaft Männer/Frauen
4. - 10. Sept. Juniorenweltmeisterschaft
Männer/Frauen

Kanu

18. Juni Untere Ruhr
25. Juni Schwalm/Maas
24./25. Juni 1. Bezirksjugendfahrt Köln

2. Juli Obere Lahn
9. Juli Gebirgsrhein
15. 7 - 20. 8. Gruppenfahrt nach Kanada/Alaska
Ferienfahrten oder sonstige Fahrten in
Absprache unter den Kanuten, die in
Bonn bleiben
27. Aug 4. Bezirksfahrt Rhein Jubiläumsfahrt
2./3. Sept. 2. Bezirksjugendfahrt Delfin Siegburg
10. Sept. Mittelrhein
17. Sept. 5. Bezirksfahrt Wupper

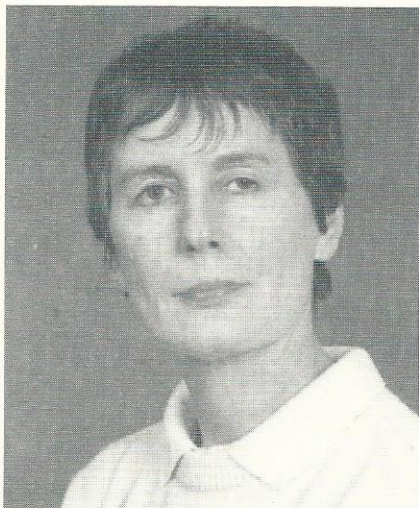
Judo

17. Juni Landesoffenes Turnier Bad Säckingen,
Männer U 15, Männer U 18,
Frauen U 16
17. Sept. Bezirksmeisterschaften Männer U 21

Redaktionsschluß für die nächste Sport-Palette: **24. Juli 1995**

Vereinsinfos • Vereinsinfos • Vereinsinfos

Neues Senioren-sportangebot bei den SSF Bonn



Mein Name ist Helga Hartung. Ich bin seit April bei den SSF im Bereich Senioren- und Gesundheitssport tätig. Ich bin Diplomsportlehrerin, 52 Jahre alt und führe seit einigen Jahren Gymnastikkurse für den Verein durch. Mein Ziel ist es, ein umfassendes Seniorensportangebot einzurichten, wobei vor allem die Vormittagszeiten verstärkt genutzt werden sollen. Die Kurse sind Seniorengymnastik, dynamische Wassergymnastik, Wirbelsäulengymnastik, gesundes Fitneßtraining, Walking und Aquajogging. Die Angebote richten sich an alle Senioren. Interessenten melden sich bitte bei mir in der Geschäftsstelle unter der Nummer 67 68 68.

Angebot

Fehlt Ihnen zur Zeit ein fahrbarer Untersatz? Informieren Sie sich über das Angebot der Schwimm- und Sportfreunde Bonn 05 e.V.

Wir bieten die Möglichkeit ab Juli 1995 in einen Leasing-Vertrag für einen Peugeot 205 einzusteigen oder zumindest bis Dezember 1995 ein geleastes Fahrzeug für monatlich max. 350,- DM zu übernehmen.

Interessenten wenden sich bitte an die Geschäftsstelle der SSF (Tel. 02 28/67 68 68).

Die SSF bemühen sich zur Zeit, ein Aerobic-Programm mit mehreren (2-3) Terminen pro Woche anzubieten. Zur Zeit werden angeboten:

Mo. 19-20.15 Uhr
Sportpark Nord

Mit. 18-19.15 Uhr
Robert-Wetzlar-Schule

Wer Interesse an diesem Angebot hat, bekommt weitere Informationen Dienstag und Donnerstag von 14-18.00 Uhr bei Frau Strelow auf der Geschäftsstelle (Tel. 67 68 68).

Aerobic



Aerobic-Vorführung unter Leitung von B. Strelow

SSF-Radtouren 1995

Auch 1995 möchte die Skiabteilung auf dem Fahrrad aktiv sein. Wie alle Jahre wieder ist es immer schwierig, einen passenden Termin zu finden. Da das Wetter beim Radeln trocken sein soll, ist es nicht möglich, Wochen/Monate zuvor Termine festzulegen.

Informationen werden kurzfristig mittwochs in der Skigymnastik (Turnhalle Kaufmännische Bildungsanstalt, Kölnstr. 235, 18.15 - 21.00 Uhr) bekanntgegeben und in der Schwimmhalle am „Schwarzen Brett“ (links in der Ecke, nahe Bahn 1) ausgehängt.

U. Michaelis



Vereinsinfos • Vereinsinfos • Vereinsinfos

Erwachsenenschwimmkurs für Anfänger

Ziel des Kurses: Wassergewöhnung, Erlernen des Brustschwimmens
Termin: Freitags, 19.00 Uhr bis 19.45 Uhr
Dauer des Kurses: 10 Stunden
Kursgebühren: 50,- DM für Mitglieder der SSF Bonn,
 100,- DM für Nichtmitglieder
Übungsleiter: Herr Manuel Gaßner
Beginn des Kurses: 25.08.1995

Interessenten melden sich bitte möglichst bald bei Maike Schramm
 (Tel. 0 22 27/83 00 50) oder bei der Geschäftsstelle der SSF Bonn
 (Tel. 02 28/67 68 68).

Erwachsenenschwimmkurs für Fortgeschrittene

Ziel des Kurses: Verbesserung der Wassersicherheit; Verbesserung
 der Technik im Brustschwimmen;
 Erlernen des Rückenschwimmens
Termin: Freitags, 19.45 Uhr bis 20.30 Uhr
Dauer des Kurses: 10 Stunden
Kursgebühren: 50,- DM für Mitglieder der SSF Bonn,
 100,- DM für Nichtmitglieder
Übungsleiter: Herr Manuel Gaßner
Beginn des Kurses: 25.08.1995

Interessenten melden sich bitte möglichst bald bei Maike Schramm
 (Tel. 0 22 27/83 00 50) oder bei der Geschäftsstelle der SSF Bonn
 (Tel. 02 28/67 68 68).

Erwachsenenkurs Aquajogging

Termin: Donnerstags, 19.30 Uhr bis 20.15 Uhr
Dauer des Kurses: 10 Stunden
Kursgebühren: 50,- DM für Mitglieder der SSF Bonn,
 100,- DM für Nichtmitglieder
Übungsleiter: Herr Manuel Gaßner
Beginn des Kurses: 24.08.1995

Der Verein stellt die erforderlichen Hilfsmittel (Auftriebsgürtel und Handschuhe zur Nutzung des Wasserwiderstandes).

Interessenten melden sich bitte möglichst bald bei Maike Schramm
 (Tel. 0 22 27/83 00 50) oder bei der Geschäftsstelle der SSF Bonn
 (Tel. 02 28/67 68 68).

TENNIS

In der zweiten Saison befinden sich die Tennisspieler bei den SSF Bonn. Nachdem die Plätze von fleißigen Helfern sowie der Fa. Dickmann für die Saison hergerichtet wurden, konnte am Sonntag, dem 06.05.1995, Saisonöffnung vorgenommen werden. Mittlerweile hat sich auch bei den SSF-Mitgliedern herumgesprochen, daß es bei den SSF ein gutes Tennisangebot gibt. Der Kreis der regelmäßigen Spieler bewegt sich zur Zeit um die 30 Personen. Es sind allerdings noch Spielzeiten frei, wobei vor allem am Vormittag noch viel Auswahl besteht. Auch das Kinder- und Jugendtraining wird von zur Zeit 10 Kindern und Jugendlichen wahrgenommen.

Es gibt folgendes Angebot:

- Jahresabonnement für SSF-Mitglieder mit fester Plazreservierung (Festzeit) und zusätzlicher Belegung je nach Zeit
- Kinder- und Jugendtraining
Di. + Do., 15.00–16.00 Uhr
- Trainerstunden/Tennisunterricht

Interessenten bekommen weitere Informationen über die Geschäftsstelle
 (Tel. 02 28/67 68 68).



Eröffnung der SSF-Tennisanlage 1994

Sind Sie sicher, daß Sie richtig versichert sind?

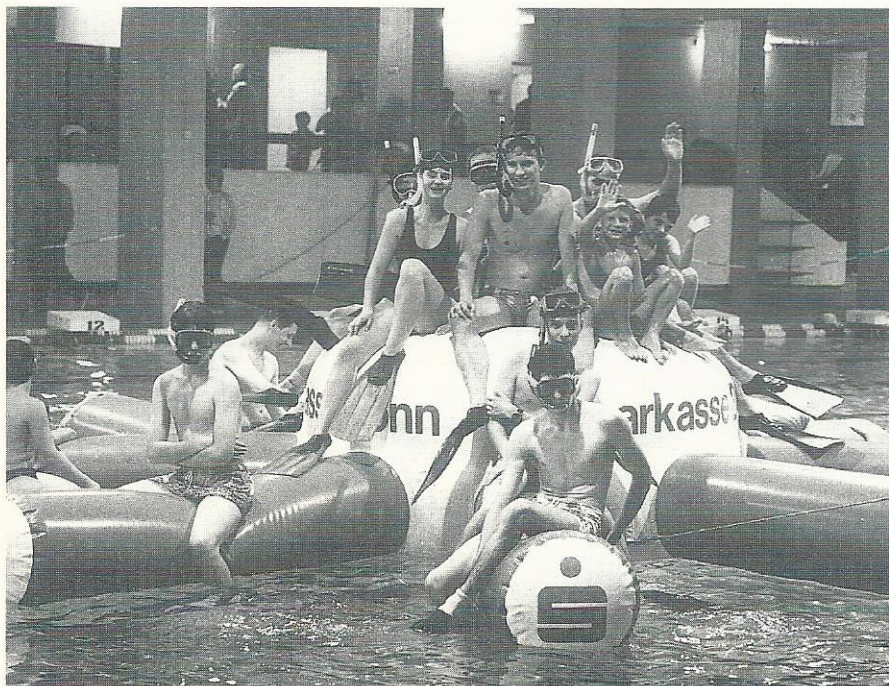
Ich informiere Sie gern einmal
gründlich darüber:

Hauptvertretung
Ronald Kirchner

Bonner Talweg 34
53113 Bonn
Telefon: 02 28 / 21 51 75

Vereinsinfos • Vereinsinfos • Vereinsinfos

Sommerfest der SSF Bonn am 24. Juni 1995



Sport, Spiel und Spaß für die ganze Familie beim Sommerfest.

Während der gesamten Zeit können Kinder im Lehrschwimmbecken mit bereitgestelltem Spielmaterial unter Aufsicht spielen.

Mitmachen kann und soll jeder. Bitte macht Reklame für diesen Familienspieltag für jedermann/frau.

Vorläufiges Programm:

15.00–15.30 Uhr:

Die Taucher demonstrieren den Umgang mit ihren Geräten

Möglichkeit zum Erwerb des Frühschwimmer-Zeugnisses „Seepferdchen“

Demonstration der Kanuabteilung

15.30–16.00 Uhr:

Wasserballspiel

Möglichkeit zum Erwerb des Leistungsabzeichens in Bronze

16.00–16.30 Uhr:

Wasserballspiel und Torwerfen für jedermann

16.30–17.00 Uhr:

3 x 20 m Familienstaffel

4 x 20 m Freundschafts-Spaß-Staffel
Jede Staffel erhält eine Urkunde.

Anmeldungen für die Staffeln bis 16.00 Uhr am Info-Stand im Bad.

17.00–18.00 Uhr:

„Spiel und Spaß für groß und klein“

Großes SSF-Stiftungsfest 1995

Zum 90jährigen Bestehen der Schwimm- und Sportfreunde Bonn 05 e.V. und zum 25jährigen Bestehen des TTC ORION in den SSF Bonn

wird am Samstag, dem 21. Okt. 1995, ab 19.00 Uhr,

ein großes Stiftungsfest im Brückenforum Beuel, Friedrich-Breuer-Str. 17, 53225 Bonn, veranstaltet.

Das Stiftungsfest wird als Tanzball veranstaltet. Die **Feedback Dancing Band** sorgt für die Musik an diesem Abend. Weitere Programmpunkte (Ehrungen, Auftritt der Formation des TTC ORION, Tombola) werden für einen kurzweiligen Abend sorgen. Für das leibliche Wohl wird mit einem Abendbuffet gesorgt werden.

Programm:

19.00 Uhr: Beginn mit einer Balleröffnung

20.00 Uhr: Ehrungen (max. 30 Minuten)

21.00 Uhr: Latein-Formation TTC ORION

22.00 Uhr: Auftritt N.N.

23.00 Uhr: Tanzvorführung Ehepaar Walenzik (Standard-Tänze); Martin Schurz/Lone Pihl (Latein-Tänze)

Kartenvorbestellungen im Vorverkauf (20,- DM SSF-Mitglieder, 30,- DM Nichtmitglieder) über die Geschäftsstelle der SSF Bonn 05. Karten an der Abendkasse (25,- DM SSF-Mitglieder, 40,- DM Nichtmitglieder).

Tilly Berger

* 18. April 1924 † 31. März 1995

Ehrenmitglied der Schwimm- und Sportfreunde Bonn

Mit großer Anteilnahme haben Verwandte, Freunde und Bekannte Abschied nehmen müssen von einem liebenswerten, hilfsbereiten Menschen, Sportsfreund und Kameraden.

Es fällt schwer, im besonderen bei den Senioren der SSF, zu denken, daß Tilly nicht mehr zur Verfügung steht. Die Senioren werden sie noch lange vermissen. Waren doch die Schwimm- und Sportfreunde ein Teil ihres Lebens.

Im Vereinsleben hat sie bei der Geschäftsführung, jahrelang, ehrenamtlich mitgearbeitet.

Später, bei den Senioren, war sie in vieler Hinsicht immer zur Stelle.

Ob Reisen, Wettkämpfe, Kunstschwimmen, Krankenbetreuung,



Tilly Berger (2. von rechts) beim Marktplatzfestival.

dienstags Stammtisch, immer mit Rat und Tat zur Verfügung, dabei bescheiden, ohne Aufsehen.

Tilly Berger hat sich um die SSF, besonders um die Senioren, verdient gemacht.

»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!





5. Internationaler Spezialistenwettkampf am 22./23. April in Köln

Die SSF Bonn gingen mit 18 Aktiven der Jahrgänge '83 und älter beim 5. Int. Spezialistenwettkampf in Köln an den Start.

Geschwommen und jahrgangsweise nach Punkten gewertet wurde ein Dreikampf über jeweils 50, 100 und 200 m in der gleichen Disziplin. Die SSF belegten dabei in der Dreikampfwertung 11 mal Platz 1, je 3 mal Platz 2 bzw. 3, und je 1 mal Platz 4 bzw. 7.

Angeichts der Tatsache, daß die meisten der Aktiven den Wettkampf aus einem sehr intensiven Training während der Osterferien heraus bestritten, wurden mit Masse gute Ergebnisse erzielt, die auch eine solide Ausgangsbasis für die Vorbereitung auf die kommenden Meisterschaften in den folgenden Monaten bilden.



II. Bundesliga Herren 1995, Klassenerhalt sicher geschafft

Name	Jhrg.	Disziplin	Strecke			Platz Einzel und Gesamt
			50 m	100 m	200 m	
Richter, V.	81	Schmetterling	0:30,23	1:06,26	2:33,63	1/1/1/1
Paliga, A.	80	Schmetterling	0:29,08	1:05,71	2:30,38	1/1/2/1
Zahradnik, F.	69	Schmetterling	0:26,29	0:57,53	2:14,..	1/1/1D/1
Berger, L.	83	Rücken	0:39,16	1:22,19	2:55,84	2/1/1/1
Nözel, K.	78	Rücken	0:35,41	1:13,42	2:38,28	1/1/1/1
Neußner, M.	78	Rücken	0:29,77	1:03,06	2:21,38	1/1/1/1
Kerstan, J.	75	Rücken	0:28,82	1:02,30	2:23,19	1/1/1/1
Meyer, J.	82	Brust	0:42,18	1:34,28	3:21,72	3/3/3/3
Dorausch, V.	83	Freistil	0:33,01	1:11,47	2:35,14	2/1/1/1
Meyer, Chr.	82	Freistil	0:32,35	1:09,92	2:34,64	2/3/3/2
Hulbert, M.	81	Freistil	0:30,14	1:07,82	2:22,27	1/3/3/3
Sprenger, M.	82	Freistil	0:30,14	1:04,89	2:22,27	2/3/3/2
Amin, S.	82	Freistil	0:30,35	1:06,66	2:22,17	3/3/2/3
Blasczyk, D.	81	Freistil	0:30,46	1:05,22	2:24,47	3/3/3/3
Dratwa, M.	82	Freistil	0:33,53	1:12,43	2:40,02	7/6/6/7
Hulbert, D.	80	Freistil	0:27,73	1:02,58	2:20,65	2/4/5/4
Harting, K.V.	80	Freistil	0:27,39	1:00,04	2:14,83	1/1/2/2
Mönikes, R.	79	Freistil	0:26,01	0:55,62	2:04,49	1/1/1/1
Zahradnik, F.	69	Freistil	0:25,41	0:54,47	2:01,40	1/1/1/1

SSF-Bonn beim 17. Warendorfer Pokalschwimmen

Mit den vier weiblichen und neun männlichen Aktiven, die voraussichtlich an den Deutschen Jahrgangsbzw. offenen Meisterschaften im Juni teilnehmen werden, starteten die SSF in Warendorf. Die Sportschule der Bundeswehr dort wird auch der Austragungsort der offenen Meisterschaften sein. Besonders bei den älteren Jahrgängen trafen die SSF-Schwimmer auf namhafte Konkurrenz u.a. aus Düsseldorf, Heidelberg und Dortmund sowie Aktive aus Sporteinheiten der Bundeswehr aus Berlin, Essen und Warendorf selbst.

Besonders Roland Mönikes, der in der zurückliegenden Woche seine Abiturklausuren zu schreiben hatte, startete wegen der dadurch bedingten mehr als einwöchigen Trainingspause, unter erschwerten Bedingungen. Diese Belastung wird auch bis zu den Deutschen wegen der dann stattfindenden mündlichen Prüfungen auf ihm liegen. Andere Bedingungen finden schulpflichtige Aktive in den Schwimmzentren der neuen Bundesländer, wo auch heute noch in für uns unvorstellbarer Weise die schulischen auf die sportlichen Belange Rücksicht nehmen. So war z.B. im Schwimm-Magazin des DSV zu lesen, daß deren Aktive sich gegenwärtig in Trainingslagern im Ausland befinden und sich so in Ruhe und ohne schulische Belastungen auf die kommenden Aufgaben vorbereiten können. Letzlich haben die SSF diesen Bedingungen mit dem Weggang von Juliane Wernecke und Marina Zarmas ihren Tribut entrichten müssen.

Als eine Standortbestimmung in der Vorbereitung auf die westdeutschen und deutschen Meisterschaften wurde der Wettkampf ebenso wie die eine Woche später stattfindenden Bezirksjahrgangsmeisterschaften und die

eine Woche dahinter liegenden offenen Bezirksmeisterschaften aus dem vollen Training geschwommen. So gesehen wurden beide Male recht beachtliche Ergebnisse erzielt.

Platz	Name	Jg.	Strecke	Zeit
1.	Männer		6x50 Freistil	2:34,70
	Mönikes, Charlotte	79	400 Freistil	4:58,21
	Harting, Kai-Volkder	80	100 Schmetterling	1:07,27
	Richter, Valentin	81	100 Schmetterling	1:08,27
	Paliga, Adalbert	79	100 Schmetterling	1:03,60
	Neußner, Michael	78	100 Rücken	1:05,24
	Richter, Valentin	81	100 Freistil	1:00,37
	Richter, Valentin	81	200 Schmetterling	2:50,44
	Harting, Kai-Volker	80	200 Schmetterling	2:32,06
2.	Hulbert, Dirk	80	400 Freistil	5:11,03
	Paliga, Adalbert	79	400 Freistil	4:37,82
	Richter, Valentin	81	200 Lagen	2:34,24
	Harting, Kai-Volker	80	200 Lagen	2:31,41
	Thönneßen, Heike	80	100 Brust	1:25,67
	Nötzel, Kathleen	78	200 Rücken	2:39,63
	Thönneßen, Heike	80	100 Schmetterling	1:25,38
	Zahradnik, Franz	69	100 Schmetterling	0:57,85
	Nötzel, Kathleen	78	100 Rücken	1:16,43
	Kerstan, Janosch	75	100 Rücken	1:01,89
	Mönikes, Charlotte	79	200 Freistil	2:19,77
	Richter, Valentin	81	200 Freistil	2:17,43
	Harting, Kai-Volker	80	100 Freistil	1:00,38
	Paliga, Adalbert	79	100 Freistil	0:58,55
	Neußner, Michael	78	100 Freistil	0:56,41
	Paliga, Adalbert	79	200 Schmetterling	2:31,29
	Nötzel, Kathleen	78	200 Brust	3:13,59
	Thönneßen, Heike	80	200 Brust	3:03,74
	Mixed		8x50 Lagen	4:12,74
3.	Pauly, Owe	81	100 Brust	1:20,04
	Neußner, Michael	78	200 Rücken	2:24,75
	Kerstan, Janosch	75	200 Rücken	2:22,71
	Hulbert, Melanie	81	100 Freistil	1:07,61
	Mönikes, Charlotte	79	100 Freistil	1:05,72
	Pauly, Owe	81	100 Freistil	1:01,29



Trainer Bernd Lochmann mit erfolgreichen Nachwuchstalenten.

Austragungsort war das Schwimmbad der Bundeswehrrsportschule in Warendorf, in dem vom 22.-25.06.95 die Deutschen Meisterschaften ausgetragen werden. Die Zeiten entsprachen den, aus dem momentan sehr intensiven Training zu erwartenden Leistungen. Es gab immerhin noch 10 persönliche Bestzeiten.

Gerade im Bereich der älteren Schwimmer war das Niveau, durch die Teilnahme der in Warendorf stationierten Sportsoldaten und der Mannschaft des Bundesligaaufsteigers DSC Jan Wellem Düsseldorf, sehr gut.

Bezirksmeisterschaften und Bezirkslangstreckeneinstieg am 20./21.5.95 in Köln Leistungszentrum

Neben den offenen Bezirksmeisterschaften fand am Wochenende im Leistungszentrum Köln/Müngersdorf der Langstreckeneinstieg der Jahrgänge 1985-1987 statt. Da ansonsten mehr die Schwimmstrecken von 50-100 Meter im Vordergrund dieser jüngeren Jahrgänge stehen, dient dieser Wettkampf dazu, die jungen Schwimmer auf die längeren Distanzen im Schwimmsport vorzubereiten.

Die Schwimm- und Sportfreunde Bonn 05 konnten sich hier mit dem besten Ergebnis der letzten Jahre im Bemühen einer guten Nachwuchsarbeit im Bezirk zurückmelden.

Mit insgesamt einer 1. Platzierung, zwei 2. Platzierungen und drei 3. Platzierungen waren die Nachwuchskräfte der Schwimm- und Sportfreunde Bonn die erfolgreichste Mannschaft, was den Gewinn der Medaillen anbelangt.

Man kann behaupten, daß sich die konstante Arbeit und der Einsatz der jungen Schwimmer immer mehr auszeichnet und man kann mit diesem Ergebnis ruhig und zuversichtlich in die nähere Zukunft schauen und erkennen, daß bald wieder gute Schwimmer und Schwimmerinnen aus den Reihen der SSF kommen werden.

Stefan Koch

200 m Freistil Frauen

Jg. '87	
2. Paria Mahrokh	3:46,44
4. Lorraine Mülder	3:56,12
5. Dominique Wöhler	3:59,07

200 m Freistil Männer

Jg. '87	
2. Florian Bauer	3:54,32

300 m Freistil Frauen

Jg. '86	
1. Katharina Mendel	4:55,98
3. Natascha Bode	5:07,45
4. Berit Bühner	5:10,47
6. Jennifer Wegrzyk	5:20,32
15. Riet Kasperts	6:18,25
21. Miriam Koppen	6:43:52

300 m Freistil Männer

Jg. '86	
3. Malik Sehovic	5:08,97

400 m Freistil Frauen

Jg. '85	
3. Lena Heller	6:04,11
5. Christiane Vendl	6:10,44
8. Anja Herbers	6:40,74
14. Sina Gatzen	7:26,19

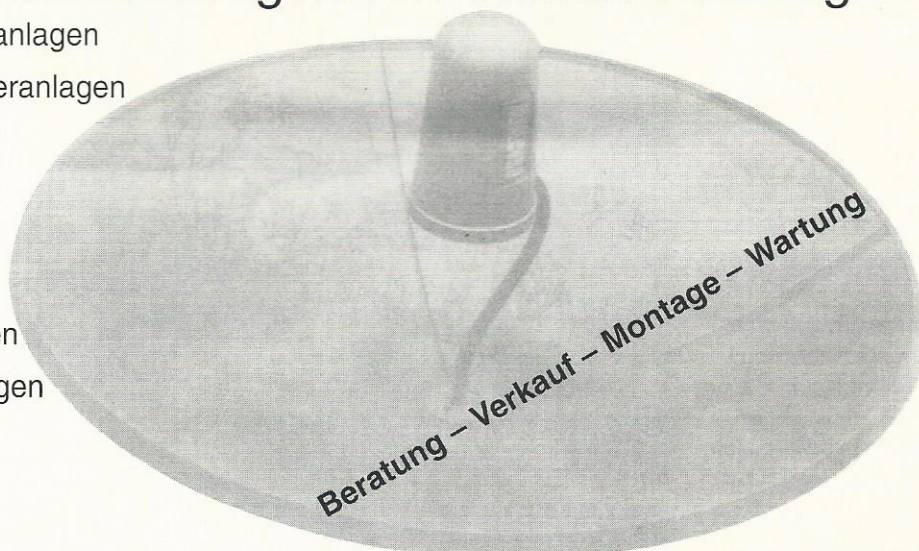
400 m Freistil Männer

Jg. '85	
9. Christoph Bachner	7:07,14

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

Schwimmabteilung zur Ferienfreizeit im Schwarzwald



In der Zeit vom 2. bis 10. April 1995 waren 20 Schwimmerinnen und Schwimmer der Schwimm- und Sportfreunde Bonn (SSF Bonn) aus der Altersgruppe 7 bis 11 Jahre mit Frau Hanke und den Eheleuten Vendel und Schramm zu einer Ferienfreizeit in Schönwald im südlichen Schwarzwald unterwegs. Dort hatten wir für die Zeit unseres Aufenthaltes ein Schwarzwaldhaus gemietet.

An- und Abreise und die Fahrten vor Ort wurden mit Kleinbussen durchgeführt, wobei die Reise für die Beteiligten nur deshalb so kostengünstig durchgeführt werden konnte, weil uns die Bonner VW-Niederlassung Steinbach und Schäfer einen ihrer VW-Busse kostenlos zur Verfügung stellte. Daß das Auto dann funkelneu war, trug zur guten Reisestimmung noch mehr bei.

Bei strahlendem Sonnenschein und ca. 40 cm Schnee auf den schattigen Teilen der Wiesen und Wege kamen wir am Sonntag an und der Wettergott hatte es auch die gesamte Zeit, abgesehen vom Rückreisetag, sehr gut mit uns vor, so daß wir mittags bei 20 °C im kurzen Hemd herumlaufen konnten. Unter diesen idealen Bedingungen fanden unsere Schwimmer ein hervorragendes Betätigungsfeld zum Schneeballwerfen, Rutschen und Spielen aller Arten.

Damit die Gruppe auch für jeden Externen als zusammengehörend zu

erkennen war, hatte der Marketing-Partner der SSF, die Bezirksdirektion Bonn der Deutscher Herold Versicherungsgesellschaften, für alle Teilnehmer ein einheitlich bedrucktes Trikot gesponsert. Egal, ob auf dem Feldberg, am Titisee, bei Wanderungen im Wald oder Ort, bei den Triberger Wasserfällen oder Besichtigungen von Freilichtmuseum, Glasbläserhütte, Bäckerei, Sägewerk, Uhrenmuseum, Feuerwehr usw., überall erkannte man uns sofort als Schwimmer der SSF Bonn an unserem einheitlichen T-Shirt. Ansonsten waren wir nicht unschwer auszumachen, wenn wir mit dem SSF-Bus und dem Bonner VW von Steinbach & Schäfer sowie zwei Pkws in einer Kolonne unterwegs waren.

Morgens gab es zum Frühstück frische Brötchen mit Wurst, Käse oder Marmelade; wenn wir zur Mittagszeit unterwegs waren, versorgte sich jeder mit einem Lunchpaket und sobald wir wieder im „Küferhäusle“ waren, sorgte Frau Vendel für das leibliche Wohl aller. Hierfür hatte sie schon lange vor der Abreise sorgfältig einen Speiseplan zusammengestellt, die Lebensmittel eingekauft, vorgekocht, soweit es möglich war und die Lebensmittel dann haltbar machen lassen. Daß die Schüsseln und Töpfe fast immer leer gegessen wurden, mag für sich sprechen.

Einige Kinder hatten in ihrem Leben schon manches über Deutschlands Grenzen hinaus gesehen und Erfahrungen mit tollen Hotelzimmern gemacht; aber in einem alten Schwarzwaldhaus mit den kleinen Zimmern und niedrigen Deckenbalken, den doppelt verglasten kleinen Fenstern und knarrenden Holzböden war noch niemand gewesen! Auch konnte sich wohl keines der Kinder bis zur Nachtwanderung vorstellen, warum der Schwarzwald seinen Namen trägt.

So bleibt für alle Reisenden eine schöne und erlebnisreiche Zeit während der Osterferien 1995 in Erinnerung.

*Rudolf Schramm
– Schwimmabteilung –*



Erster Start ins Wasser 1995

Am Sonntag, 14. Mai 1994, waren alle Kinder aus 125 Kindergärten Bonns und Umgebung in den Sportpark Nord eingeladen, um beim „Ersten Start ins Wasser“ dabei zu sein.

Die Kinder sollten eine Strecke von 25 m schwimmen.

Damit niemand zu Schaden kam, aber auch zur Beruhigung der Teilnehmer und Eltern, schwamm bei jedem Kind ein Erwachsener mit. Immerhin war der jüngste Teilnehmer gerade drei Jahre alt.

Nicht nur die Kinder hatten ihren Spaß; auch Eltern, Großeltern, Onkel und Tanten waren am Muttertag in den Sportpark gekommen, um die Kinder beim Schwimmen anzufeuern, wobei es keine Rolle spielte, ob jemand schnell oder langsam war.

Als Erinnerung an diesen Nachmittag erhielt jeder Teilnehmer eine Urkunde und einen Wasserball, die von unserem Marketingpartner, der Bezirksdirektion Bonn des Deutschen Herold, zur Verfügung gestellt wurden.



Nachdem der letzte Teilnehmer seine Bahn zurückgelegt hatte, konnten alle Kinder und deren Begleiter im kleinen Becken mit den vorhandenen Spielsachen und Sportgeräten toben.

Weil sämtliche Beteiligten, Kinder und Eltern, viel Spaß hatten, soll eine Veranstaltung dieser Art spätestens im kommenden Jahr wiederholt werden.

R. Schramm
Kassenwart –

Bezirksjahrgangsmeisterschaften in Köln

Platz	Name	Jg.	Strecke	Zeit	
1.	Pauly, Owe	81	200 Brust	2:54,19	Bestzeit
	Pauly, Owe	81	100 Brust	1:18,98	Bestzeit
	Dorausch, Verena	83	200 Freistil	2:33,82	Bestzeit
	Harting, Kai-Volker	80	100 Schmetterling	1:05,44	Bestzeit
	Richter, Valentin	81	100 Schmetterling	1:07,43	
2.	Paliga, Adalbert	79	200 Schmetterling	2:24,81	Bestzeit
	Richter, Valentin	81	100 Freistil	0:59,95	
	Harting, Kai-Volker	80	100 Freistil	0:59,27	Bestzeit
	Harting, Kai-Volker	80	200 Lagen	2:28,92	Bestzeit
	Neußer, Michael	78	100 Freistil	0:55,75	Bestzeit
	Neußer, Michael	78	200 Rücken	2:22,04	
	Neußer, Michael	78	100 Rücken	1:04,20	
	Sprenger, Michael	82	200 Freistil	2:22,85	
	Berger, Lydia	83	200 Rücken	2:55,81	Bestzeit
	Dorausch, Verena	83	100 Rücken	1:21,24	Bestzeit
	Dorausch, Verena	83	400 Freistil	5:38,16	
3.	Thönneßen, Heike	80	200 Brust	3:05,94	
	Sprenger, Daniela	84	200 Lagen	3:10,38	Bestzeit
	Sprenger, Daniela	84	100 Brust	1:38,80	Bestzeit
	Sprenger, Daniela	84	200 Rücken	2:58,24	Bestzeit
	Sprenger, Daniela	84	100 Rücken	1:24,17	Bestzeit
	Sprenger, Daniela	84	400 Freistil	5:50,43	Bestzeit
	Richter, Valentin	81	200 Lagen	2:33,26	
	Harting, Kai-Volker	80	200 Freistil	2:16,67	
	Amin, Soheil	82	200 Lagen	2:43,62	Bestzeit
	Paliga, Adalbert	79	100 Schmetterling	1:04,58	
	Neußer, Michael	78	400 Freistil	4:31,82	
4.	Sprenger, Daniela	84	100 Freistil	1:15,33	Bestzeit
	Bühner, Nils	84	100 Freistil	1:16,52	Bestzeit
	Bühner, Nils	84	100 Brust	1:44,32	
	Sprenger, Michael	82	100 Freistil	1:05,15	
	Sprenger, Michael	82	400 Freistil	5:04,71	Bestzeit
	Neußer, Michael	78	200 Freistil	2:08,36	
	Thönneßen, Heike	80	100 Brust	1:26,07	
	Amin, Soheil	82	200 Rücken	2:41,84	Bestzeit
	Amin, Soheil	82	100 Rücken	1:15,09	Bestzeit
	Berger, Lydia	83	100 Rücken	1:23,08	

Dazu noch 13 x den 5ten und 8 x den 6. Platz, 80 Starts mit 51 persönlichen Bestzeiten.

Stadtnachwuchs-Schwimmfest der Stadt Bonn am 6. Mai 1995

Am 6. Mai 1995 wurde zum ersten Mal das Stadtnachwuchs-Schwimmfest für die Jahrgänge 1986 und jünger der Stadt Bonn ausgetragen. Dieser Wettkampf, der eigentlich Bestandteil der Stadtmeisterschaften ist, wurde von den eigentlichen Meisterschaften, die am ersten Wochenende im November stattfinden werden, losgelöst, da die Stadtmeisterschaften ansonsten zu einer Mammutveranstaltung geworden wären.

Die Bemühungen, die in den letzten beiden Jahren von den Schwimm- und Sportfreunden Bonn unternommen worden sind, aus den eigenen Reihen für Verstärkung zu sorgen, trägt die ersten Früchte. So war dieses Nachwuchsschwimmfest mehr eine erweiterte Vereinsmeisterschaft der SSF Bonn, da von den abgegebenen 200 Meldungen allein 108 auf die Schwimm- und Sportfreunde entfielen. Mit den Zeiten der Aktiven konnte man

nach Ende der Osterferien und einem seither zweiwöchigen Training schon sehr zufrieden sein. Die Ergebnisse und Plazierungen waren hervorragend.

Die einzelnen Leistungen werden im folgenden Anhang aufgeführt. Hervorzuheben ist aber vor allem, daß allein von 31 möglichen ersten, 26 zweiten sowie 24 dritten Plätzen die Schwimm- und Sportfreunde Bonn 22 erste, 19 zweite und 15 dritte Plätze erreichten.

Einzelergebnisse:

25 m Rücken Männer

Jg. '89

1. Holger Schützendorf 32,32

Jg. '88

2. Maruice Mülder 28,06

4. Tobias Lochmann 31,18

25 m Rücken Frauen

Jg. '89

1. Valerie Mülder 28,38

2. Sara Mahrokh 28,72

3. Sepide Marhork 30,64

5. Jessica Bode 36,63

Jg. '88

1. Raffaella Mendel 26,20

2. Sara Braun 26,77

4. Yvonne Koppen 29,05

50 m Rücken Männer

Jg. '87

2. Florian Bauer 52,35

3. Jörg Duschaneck 53,21

4. Mathias Tan 54,80

5. Christian Zabel 55,77

7. Dennis Pierry 56,85

8. Tobias Bachner 57,80

Jg. '86

1. Malik Sehovic 42,14

2. Phillip Ihmor 49,43

3. Omid Alyasin 49,59

4. Sascha Pierry 53,16

6. Sheri Mardari 1:03,68

50 m Rücken Frauen

Jg. '87

1. Dominique Wöhler 49,45

2. Lorraine Mülder 49,99

3. Paria Mahrokh 50,27

4. Karen Simon 51,94

6. Mehregan Alyasin 57,24

13. Vanessa Bayer 1:07,02

Jg. '86

1. Katharina Mendel 42,99

2. Natascha Bode 46,63

3. Berit Bühner 46,66

4. Jennifer Wegrzyk 47,89

5. Miriam Koppen 48,52

6. Nicola Wittur 49,34

7. Riet Kasperts 52,31

10. Anika Klafki 57,16

11. Nina Heins 58,89

25 m Brust Männer

Jg. '89

1. Holger Schützendorf 38,17

Jg. '88

1. Maurice Mülder 27,33

3. Tobias Lochmann 34,82

25 m Brust Frauen

Jg. '89

1. Valerie Mülder 27,00

2. Sepide Mahrokh 30,81

4. Sara Mahrokh 32,05

5. Jessica Bode 33,47

Jg. '88

1. Sarah Braun 27,85

2. Yvonne Koppen 30,98

4. Raffaella Mendel 31,52

50 m Brust Männer

Jg. '87

1. Mathias Tan 55,65

2. Florian Bauer 55,95

4. Jörg Duschaneck 58,80

5. Dennis Pierry 58,84

6. Christian Zabel 59,55

Jg. '86

1. Malik Sehovic 48,29

2. Omid Alyasin 57,18

3. Sascha Pierry 57,99

Sheri Mardari 56,75

50 m Brust Frauen

Jg. '87

1. Karen Simon 50,90

2. Paria Mahrokh 53,09

4. Lorraine Mülder 57,30

6. Dominique Wöhler 57,78

7. Mehregan Alyasin 1:00,48

14. Vanessa Bayer 1:17,27

Jg. '86

1. Natascha Bode 49,27

2. Katharina Mendel 49,66

3. Miriam Koppen 50,21

5. Nicola Wittur 54,25

6. Jennifer Wegrzyk 54,77

7. Berit Bühner	55,68
8. Riet Kasperts	59,01
9. Nina Heins	59,45
13. Anika Klafki	1:07,04

25 m Freistil Männer

Jg. '89

1. Holger Schützendorf	32,34
------------------------	-------

Jg. '88

2. Maurice Mülder	25,50
3. Tobias Lochmann	27,01

25 m Freistil Frauen

Jg. '89

1. Sara Mahrokh	26,72
2. Valerie Mülder	28,95
3. Sepideh Mahrokh	29,98

Jg. '88

1. Yvonne Koppen	25,83
3. Raffaella Mendel	26,02
4. Sarah Braun	29,74

50 m Freistil Männer

Jg. '87

2. Florian Bauer	45,68
4. Jörg Duschaneck	50,68
5. Mathias Tan	53,71
6. Dennis Pierry	53,91
7. Christian Zabel	56,41

Jg. '86

1. Malik Sehovic	38,12
3. Sascha Pierry	52,59
4. Omid Alyasin	54,51
6. Phillip Ihmor	57,70

50 m Freistil Frauen

Jg. '87

1. Dominique Wöhler	46,98
2. Paria Mahrokh	47,59
3. Lorraine Mülder	48,23
4. Karen Simon	50,99
8. Mehregan Alyasin	1:00,96
11. Vanessa Bayer	1:13,32

Jg. '86

1. Katharina Mendel	38,64
2. Berit Bühner	43,10
3. Natascha Bode	43,27
4. Miriam Koppen	44,63
5. Jennifer Wegrzyk	45,97
6. Riet Kaspert	49,72
7. Nicola Wittur	51,34
10. Nina Heins	56,13
11. Anika Klafki	56,19

25 m Schmetterling Männer

Jg. '86

1. Malik Sehovic	20,05
------------------	-------

25 m Schmetterling Frauen

Jg. '86

1. Katharina Mendel	21,55
2. Natascha Bode	24,46
3. Berit Bühner	24,73
4. Jennifer Wegrzyk	26,14

Restaurant „Zum Bootshaus“

Essen – Trinken – Feiern gut und preiswert

Für jeden Anlaß bieten wir Ihnen den richtigen Rahmen sowie eine reichhaltige Auswahl von Menüs und Büffets.

Bitte reservieren Sie rechtzeitig für z.B. folgende Anlässe einen Tisch oder einen separaten Raum.

- * Geburtstagsfeier * Hochzeit * Taufe
- * Kinderkommunion * Konfirmation
- * Silberne oder goldene Hochzeit * Betriebsfeier * Weihnachtsfeier * Mittag- oder Abendessen mit Familie oder Freunden zu Weihnachten, Neujahr oder einfach mal zwischendurch. * Kegel-Abend

Gerne stehen wir Ihnen für eine detaillierte Absprache zur Verfügung.

Unsere Mannschaft von Küche und Service freut sich auf Ihren Besuch.



Unser SSF-„Restaurant Bootshaus“

Ljubica Slavicek

Ljubica Slavicek

Siegried Schöller

Siegried Schöller

Rheinaustraße 269, 53225 Bonn-Beuel, Tel. 02 28 / 46 72 98

Bezirks- und Bezirksjahrgangsmeisterschaften in Köln

Platz	Name	Jg.	Strecke	Zeit
1.	Zahradnik, Franz	69	100 Schmetterling	0:57,66 Offene Wertung
	Zahradnik, Franz	69	200 Schmetterling	2:14,37 Offene Wertung
2.	Zahradnik, Franz	69	100 Freistil	0:54,64 Offene Wertung
	Kerstan, Janosch	75	100 Rücken	1:02,95 Offene Wertung
3.	Mönikes, Roland	76	400 Freistil	4:25,20 Offene Wertung
	Mönikes, Roland	76	100 Freistil	0:55,07 Offene Wertung
1.	Nötzel, Kathleen	78	100 Rücken	1:14,22 Jahrgangswertung
	Mönikes, Roland	76	400 Freistil	4:25,20 Jahrgangswertung
2.	Mönikes, Charlotte	79	200 Freistil	2:19,49 Jahrgangswertung
	Mönikes, Charlotte	79	400 Freistil	4:56,87 Jahrgangswertung
	Mönikes, Roland	76	200 Freistil	2:03,36 Jahrgangswertung
	Mönikes, Roland	76	100 Freistil	0:55,07 Jahrgangswertung
3.	Mönikes, Charlotte	79	100 Freistil	1:04,79 Jahrgangswertung

Austragungsort war das Leistungszentrum Köln-Müngersdorf, bei den Männern wurde in der Juniorenklasse (Jg. 77/76) und in der offenen Klasse, bei den Frauen in den Jahrgangsklassen 76/77 und 78/79 sowie in der offenen Klasse gewertet.

Die SSF gingen nur mit einer kleinen Mannschaft an den Start, da den Nachwuchsaktiven vor den Westdeutschen Jahrgangsmeisterschaften am kommenden Wochenende (27./28.) in Dortmund eine Ruhepause gewährt werden sollte. Da dieser Wettkampf zudem aus dem vollen Training geschwommen wurde, fiel die Ausbeute recht klein aus. Die Zeiten entsprechen dem momentanen Trainingsstand.

Letzte Meldung:

Elena Reiche, Moderne Fünfkämpferin der SSF Bonn 05, wurde Ende Mai in Warendorf Deutsche Jugendmeisterin. Ihr und Ihrem Trainer Kersten Palmer einen herzlichen Glückwunsch!





Fünfkämpfer qualifizieren sich für die Europameisterschaft

Andreas Perret und Oliver Strangfeld von den SSF Bonn 05 werden zusammen mit dem Berliner Markus Bohnet die Deutschen Farben auf den Europameisterschaften in Italien vertreten. Bei drei nationalen Qualifikationen haben sich diese Athleten ziemlich deutlich durchgesetzt. Die Europameisterschaft (EM) zählt im Staffeltwettkampf als direkte Qualifikation für die Weltmeisterschaften (WM) Ende Juli in Basel. Die besten sieben Teams der EM qualifizieren sich für die WM. Beide Bonner hoffen zudem darauf, auch im Einzelwettkampf eingesetzt zu werden.



Oliver Strangfeld (r.)
und Andreas Perret (l.).

Roman Rocke im C/D-Kader

Durch gute Resultate bei den nationalen Qualifikationen bekam Roman Rocke nachträglich einen Nationalakaderplatz (C/D-Kaderplatz) zugewiesen. Roman wird ab dem 1.7.95 sei-

nen Dienst als Sportsoldat bei der Bundeswehr antreten und nach einer dreimonatigen Grundausbildung seinen Wehrdienst in der Sportschule der Bundeswehr in Warendorf absolvieren. Vorher wird Roman versuchen, bei den Deutschen Juniorenmeisterschaften vom 2. bis 4. Juni in Darmstadt sich in der nationalen Spitze bei den Junioren zu etablieren.



Roman Rocke

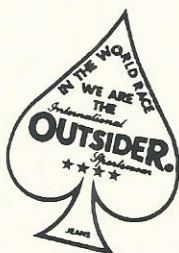
Foto: Inge Scharf

IHR JEANS-SPEZIALIST aktuelle Mode W. Hau

Inh. Peter Hau



RIFLE



— in vielen Wascharten —

2 x Bonn, Sternstraße 51, Wenzelgasse 7

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

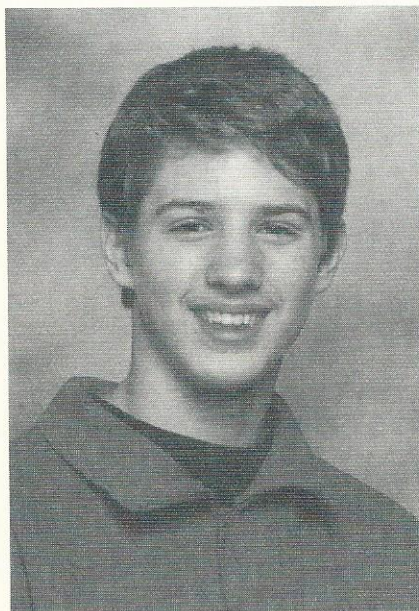
GRAFF-MÖBEL

* AUF DAUER MEHR

Deutsche Jugendmeisterschaften 13./14. Mai in Bonn

Die Abteilung für Modernen Fünfkampf richtete am 13./14. Mai die Deutschen Meisterschaften der Jugend C (Altersklasse bis 14 Jahre) aus. Die Veranstaltung hatte mit 50 Jungen und 30 Mädchen eine Rekordbeteiligung, so daß es eine organisatorische Meisterleistung war, die Meisterschaft in eineinhalb Tagen durchzuziehen. Dies war nur möglich, da der OFC Bonn wie immer im Fechten aushalf, ein besonderer Dank hier an Fred Dolf. Die SSF-Masters aus der Schwimmabteilung sorgten beim Schwimmen für einen reibungslosen Ablauf, beim Schießen wurde kurzfristig ein Stand von den KKS Bornheim zur Verfügung gestellt und beim Reiten gab es die bewährte Hilfe auf der Reitanlage Petershagen.

Aus sportlicher Sicht gab es aus SSF-Sicht ein sehr erfreuliches Ergebnis. Bereits die Tatsache, daß sich acht (!!) Jugendliche der Fünfkampfabteilung für die Deutsche Meisterschaft qualifiziert hatten, ein Beweis für die hervorragende Nachwuchsarbeit. Die Jugendlichen, die vom SSF-Trainer-Duo Joachim Krupp und Kersten Palmer betreut wurden, zeigten vor allem im Schwimmen und Laufen sehr gute Leistungen mit einigen persönlichen Bestzeiten. Einen überragenden Wettkampf machte Gergely Bodor. Gergely, der vor ca. einem Jahr zu den



**Deutscher Jugend-Vizemeister
Gergely Bodor (SSF Bonn)**

Modernen Fünfkämpfern der SSF Bonn stieß, ist Schüler des Teilzeitinternats und kann so Training und Schule optimal verbinden. Neben guten Leistungen im Schwimmen und Laufen konnte Gergely auch in den technischen Disziplinen voll überzeugen und gewann sogar das Schießen als Einzeldisziplin. Letztendlich belegte er nur knapp geschlagen den zwei-

ten Platz und wurde Deutscher Jugendvizemeister.

Bleibt aus SSF-Sicht nur zu hoffen, daß diese junge Garde von Nachwuchssportlern beim Fünfkampf bleiben und sich kontinuierlich weiterentwickeln wird. Vielleicht wird der eine oder andere dann in die Fußstapfen eines Andreas Perret oder Oliver Strangfeld treten können.

Die Ergebnisse der SSF-Sportler bei den Deutschen Jugendmeisterschaften:

2. Platz	Gergely Bodor Jg. 81
11. Platz	Dennis Huschens Jg. 82
20. Platz	Konstantin Luft Jg. 81
24. Platz	Daniel Stier Jg. 82
27. Platz	Stefan Linden Jg. 81
36. Platz	Olivier Marggraf Jg. 81
40. Platz	Peter Kauczor Jg. 81
42. Platz	Dennis Blasczyk Jg. 81

Besonderes Pech hatte Dennis Blasczyk. Er machte einen sehr guten Wettkampf, gewann das Schwimmen überlegen und zeigte auch im Schießen, seiner bisherigen Schwäche, daß es aufwärts geht. Allerdings wurde Dennis beim Laufen disqualifiziert, weil er einen Markierungsposten übersehen hatte. Ansonsten wäre er unter den besten 20 der Meisterschaft gelandet.

Maren Thiel nimmt Kurs auf die Junioren- Westmeisterschaft

Maren Thiel, zweifache Juniorenvizeweltmeisterin 1994, hat die erste Hürde auf dem Weg zur Juniorenweltmeisterschaft 1995 genommen. Trotz dreimonatiger Trainingspause aufgrund eines Kahnbeinbruchs und einer Virusinfektion war Maren bei der ersten Qualifikation zur Weltmeisterschaft zweitbeste Juniorin. Damit hat sie eine gute Ausgangsposition, um

sich auch in diesem Jahr für die Juniorenweltmeisterschaft zu qualifizieren.

Minsk-Club eröffnet

Am 18. Mai wurde im Rathaus der Stadt Bonn der Minsk-Club feierlich aus der Taufe gehoben. Der Minsk-Club widmet sich der partnerschaftlichen Verständigung und dem Austausch zwischen den Städten Bonn und Minsk. Vorsitzende des Minsk-Club ist Helga Fischer, die anderen Vorstandsposten werden von Mitar-

beitern der Stadt, der Uni Bonn und der IHK u.a. bekleidet. Die SSF Bonn 05 sind im Vorstand des Minsk-Club im Ressort „Jugend“ über den stellvertretenden Abteilungsleiter der Fünfkampfabteilung, Herrn Josef Knopp, vertreten. 15 Fünfkämpfer der SSF Bonn 05 werden in diesem Sommer eine Reise nach Minsk unternehmen. Es soll in den Folgejahren zu einem Austausch mit einem Sportclub in Minsk kommen. Wer sich für den Minsk-Club und seine Ziele interessiert, bekommt weitere Informationen über die SSF-Geschäftsstelle (Tel. 67 68 68).

Die Bonner Talent Schule

Für die im Sportpark Nord ansässigen Sportvereine Olympischer Fechtclub Bonn, Schwimm- und Sportfreunde Bonn 05 und Bonner Sportclub 01/04 wurde unter dem Namen „Bonner Talent Schule“ ein Teilzeitin-ternat eröffnet.

Jugendliche Sportler und Sportlerinnen aus den Sportarten Fechten, Fußball, Moderner Fünfkampf und Schwimmen werden seit dem 11. April 1994 von dem Gymnasiallehrer und früheren Weltklassefechter Jürgen Nolte betreut. Heimat der Bonner Talent Schule ist das Bundes- und Landesleistungszentrum des Deutschen Fechter-Bundes hinter dem Sportpark Nord.

Sinn und Zweck dieses Projektes ist es, den jungen Sportlern – begleitend zu ihrem sportartspezifischen Training – eine Unterstützung im außerschulischen Bereich zukommen zu lassen, ohne sie aus ihrem sozialen Umfeld herauszulösen. Die Kinder und Jugendlichen verbleiben in ihrem Elternhaus, besuchen wie gewohnt ihre Schule, werden im Bundesleistungszentrum verpflegt und betreut, wobei das Training unverändert in den jeweiligen Vereinen stattfindet.

Die „Bonner Talent Schule“ bietet unter Leitung folgende Leistungen an:

- Mittagessen im BLZ Bonn von Montag bis Freitag
- Hausaufgabenbetreuung im BLZ Bonn von Montag bis Freitag durch qualifizierte Lehrkräfte in den sprachlichen und naturwissenschaftlichen Fachbereichen
- Förderunterricht je nach Bedarf

- Kontaktpflege zum Elternhaus, den Schulen und Klassenlehrern sowie den Vereinen

Der Elternanteil beträgt monatlich DM 235,-.

Interessierte Eltern erhalten auf Anfrage weitere Informationen von:

Jürgen Nolte, Bundes- und Landesleistungszentrum Fechten, Am Neuen Lindenhof 2, 53117 Bonn, Telefon: 02 28/68 03 70 oder 67 96 13.



WIE SPORTLICH DARF IHR BMW 3ER COMPACT EIGENTLICH SEIN? NEU: M SPORT PAKET.



Sonderausstattung: M Außenspiegel.

Wenn Sie es besonders sportlich mögen, dann freuen Sie sich auf das M Sport Paket. Da ist inklusive, was zu Ihrem 3er compact paßt:

M Frontspoiler und M Heckschürze in Wagenfarbe lackiert, Leichtmetallräder im Rundspeichen-Styling, 225er Breitreifen, besondere Stoff-Leder-Kombination, M Sportfahrwerk, BMW Sportsitze, M Sport Lederlenkrad mit Airbag und vieles mehr.

Darf Ihr BMW 3er compact so sportlich sein?

Dann informieren Sie sich bei uns über das M Sport Paket.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

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 13.00 Uhr,

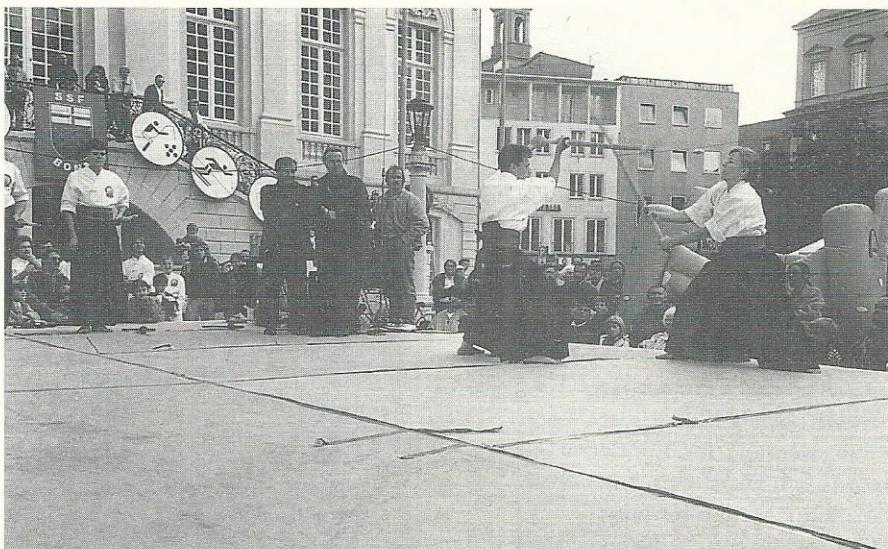


Kendo – die japanische Fechtkunst

In der sportlichen Form des heutigen Kendo, dessen Techniken auf die Zeit der Samurai zurückreichen, wird das blanke Schwert durch einen aus vier Bambusstreben gefertigten Fechtstock ersetzt. Eine Schutzrüstung ermöglicht es, im Training und Wettkampf mit vollem Einsatz, aber ohne Verletzungsrisiko zu kämpfen. Kendo ist für Frauen wie Männer gleichermaßen geeignet und erfordert, wie alle Kampfsportarten, neben einem harten Training viel Ausdauer und Disziplin. Jedoch liegt das Ziel nicht nur im Training des Körpers, sondern auch in der Schulung des Charakters und der Entwicklung der eigenen Persönlichkeit. Diese Sportart ist grundsätzlich in jedem Alter erlernbar und kann bis ins hohe Alter betrieben werden. Unter rein sportlichen Aspekten ist ein Einstiegsalter von 14 Jahren optimal.

Wenn Ihr Lust bekommen habt, Euch mit dieser interessanten Sportart vertraut zu machen, schaut einfach einmal beim Training vorbei.

J. Lammerich



Kendo bei den SSF

Trainingsort und -zeiten:

Dienstag, 20.00 Uhr bis 21.30 Uhr, kleine Fechthalle Sportpark (im Hauptgebäude Nähe Eingang Sauna)

Übungsleiter: Roland Niewerth, 4. DAN Kendo



Jahresbericht der STA Glaukos 1994

Im vergangenen Jahr stieg die Mitgliederzahl der STA Glaukos von 174 auf 190; darin enthalten sind 8 ruhende Mitgliedschaften. Leider kündigten zum Jahresende 29 Personen ihre Abteilungszugehörigkeit, so daß die Sporttauchabteilung am 31.12.94 nur noch 163 Mitglieder zählte. Die mittlerweile 10 ruhenden Mitgliedschaften sind darin eingeschlossen. Jedoch schon im Januar 1995 konnten 6 Neuzugänge verzeichnet werden.

Aufgrund der 1994 stark gestiegenen Anzahl der Taucher, wurde von seiten des Vorstandes zusammen mit dem Gesamtvorstand der SSF nach einer Möglichkeit gesucht, die Bahnen-



Faszination Tauchen

kapazität für die Abteilung zu erhöhen. Dies war jedoch nur durch Verlegung des Haupttrainingsabends von Montag auf Donnerstag möglich. Zur Zeit stehen den Tauchern donnerstags 4 Bahnen und montags nur 2 Bahnen zum Training zur Verfügung.

1994 beendeten 2 Gruppen mit je 4 Leuten die Tauchausbildung zum DTSA Bronze, die jedoch bereits 1993 mit der Ausbildung angefangen hatten. Im Dezember 1994 begannen 2 neue Bronzegruppen.

Im August organisierte der Ausbildungsleiter ein Tauchwochenende zur Erlangung des Sonderbrevets Orientierungstauchen, an dem 10 Taucher mit Erfolg teilnahmen.

Für die Abteilung wurden auch 1994 wieder einige attraktive Ange-

bote gemacht; die Beteiligung hieran war nicht sonderlich hoch. Als Besonderheit sollten die Osterfahrt nach Holland und das Abtauchen in Steinbrüchen bei Lüttich/Belgien hervorgehoben werden. Wie schon in den Vorjahren ließen sich die meisten Mitglieder für das Sommerfest am Rursee aktivieren. Zwei Fahrtangebote nach Spanien und Österreich mußten erneut mangels Beteiligung abgesagt werden, obwohl diese zusammen mit

Mitgliedern eines anderen Vereins stattfinden sollten.

Im Vorstand gab es 1994 folgende Änderungen: Ralph Fiebig konnte aus beruflichen Gründen nicht mehr als Jugendwart tätig sein. Rolf Buttge-
reit sprang dankenswerterweise ein. Uli Gambke trat als Ausbildungsleiter zurück, so daß seit Sommer '94 von Rainer Meyer zusätzlich zu seinen Aufgaben als Gerätewart die Ausbildung kommissarisch koordiniert wur-

de. Rainer Langen kündigte Ende 1994 den vorzeitigen Rücktritt als Geschäftsführer an. Nach einem Aufruf, sich doch für die offenen Ämter zur Verfügung zu stellen, meldeten Susanne Tamm und Georg Rödl ihre Bereitschaft als Geschäftsführerin bzw. Gerätewart zur Mitarbeit im Vorstand, wobei Susanne ihren Aufgabenbereich im Januar 1995 kommissarisch übernahm.

Jürgen Pitzke, Leiter der STA Glaukos



SSF-Kanusport mit vollem Programm

Ein interessantes und abwechslungsreiches Frühjahrsprogramm liegt hinter den SSF-Kanuten. Nach regenreichen Frühjahrswochen mit immer wieder beeindruckenden Fahrten in Eifel und Westerwald auf Lieser, Üßbach, Elzbach, Nette, Kyll und Nister brachte die Osterfahrt spezielle süd-belgische Eindrücke von einem sehr gut ausgestatteten Wohnwagencamp aus. Die anschließenden Bezirksfahrten auf Ahr und Wied verliefen bei gutem Wasserstand erfolgreich, und bei den beiden herausragenden sportlichen Frühjahrsveranstaltungen, der NRW-Verbandsrallye auf dem Rhein und der Weser-Marathon-Fahrt, konnten unsere Kanuten ihr Können erneut auf den Langstrecken unter Beweis stellen.

Völlig neue Eindrücke wurden mit der lange vorbereiteten Fahrt nach Tschechien gewonnen. Die Standorte Karlsbad und Budweis waren positiv zu bewerten, die Menschen waren freundlich und aufgeschlossen, die Witterung war – extra für uns – warm und sonnig, die Flüsse führten ausreichend Wasser, hervorragende Eindrücke der böhmischen Landschaften blieben in bester Erinnerung – was will man mehr? Einen Wermutstropfen brachte allerdings die langwierige Verletzung eines Teilnehmers nach einer Wehrabfahrt mit vorzeitiger Rückfahrt, wodurch wieder einmal – auch in gehobener Stimmung – die Notwendigkeit konzentrierten und abgesicherten Kanufahrens unterstrichen wird.

In der zweiten Maihälfte wurde es dann „Klatschnaß“: Erneut standen mit der Wildwasserfahrt nach Österreich interessante Wildwasser zur Befahrung an, und auf den sportlichen Flüssen Ammer, Loisach, der Imster Schlucht des Inn und dem Lech blieb kein Auge trocken.

Über die folgenden Fahrten zu Pfingsten nach Südbelgien auf Semois und Lesse sowie zur zweiten Wildwasserfahrt Mitte Juni in die Schweiz wird zu einem späteren Zeitpunkt zu berichten sein. Zeitgleich rüstet sich wieder einmal die Gruppe der Wild-

nisfahrer für die Sommerfahrt nach Kanada und Alaska, die sie diesmal in eine der Regionen mit den größten außerpolaren Eisfeldern der Erde nach Südalaska führen wird. Auf ihre Eindrücke darf man wieder einmal gespannt sein.

Für die mir in den Frühjahrsmonaten zuteil gewordene Unterstützung in schwieriger persönlicher Lage nach einem familiären Sterbefall möchte ich mich bei allen Helfern auch an dieser Stelle sehr herzlich bedanken.

Hubert Schrick, Abt.-Leiter



Vorfriede auf die Sommerfahrt: Gepäckfahrt von SSF-Kanuten auf einem kanadischen Wildfluß im Yokon-Gebiet.



Ju-Jutsu-Kämpfer der SSF Bonn für westdeutsche Meisterschaften qualifiziert!

Über 60 Kämpfer sorgten für einen würdigen Rahmen bei der Ju-Jutsu-Landesmeisterschaft in Hövelhof (bei Bielefeld).

Die Landeseinzelmeisterschaft am Sonntag, dem 12.03.95, verlief für die SSF Bonn erfolgreich. Von fünf zum Kampf angetretenen Ju-Jutsukas konnten sich vier für die am 06.05.95 in Michaelstadt (Odenwald) stattfindenden westdeutschen Meisterschaften qualifizieren.

Im einzelnen erreichten die männlichen Kämpfer einen 4. Platz für Josef Müller (bis 75 kg) und zwei 3. Plätze für Alexander Baez (- 75 kg) und Miron Fiola (- 85 kg). Alle hatten sich gegen eine starke Konkurrenz durchzusetzen.

Die Damen waren erfolgreicher. Hier konnten aufgrund geringer Be-

teiligung in den einzelnen Gewichtsklassen zwei 1. Plätze kampflos erreicht werden.

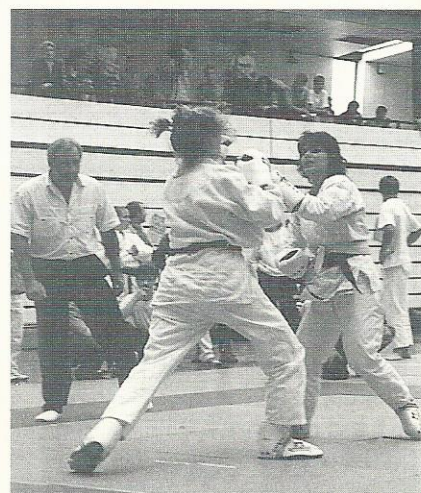
Damit aber auch die weiblichen Kämpfer ihre Kräfte messen konnten, wurden alle Damen nach dem System „jeder gegen jeden“ unabhängig von ihrem Gewicht in den Ring geschickt. Umso erfreulicher war das Ergebnis: 1. Platz Gabi Krings und 2. Platz Claudia May (beide SSF Bonn). Die amtierende Landesmeisterin Gabi Krings konnte damit ihren Titel erfolgreich verteidigen. Und die weite Anfahrt hatte sich gelohnt.

Letzte Meldung

Bei den Westdeutschen Meisterschaften konnte sich Gabi Krings für die

Deutschen Meisterschaften qualifizieren. Herzlichen Glückwunsch an die Sportlerin und an Trainer Udo Seidl.

V.i.S.d.P.: Daniel Schmitz



Gabi Krings (rechts)

Parken in der City

am **Markt**

– Einfahrt Stockenstraße

am **Friedensplatz**

– Einfahrt Oxfordstraße und Annagraben

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

Tag und Nacht durchgehend geöffnet

in den Garagen der
Bonner City Parkraum GmbH

Einladung zum Grillfest der Judo-Abteilung der SSF

– auch für unsere Kleinen –



- Wo?** Bonn-Beuel-Süd, Freizeitpark Rheinaue, Grillpavillon nahe Südbrücke (etwa 400 m stromabwärts!), Buslinien 622, Haltestelle: Landgrabenweg/Ecke Schießbergweg (Verkehrskindergarten)
- Wann?** 01.07.95, ab ca. 16.00 Uhr
- Wieviel?** Kostenbeitrag für Würstchen & Getränke: Kinder 5,- DM, Erwachsene 10,- DM.

Judo

Am Sonntag, dem 7.5.1995, fanden in Weilerswist die Kreismeisterschaften der Jugend B statt. Wegen Erkrankung und Kommunion konnte ein großer Teil der Aktiven nicht teilnehmen.

Für die Bezirksmeisterschaften in Swisttal am 14.5.1995 konnten sich folgende Teilnehmer qualifizieren:

1. Platz Lukas Löber (in der Gewichtsklasse 40 kg)
3. Platz Sebastian Bernhardt (in der Gewichtsklasse 50 kg)
3. Platz Jan Hoffmann (in der Gewichtsklasse 60 kg)
3. Platz Hendryk Legowski (in der Gewichtsklasse 65 kg)
- Den 5. Platz in der Gewichtsklasse 60 kg errang Torulv Holst.



Erfolgreich: Kinder der Judoabteilung

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.

Vergölst
Reifen · Service · Zubehör

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



Jahresbericht der SSF-Volleyball-Jugend

Schülersportgemeinschaften Volleyball; Tannenbusch-Gymnasium, Freiherr-v.-Stein-Realschule, Carl-Schurz-Grundschule

In der Saison 1994/95 nahmen/nehmen am Jugend-Spielbetrieb folgende Mannschaften teil:

männliche Jugend:
1 x E, 1 x D, 1 x C

weibliche Jugend:
1 x E, 1 x D, 1 x C, 1 x B

Die Jugendmannschaften sind hervorgegangen aus der seit 2 Jahren bestehenden Zusammenarbeit mit den Schulen des Schulzentrums Tannenbusch (s.o.). Betreut werden die Jugendlichen von zwei Sportstudenten

mit B- bzw. C-Trainerlizenz und einem Sportlehrer des Tannenbusch-Gymnasiums.

Die **männliche C-Jugend** (Jahrgang 80/81) qualifizierte sich mit dem 3. Platz bei den Bezirksmeisterschaften für die Vorrunde zur Westdeutschen Meisterschaft in Minden. Ohne Spieler des älteren Jahrgangs hatte unsere Mannschaft auf dieser Ebene aber keine Chance. Im nächsten Jahr wollen wir uns um die Ausrichtung der Westdeutschen Meisterschaft bemühen und einen Platz unter den letzten 8 erreichen.

Nach 1993 richteten wir auch 1994 den **ASICS-JUGEND-CUP** aus. 1995 findet dieses vom Sponsor mit

Sachpreisen fürstlich ausgestattete Turnier wieder unter unserer Regie statt (Termin: 2./3. September). Sicher können wir zu diesem Turnier erneut Top-Teams aus NRW, Rheinland-Pfalz, Baden-Württemberg, Bayern, Berlin und Brandenburg begrüßen.

Ferien-Freizeitangebote gehören auch zum Programm der Jugendabteilung.

In den Osterferien leiteten unsere Betreuer eine **Skifreizeit** für 51 jugendliche Teilnehmer in Neukirchen am Großvenediger. Für die Sommerferien ist eine **Sportfreizeit** in der Europasportregion Zell am See/Kaprun als Vorbereitung auf die neue Saison geplant.

Bezirksdirektion Bonn
Thomas Haupt
Vorgebirgsstr. 47
53119
Bonn
Telefon
02 28 / 98 24 70

Deutscher Herold
Versicherungen
Deutsche Bank Gruppe ☒



Sicherheit von Anfang an. Komplett. Im Allround-Paket. Versicherungsschutz für Beruf, Freizeit und Verkehr. Und obendrein attraktive Vermögensbildung. Einfach mal anrufen bei uns.

TAKE FIVE
Der
Sicherheits-Hit
für
junge Leute

1. Sicherheit in Beruf und Freizeit
2. Arbeitskraft absichern und Kapital bilden
3. Bei Ersatzansprüchen cool bleiben
4. Das Eigentum schützen
5. Easy fahren im Verkehr

Der Deutsche Herold. Ihr Partner.

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

Jahresbericht der Volleyballabteilung

Das Spieljahr 94/95 zeichnete sich für die Volleyballer der SSF als ein Jahr ruhiger, aber wie ich finde, gesunder Entwicklung.

Neben den Highlights wie der erneuten Ausrichtung des ASICS-Jugend-Cups, einem der bedeutendsten nationalen Jugendturniere, der wiederholten Teilnahme an einem internationalen Seniorenturnier in Obninsk bei Moskau, den Jugendmeisterschaften und den Seniorenmeisterschaften ist insbesondere aufgrund der hervorragenden Zusammenarbeit mit dem Schulzentrum Tannenbusch eine sehr erfreuliche Entwicklung im Jugendbereich festzustellen. Nach langen Jahren des „Gesundschumpfens“ und der Konsolidierung nach dem Abstieg aus der Bundesliga zeigt die Entwicklung der Abteilung erstmals wieder eine deutlich positive Tendenz. Daß für die kommende Saison sage und schreibe 10 Mannschaften für den Wettkampfbereich gemeldet werden konnten, darunter alleine 6 Jugendmannschaften, spricht zum einen für sich und zum anderen dafür, daß die Abteilung den richtigen Weg eingeschlagen hat. Auf den gesonderten Jugendbericht möchte ich an dieser Stelle ausdrücklich hinweisen.

Zu den sportlichen Erfolgen zählt insbesondere auch der Aufstieg der 1. Herrenmannschaft aus der Landesliga in die Verbandsliga. Den Spielern und dem Trainer sei an dieser Stelle nochmals herzlich gratuliert.

Zu den diesjährigen Seniorenmeisterschaften der Herren starteten für die SSF drei Teams in den Altersklassen I (ab 36 Jahre), II (ab 42 Jahre) und III (ab 48 Jahre). Alle drei Teams qualifizierten sich über die Bezirksmeisterschaften für die Teilnahme an den Westdeutschen Meisterschaften. Die Senioren I mußten hierbei auf einen ihrer Leistungsträger verzichten, erzielten jedoch einen achtbaren 5. Platz. Die Senioren II und III wurden jeweils Westdeutsche Vizemeister ihrer Altersklassen und können sich als solche über ein Qualifikationsturnier

am Wochenende 13./14.5.95 noch die Teilnahme an den Deutschen Seniorenmeisterschaften erkämpfen. Die Fitneß für die jeweils im Frühjahr stattfindenden Seniorenmeisterschaften erhalten sich unsere „alten“ Herren durch ihre Teilnahme an den Rundenspielen der Kreisliga Bonn.

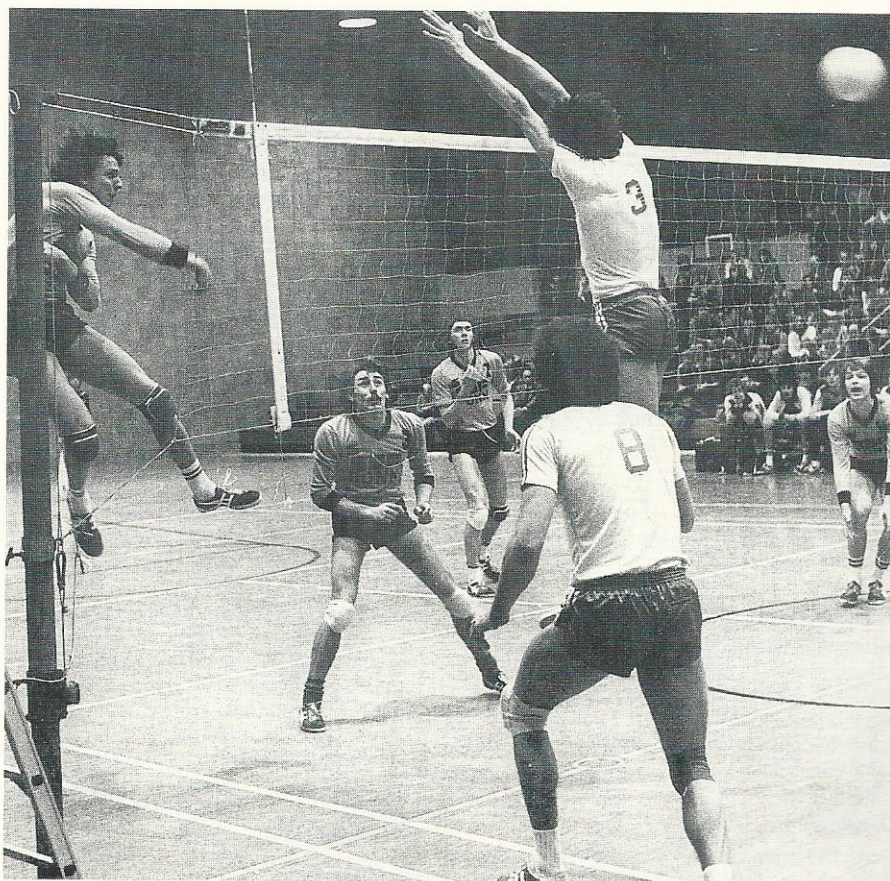
Der Breitensportbetrieb der Abteilung erfreut sich in zwei Hobby-Mixed-Gruppen weiterhin großer Beliebtheit. Nachgelassen hat dagegen die Nachfrage bei den von der Abteilung angebotenen Volleyball-Kursen. Da diese nur bei ausreichender Teilnehmerzahl durchgeführt werden, hat sich hier das Angebot auf zwei Kurse pro Semester reduziert. Hier wird die Entwicklung weiter zu beobachten sein.

Das alljährliche Weihnachtsturnier für die Mitglieder der Abteilung

ist längst zu einer traditionellen Veranstaltung geworden. Alle Teilnehmer werden dabei, je nach Leistungsstärke, zunächst einem Pool zugeteilt. Aus allen Pools werden dann die Spieler zu relativ gleichstarken Mannschaften gelost, so daß der Jugendliche zusammen mit dem Senior, dem Hobyspieler und dem Ligaspieler in einer Mannschaft spielt. Beim '94er Weihnachtsturnier waren erstmals mehr jugendliche als erwachsene Teilnehmer zu verzeichnen.

An dieser Stelle möchte ich abschließend den übrigen Mitgliedern des Abteilungsvorstandes und allen Helfern für ihre ehrenamtliche Mitarbeit bei der Leitung der Abteilung und den anderen Gelegenheiten meinen ganz persönlichen Dank aussprechen.

Karl-Heinz Röhgen



Auf dem Weg an alte SSF-Volleyballerfolge anzuknüpfen ist unsere Volleyballabteilung.

GESUNDHEITSORIENTIERTE SPORTANGEBOTE / Nächster Kursabschnitt ab dem 4. September 1995

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

Wochentag	Zeit	Kursbezeichnung	Ausrichter	Ort/Sportstätte	Sportlehrer	Dauer	DM	Kursinhalt
WIRBELSÄULENGYMNASTIK								
Montag	9.30 – 10.30	Wirbelsäulengymnastik	BEK	Sportpark Nord	Fr. Hartung	10 Wochen	80,-	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	10.30 – 11.30	Entspannungsgymnastik	DAK	Sportpark Nord	Fr. Hartung	10 Wochen	80,-	
Montag	18.45 – 20.00	Wirbelsäulengymnastik	SSF/AOK	KBA	Fr. Hartung	10 Wochen	80,-	
Dienstag	17.00 – 18.15	Wirbelsäulengymnastik	SSF/AOK	Theodor-Litt-Schule	Fr. Hartung	10 Wochen	80,-	
Dienstag	18.00 – 19.00	Wirbelsäulengymnastik	DAK	Kinkel-Realschule	Fr. Walger	10 Wochen	80,-	
Dienstag	18.15 – 19.30	Wirbelsäulengymnastik	SSF/AOK	Theodor-Litt-Schule	Fr. Hartung	10 Wochen	80,-	
Dienstag	19.00 – 20.00	Wirbelsäulengymnastik	DAK	Kinkel-Realschule	Fr. Walger	10 Wochen	80,-	
Mittwoch	17.00 – 18.00	Wirbelsäulengymnastik	DAK	Robert-Wetzlar-Schule	Fr. Hartung	10 Wochen	80,-	
Mittwoch	17.15 – 18.15	Wirbelsäulengymnastik	BEK	KBA	Fr. Talkenberger	10 Wochen	80,-	
Donnerstag	17.00 – 18.15	Wirbelsäulengymnastik	BEK	Theodor-Litt-Schule	Herr Küppers	10 Wochen	80,-	
Donnerstag	18.15 – 19.30	Wirbelsäulengymnastik	BEK	Theodor-Litt-Schule	Herr Küppers	10 Wochen	80,-	
Freitag	17.00 – 18.00	Wirbelsäulengymnastik	BEK	KBA	Fr. Hartung	10 Wochen	80,-	
GANZHEITLICHE GESUNDE FITNESS/GEZIELTE GYMNASIK								
Montag	17.15 – 18.45	Gesundes Fitnesstraining	BEK	KBA	Frau Hartung	10 Wochen	80,-	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.
Dienstag	18.00 – 19.00	Ges. Fitnesstraining	HEK	Sportpark Nord	Frau Engel	10 Wochen	80,-	
Dienstag	19.30 – 21.00	Ges. Fitnesstraining	DAK	Theodor-Litt-Schule	Frau Hartung	10 Wochen	80,-	
Donnerstag	20.00 – 21.30	Gesundes Fitnesstraining	BEK	KBA	Frau Kalf	10 Wochen	80,-	
Mittwoch	19.00 – 20.00	Ges. Fitnesstraining	DAK	Sportpark Nord	Herr Hartung	10 Wochen	80,-	
Mittwoch	20.00 – 21.30	Ges. Fitnesstraining	BEK	Sportpark Nord	Herr Hartung	10 Wochen	80,-	
BEWEGUNGSPROGRAMM FÜR BESTIMMTE ZIELGRUPPEN								
Dienstag	19.00 – 20.00	Sport für (überge) wichtige Personen	BEK	Sportpark Nord	Frau Engel	10 Wochen	80,-	Möglichkeiten und Grenzen körperl. Bewegung erlernen, Beweglichkeit erhalten, bzw. verbessern, und Erfahrungen austauschen.
Dienstag	18.00 – 19.00	Laufen für jedermann	SSF	Sportpark Nord	Frau Vogler	10 Wochen	80,-	
Mittwoch	18.15 – 19.15	Lauftherapie	DAK	Sportpark Nord	Herr Koch	10 Wochen	80,-	
Donnerstag	10.00 – 11.00	Seniorengymnastik	SSF/AOK	Sportpark Nord	Frau Vogler	10 Wochen	80,-	Für Senioren, die sich gern bewegen möchten, damit sie ihre Beweglichkeit erhalten und verbessern.
Freitag	15.00 – 16.00	Eltern-Kind-Turnen u. Spiele ab 3 Jahre	SSF/AOK	Robert-Wetzlar-Schule	Frau Cox	10 Wochen	80,-	Ziel des Kurses ist es, in spielerischer Form Haltungsschwächen und Bewegungsmängeln vorzubeugen. Durch spezielle Übungen und kleine Spiele werden die Kinder zur Bewegungsvielfalt angeregt.
Freitag	16.00 – 17.00	Eltern-Kind-Turnen u. Spiele ab 1,5 Jahre	SSF/AOK	Robert-Wetzlar-Schule	Frau Cox	10 Wochen	80,-	
Mittwoch	18.00 – 19.15	aerobic	SSF	Robert-Wetzlar-Schule	Frau Bodor	10 Wochen	80,-	Die Kursleiterin hat ihre Lizenz „aerobic instructor“ in den USA erworben und bietet eine erstklassige rhythmische Ausdauer-gymnastik.
	19.00 – 20.15	aerobic (siehe neues Aerobic-Angebot unter Vereinsinformationen auf Seite 3)	SSF	Sportpark Nord	Frau Strelow	10 Wochen	80,-	
SCHWIMMEN / WASSERGYMNASTIK								
Montag	18.30 – 19.15	Dyn. Wassergymnastik	BKK	Sportpark Nord	Frau Hanke	10 Wochen	80,-	SSF-Mitglieder = 50,-
Dienstag	19.45 – 20.30	Schwimmk. f. Erw.	SSF	Sportpark Nord	N.N.	10 Wochen	100,-	
Dienstag	20.30 – 21.15	Rückenschwimmkurs für Erwachsene	DAK	Sportpark Nord	N.N.	10 Wochen	80,-	
Dienstag	19.00 – 19.45	Dyn. Wassergymnastik	DAK	Sportpark Nord	N.N.	10 Wochen	80,-	
Mittwoch	19.00 – 19.45	Dyn. Wassergymnastik	BEK	Sportpark Nord	Fr. Talkenberger	10 Wochen	80,-	
Mittwoch	19.45 – 20.30	Dyn. Wassergymnastik	BEK	Sportpark Nord	Fr. Talkenberger	10 Wochen	80,-	
Donnerstag	19.00 – 19.45	Dyn. Wassergymnastik	HEK	Sportpark Nord	Frau Kalf	10 Wochen	50,-	

Die Sportstätten:

Sportpark Nord (Schwimmhalle, kleine Fechthalle, Stadion) Kölnerstraße 250 5300 Bonn 1 (Nord)	Theodor-Litt-Schule (Turnhalle,) Gymnastikraum Eduard-Otto-Straße 9 5300 Bonn 1 (Kessenich)	KBA Turnhalle der Kaufmännischen Bildungsanstalten Kölnerstraße 235 5300 Bonn 1 (Nord)	Kinkel- Realschule August-Bier-Straße 2 5300 Bonn 1 (Kessenich)	Robert-Wetzlar-Schule (Halle I und II) Dorotheenstr./Ecke Ellerstr. 5300 Bonn 1 (Nord)
---	--	--	--	--

Anmeldung

Die Anmeldung erfolgt schriftlich oder telefonisch an die angegebene Adresse. Aus organisatorischen Gründen kann eine Anmeldebestätigung nicht erfolgen. Die verbindliche Anmeldung erfolgt in der ersten oder zweiten Übungsstunde. Die Teilnehmer werden entsprechend der Reihenfolge ihrer Anmeldung berücksichtigt. Die Teilnahme an dem Kursprogramm ist nicht an eine Mitgliedschaft im Verein gebunden.

Schnupperangebot:

Alle Interessenten können die Kurse einmal gebührenfrei ausprobieren.

Teilnehmerzahl:

Im Interesse der Teilnehmer besteht für alle Angebote eine Teilnehmerbegrenzung. Die maximale Anzahl ist variabel und wird vom Übungsleiter festgelegt. Bei geringer Beteiligung behalten wir uns vor, Kurse zu streichen oder zusammenzulegen.

Gebühren:

Durch Eintragung in die Teilnehmerliste (1. oder 2. Stunde) verpflichtet sich jeder Teilnehmer, die Beiträge für den gesamten Kurs zu zahlen. Die Beiträge werden bis zur 2. Kursstunde beim Kursleiter entrichtet.

Gebührenerstattung:

Mit einigen Krankenkassen bestehen Vereinbarungen über anteilige Erstattung von Beiträgen für ausgewählte Kursangebote. Die SSF Bonn 05 e.V. stellen bei regelmäßiger Teilnahme am Kurs eine Teilnahmebestätigung aus. Diese Bescheinigung wird der Krankenkasse zur Beitragsrückerstattung vorgelegt. Welche Kurse unter diese Regelung fallen, erfahren Sie bei der Anmeldung oder beim Kursleiter. Die Kurse in Zusammenarbeit mit der BEK und DAK sind für Versicherte der jeweiligen Krankenkasse kostenfrei. Die HEK und BKK erstatten ebenfalls alle Kursgebühren. Im Einzelfall empfehlen wir die Rückfrage bei Ihrer Krankenkasse. Zur Zeit erstatten folgende Krankenkassen anteilige Beiträge:

- Allgemeine Ortskrankenkasse (AOK)
- Barmer Ersatzkasse (BEK),
- Innungskrankenkasse (IKK),
- Kaufmännische Krankenkasse (KKH),
- Deutsche Angestellten Krankenkasse (DAK),
- Techniker Krankenkasse (TK),
- Hanseatische Ersatzkrankenkasse (HEK).

Weitere Informationen über das gesundheitsfördernde Programm der BEK+DAK erhalten Sie in der Geschäftsstelle.

SSF-Mitglieder:

Alle SSF-Mitglieder bezahlen für die Gesundheitssport-Angebote grundsätzlich einen Anteil von DM 30,- (und ggf. Beitragserstattung). Für

die Breitensportkurse bestehen unterschiedliche Rabatte, zum Teil entstehen keine zusätzlichen Beiträge, Auskunft erhalten Sie bei den Übungsleitern oder in der SSF-Geschäftsstelle.

Anwesenheit:

In allen Kursen werden Anwesenheitslisten geführt. Bei regelmäßiger Teilnahme erhalten Sie eine Teilnahmebestätigung.

Kursleiter:

Alle Kurse werden in der Regel von qualifiziertem Fachpersonal geleitet (Sportlehrer, Diplom-sportlehrer, Fachübungsleiter).

In eigener Sache:

Die Bezeichnung der Kurse haben wir bewußt allgemein gehalten, da die Inhalte letztlich auf die Teilnehmerbedürfnisse zugeschnitten werden. Sollten Sie zweifeln, ob das eine oder andere Angebot für Sie in Frage kommt, empfehlen wir Ihnen die unverbindliche Sportberatung durch die Geschäftsstelle der SSF Bonn. Rufen Sie an oder kommen Sie vorbei.

Information/Anmeldung/Beratung

Schwimm- und Sportfreunde Bonn 05 e.V.
– Geschäftsstelle –
Kölnerstraße 313 a, 53117 Bonn
Telefon: 02 28 / 67 68 68
Telefax: 02 28 / 67 33 33

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

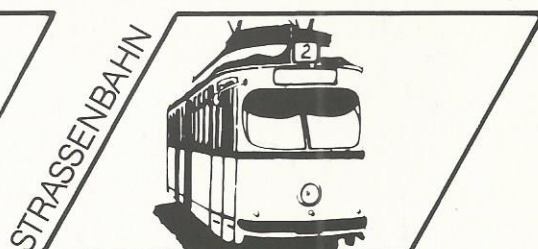
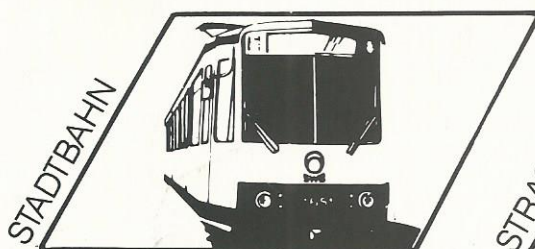
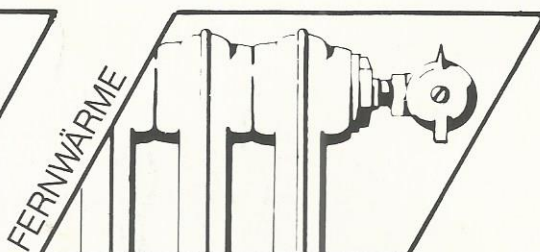
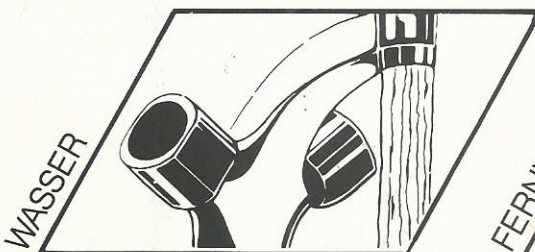
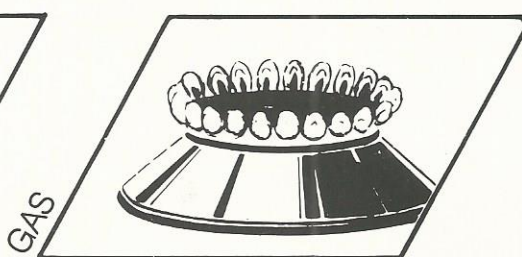
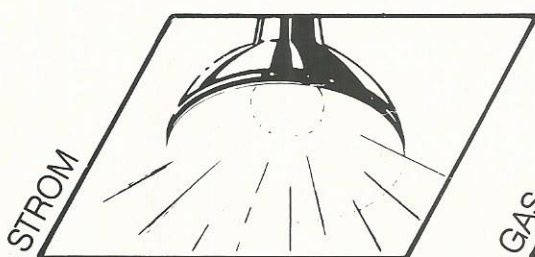
Rudolf Schramm
Altenberger Gasse 45

53332 Bornheim

Z 4062 F



Wir sorgen für Sie!



IHRE STADTWERKE BONN

Versorgungs- und Verkehrsbetriebe
Theaterstraße 24, 53111 Bonn, Telefon 7 11-1