

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

325 /
Juni 1992



Sport- Palette



Zum 65. unseres 1. Vorsitzenden W. Schemuth



Erfüllen Sie sich Ihre Wünsche jetzt.

Mit € -Allzweck- darlehen.

Ganz gleich, was Sie sich wünschen. Mit € -Allzweckdarlehen können Sie alles finanzieren. Zum Beispiel ein Auto, eine Wohnungseinrichtung oder die Hobbyausrüstung.

Ihre Vorteile:

- € -Allzweckdarlehen sind zinsgünstig
- schnelle Auszahlung
- keine unnötigen Formalitäten
- bequeme Rückzahlungsbeträge

Sprechen Sie mit uns über Ihre Wünsche. Wir beraten Sie gern über alle Einzelheiten.

Sparkasse Bonn
mit 55 Geschäftsstellen im Stadtgebiet

Impressum

Sport-Palette

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

Herausgeber:

Schwimm- und Sportfreunde Bonn 05 e.V.

Redaktion:

Georg Kirse, Michael Klotz, Karl-Peter Linscheid, Ute Michaelis, Heinz Reinders, Inge Scharf, Inge Wend

Redaktionsanschrift:

SSF Bonn 05, „Sport-Palette“, Kölnstr. 313a, 5300 Bonn 1

Erscheinungsweise:

6 mal jährlich (Februar/April/Juni/August/Oktober/Dezember)

Bezugspreis:

Für Mitglieder ist der Zeitungsbezugspreis im Beitrag enthalten.

Herstellung:

Satz: Werbeagentur Andreas Klotz, Auf dem Damm 23, Grafchaft-2

Druck: Bonner Werkstätten, Allerstr. 43, Bornheim-Hersel
Papier: chlorfrei gebleicht

Präsidium

Dr. Hans Riegel, Präsident
Reiner Schreiber, Vizepräsident
Else Wagner
Peter Bürfent
Dr. Hans Daniels
Hans-Dieter Diekmann
Dr. Karl-Heinz van Kaldenkerken
Michael Kranz
Otto Kranz
Manfred Schur
Bernd Thewalt
Josef Thissen
Dr. Theo Varnholt
Viktor Verpoorten
Rudolf Wickel

Anschrift der Geschäftsstelle:

Kölnstraße 313a, 5300 Bonn 1, Tel. 67 68 68; Fax: 67 33 33
Geschäftsführer: Georg Kirse

Anschrift des Bootshauses:

Rheinaustraße 269, 5300 Bonn 3 (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 Werner Schemuth, Huppenbergstraße 45, 5307 Wachtberg-Pech, Telefon 02 28 / 32 59 86;

Stellvertretende Vorsitzende und Referentin für Öffentlichkeitsarbeit Ingeborg Wend, Auf den Steinen 40, 5300 Bonn 1, Telefon 25 24 84;

Stellvertretender Vorsitzender und Referent für Spitzensport Hans-Karl Jakob, Am Boeselagerhof 11, 5300 Bonn 1, Telefon 69 17 30;

Schatzmeister Toni Mürtz, Friedensplatz 10, 5300 Bonn 1, Telefon 65 65 26;

Vereinsverwaltung Peter Hardt, Südhang 14, 5330 Königswinter 21;

Technischer Leiter Dietmar Kalsen, Jägerstraße 93, 5200 Siegburg, Telefon 0 22 41 / 38 57 17;

Koordinator der Fachabteilungen Manfred Werkhausen, Friedrichstraße 4, 5300 Bonn 1, Telefon 63 37 83;

Sachverwalter für Steuer und Finanzen Franz Kraus, Albert-Magnus-Straße 46, 5300 Bonn 2, Telefon 33 12 23;

Ehrevorsitzender Hermann Henze, Brüdergasse 31, 5300 Bonn 1, Telefon 65 54 69.

Inhalt

Terminkalender	Seite 2	HARIBO-Schwimmfest	Seite 8 + 9	Gesundheitssport	Seite 21
Runde Geburtstage	Seite 3	Der neue Jugendausschuß ..	Seite 12	Sportangebot	Seite 22 + 23
Feier 25 Jahre Glaukos	Seite 4	Ju-Jutsu	Seite 13	Tauchen	Seite 24
Werner Schemuth's 65. Geb.	Seite 5	Ski	Seite 14 + 15		
Senioren in Italien	Seite 6	Fünfkampf	Seite 16		
Erinnerungen	Seite 7	Kanu	Seite 18		
		Feldenkrais-Methode	Seite 20		

Titelfoto: Erhard Paul (Expreß)

v.l.n.r.: Reiner Schreiber (Vizepräsident), Werner Schemuth (1. Vorsitzender), Sängerin Bea

Sind Sie sicher, daß Sie richtig versichert sind?

Ich informiere Sie gern einmal gründlich darüber.

**Generalvertretung
Franz-Josef Gypkens oHG**

Bonner Talweg 34
5300 Bonn 1
Telefon: 02 28/21 51 75



COLONIA

Terminkalender

Sport- und Spielfest und 25 Jahre Glaukos
für alle Mitglieder, Freunde, Bekannte, Große und Kleine zum
„Anschauen“ und „Mitmachen“

11.07. 14.00 – 22.00 Uhr Sportpark Nord

Sitzungen

Juni 30.06.92 Gesamtvorstand, Bootshaus Beuel
Juli 07.07.92 Delegiertenversammlung, Bootshaus Beuel

Schwimmen

Juni 28.06.92 Senioren-Bezirksmeisterschaften,
Bad Godesberg
Juli 02. – 05.07.92 DSV Jahrgangs-Meisterschaften
Juli 11. + 12.07.92 Westdeutsche Senioren-Meisterschaften
August 28. + 30.08.92 DSV Senioren-Meisterschaften

Ju-Jutsu

Juli 12.07.92 Westdeutsche Landeseinzelmeister-
schaften, Josef-Strunck-Sporthalle

Ski

Juni 18. – 21.06.92 Rucksackwanderung,
Anmeldung R. Röder, Tel. 65 28 48

Radwandern

27.06.92, 10 Uhr, Parkpl. Sportpark Nord

Sportkulturen der Welt

24. – 28.06.92

Kleinanzeige

*Ob es einen Senioren-
Schwimmer gibt, der
ebenso gerne tanzt wie er
schwimmt?*

*Tanzbegeisterte flotte
Seniorin wünscht für
Tanztrainingsstunden
(Gesellschaftstanz, einmal
wöchentlich 2 Stunden)
Tanzpartner.*

Tel.:

02 28/63 06 99.



Otto-Hahn-Straße 96
5300 Bonn 1
Telefon 02 28 / 67 76 75

Badminton - Squash - Tennis

10 Badminton-, 3 Tennisfelder und 3 Squashcourts stehen in unserer neuen modernen Freizeitanlage allen Racket-Sportlern zur Verfügung. Eine Tennis- und Badminton-Schule mit qualifizierten Lehrkräften sowie Gymnastikkurse runden das sportliche Angebot ab.

Laufend neue Badminton- und Tenniskurse für alle Alters- und Leistungsstufen



4 Etagen voller Sport
Friedensplatz 9
5300 Bonn 1
Telefon 02 28 / 63 65 63



Bike- + Surf-Centrum
Oxfordstraße 12-16
5300 Bonn 1
Telefon 02 28 / 63 22 11

Runde Geburtstage im Juni 1992

- 09.06. Blume, Hartmut
- 09.06. Molina, Ximena
- 12.06. Pott, Bruno
- 12.06. Schumacher, Hermann Josef
- 17.06. Lucas, Dieter
- 19.06. Merz, Klaus
- 19.06. Kreuzaler, Ernst
- 27.06. Grupp, Stella Maris
- 04.06. Baum, Richard
- 07.06. Kahl, Renate
- 24.06. Düren, Walter
- 24.06. Peter, Erwin
- 14.06. Franek, Josef
- 16.06. Kunert, Hans
- 23.06. Schlenker, Hans
- 25.06. Bauer, Elsi
- 27.06. v. Gruchalla, Elisabeth
- 03.06. Thissen, Josef
- 04.06. Reinartz, Georg

Juli 1992

- 14.07 Thiel, Karin
- 20.07 Blask, Imtraud
- 22.07. Knörrchen, Ilse

- 22.07. Keimer, Stefan
- 23.07. Virchow, Inge
- 24.07. Knobloch, Bodo
- 07.07. Zwer, Marianne
- 07.07. Zickenheiner, Otto
- 12.07. Huppath, Brigitte
- 12.07. Jäger, Margarete
- 12.07. Landsberg, Edmund
- 12.07. Lammert, Lieselotte
- 14.07. Starke, Wolfgang
- 21.07. Stier, Rudolf
- 23.07. Brebeck, Ursula
- 24.07. Eckstein, Marlene
- 29.07. Tamoschus, Gisela
- 30.07. Gorio, Dietrich
- 02.07. Merzbach, Anton
- 02.07. Hemsing, Franz
- 03.07. Niederstein, Hans
- 06.07. Hermesdorff, Inge
- 11.07. Georgi, Willi
- 17.07. Schenk, Georg
- 19.07. Gilbert, Alan
- 21.07. Hussain, Fawzi
- 24.07. Wächter, Ruth
- 29.07. Lange, Herbert
- 03.07. Dahlem, Heinz
- 07.07. Gassner, Irmgard
- 18.07. Diesterheft, Richard
- 31.07. Öxmann, Ruth
- 03.07. Dachs, Heinz
- 11.07. Marschner, Gerlinde
- 28.07. Heinze, Theodor
- 12.07. Schütze, Rudolf
- 25.07. Stuckmann, Paul-Herbert

August 1992

- 02.08. Ristow, Barbara
- 03.08. Hofmann, Per
- 05.08. Scheifgen, Renate
- 08.08. Lazeczy, Brigitte
- 12.08. Arikan, Inci
- 17.08. Dünner, Sylvia
- 19.08. Wagner, Hans-Joachim
- 19.08. Stadler, Franz-Josef
- 20.08. Steinhauer, Ingrid
- 22.08. Dornbusch, Wilfried
- 22.08. Schröder, Ursula
- 24.08. Noack, Bernd
- 28.08. Gutbrodt, Dittlind
- 31.08. Vogler, Renate
- 08.08. Engel, Elisabeth
- 11.08. Binder, Bärbel
- 11.08. Stirner, Dietmar
- 14.08. Retzke, Anneliese
- 15.08. Schmitz, Hildegard
- 20.08. Krall, Christa
- 21.08. Urbach, Helga
- 10.08. Schwengel, Rosemarie
- 12.08. Henseler, Heinrich
- 15.08. Dreiling, Josef
- 18.08. Deckers, Josef
- 04.08. Platz, Käthe
- 05.08. Zentgraf, Pius
- 29.08. Ilgenfritz, Georg
- 14.08. Mueller-Brockhausen, Gisberta
- 16.08. Schulte, Gerda
- 02.08. Spruth, Irmgard

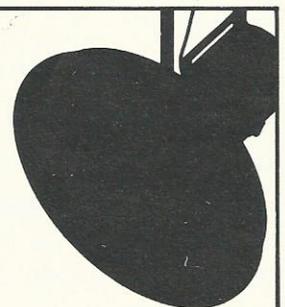
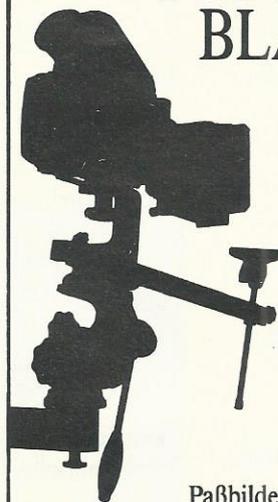
Der Club trauert um sein
Ehrenmitglied



**Paul
Schemuth**

Der Vorstand

**FOTO
BLAU**



**Wir fotografieren
im Foto-Studio:**

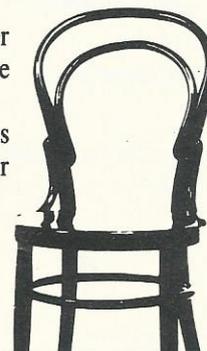
- Portraits
- Kinder
- Gruppen
- Familien
- Hochzeiten

Paßbilder
für alle Zwecke

Eigenes
Schwarzweiß-Labor

Gute
und schnelle
Colorbilder

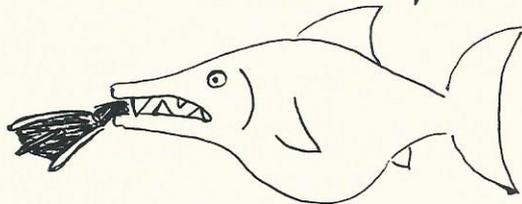
Alfred Niedecken
Sternstraße 4, 5300 Bonn 1
(Tel. 65 10 88)



Spaß- und Sportfest der SSF 25 Jahre Sporttauchabteilung Glaukos

am Samstag, den 11. Juli für alle zum „Anschauen“ und „Mitmachen“

Ein Taucher auf dem Weg zum Riff.^D



Das 25jährige Bestehen der Sporttauchabteilung Glaukos ist Grund genug, ein Spaß- und Sportfest am Samstag, dem 11.7.1992, ab 14.00 Uhr im Sportpark Nord zu veranstalten. Alle Abteilungen der SSF Bonn haben sich hierzu Spiele und sportliche Aktionen für Klein und Groß einfallen lassen, an denen jeder Spaß hat und auch die verschiedenen Sportarten kennenlernen kann; Spaßspiele wechseln mit Demonstrationsvorführungen. Viele Mitmach-Angebote stehen schon jetzt fest – Änderungen in der folgenden Aufstellung bleiben vorbehalten:

Paddeln für jedermann

Schwungtuchgymnastik mit Senioren

Luftmatratzenrennen

David und Goliath – Wettschwimmen zwischen Kindern der Schwimmabteilung und Gästen

Gymnastik für jedermann

Aerobic

Wirbelsäulengymnastik

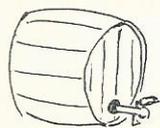
Judo und Karate zum Mitmachen

Schnorcheln für Anfänger

Volleyball-Spiel zweier aus Besuchern und Sportlern gemischten Mannschaften

Schnupperkurs für angehende Tänzer

Fechten und Luftpistolenschießen mit den Fünfkämpfern.



Anschließend findet noch Spiel ohne Grenzen – ein Sportspiele-Wettkampf – zwischen Mannschaften der verschiedenen Abteilungen statt.

Da Sport bekanntlich Hunger und Durst macht, werden Kuchen und Getränke und später Grillwürste, Fleisch und Bier fast zum Selbstkostenpreis angeboten. Als Augenweide findet außerdem eine Unterwasser-Dia-Show statt.



Zeitrahmen:

14.00 – 18.00

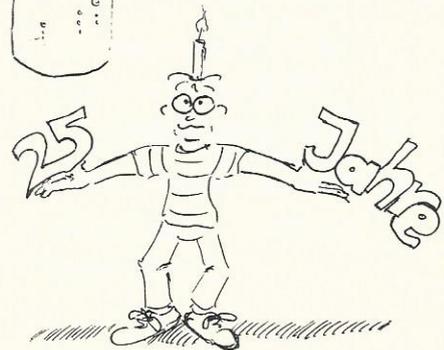
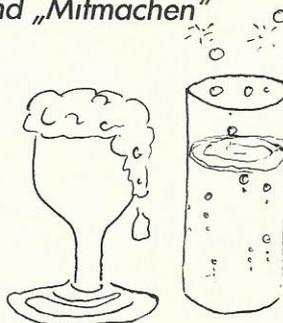
Fechthalle/Turnhalle/Schwimmhalle
Sport, Spiel und Spaß

18.00 – 20.00

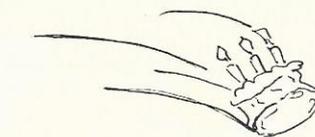
„Spiel ohne Grenzen“ Abteilungs-
wettkampf in der Schwimmhalle

20.00 – ??

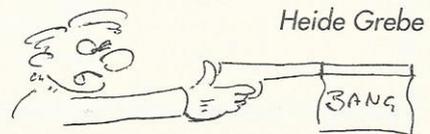
gemütlicher Ausklang in der
Schwimmhalle



Zu diesem Fest sind alle eingeladen – Mitglieder, Nichtmitglieder, Freunde, Bekannte, Kinder, Oma und Opa, Senioren, Sportinteressierte, Möchte-Gern-Sportler, Fernsehmüde, Spielwütige und Gummibärchen.



Interessiert? Neugierig geworden? Dann nicht länger zögern, Sport- und Schwimmzeug einpacken, die gute Laune nicht vergessen und alle, die sich bewegen können (außer Haustiere) mitbringen. Ihr werdet sehn, es gibt bestimmt viel Spaß für alle!



Heide Grebe

So feierte unser Vorsitzender Werner Schemuth seinen 65.

Blick zurück auf den 18. April. Festlich war das Studio der Beethovenhalle geschmückt, festlich die Gäste gekleidet, erwartungsvoll gestimmt. Am Eingang stand der Mann, um den es ging: Werner Schemuth. An der Seite seine Lebensgefährtin Heidi Derrda. Und wie bei einem Staatsempfang von Bundespräsident Richard v. Weizsäcker ging es zu.

Händeschütteln, hier und dort ein paar Worte, Geschenke. Dienstbare Geister aus dem „Sudhaus“ sorgten unterdessen dafür, daß jeder ein gefülltes Glas in die Hand bekam, auf Werner Schemuth anstoßen konnte. Es war der Tag, an dem unser Vorsitzender seinen 65. feierte. Genau auf Ostersonntag.

Mehr als 200 Gäste – lokale und überregionale Prominenz, Klubkameraden und andere – begleiteten ihn anschließend ins Studio. Der Jubilar selbst leistete „Schwerstarbeit“, begrüßte er doch beinahe jeden einzelnen per Mikrophon. Das übernahm danach Reiner Schreiber. Unser Vizepräsident streifte den Lebensweg unseres Vorsitzenden. Hier und da auch ein Seitenhieb. Wohlgemeint, wohlgermerkt.

Danach die Redner, die sich angemeldet hatten. Unter anderem Bürgermeister Otto Kranz für die Stadt



W. Schemuth begrüßt seine Gäste im Studio

Bonn, Heinz Wacker für den Bund Deutscher Karneval, Hans Stratemeyer für das Stadtsoldaten-Corps, Horst Bachmann für den Festausschuß Bonner Karneval.

Ach so: Beinahe hätte ich vergessen, als sich der Vorhang hob. Beifall brandete auf. Küchenchef Markus Buslei (Haribo) und seine Mannschaft hatten lukullisch gezaubert. Die Speisen waren sehenswert, schmeckten, verlangten nach Zuschlag. Manche taten es dreimal – dennoch viel blieb noch übrig.

Danach Programm. Köstlich die „Stammtisch-Singers“. Unter Stabführung von Bezirksvorsteher Karl König an der „Quetsch“ ehrten sie musikalisch das Geburtstagskind, zogen es aber auch durch den Kakao. Dabei: Toni Feith, Rolf Hecker, Horst Bins, Manfred Fischer, Werner Kurscheid und der Chronist. Auf den Refrain: „Ein Vogel wollte Hochzeit machen“ sang der ganze Saal mit.

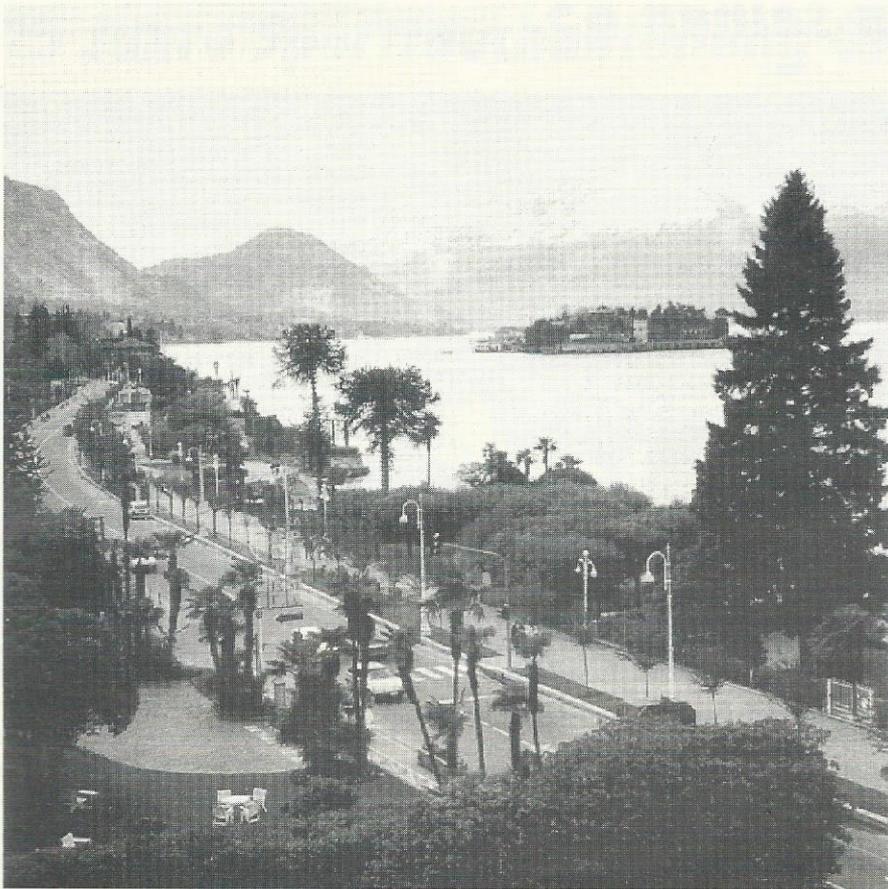
Dann unsere „Orion“-Tänzer. Vielbeklatscht. Dann Star-Karnevalist Willi Armbröster. Vielbelacht. Und Sängerin Bea, gerade aus dem Ausland eingeflogen. Vielgefeiert. Last but not least Edgar Weissenfels an der Hammondorgel.

Die letzten gingen drei Stunden nach Mitternacht nach Hause. Der Jubilar ließ sich, verständlicherweise, per Taxi chauffieren. Es war schön und lang, lieber Werner. Blick voraus auf das Jahr 1997. Dann steht der 70. an.



Die Stammtisch-Singers

Senioren in Italien!



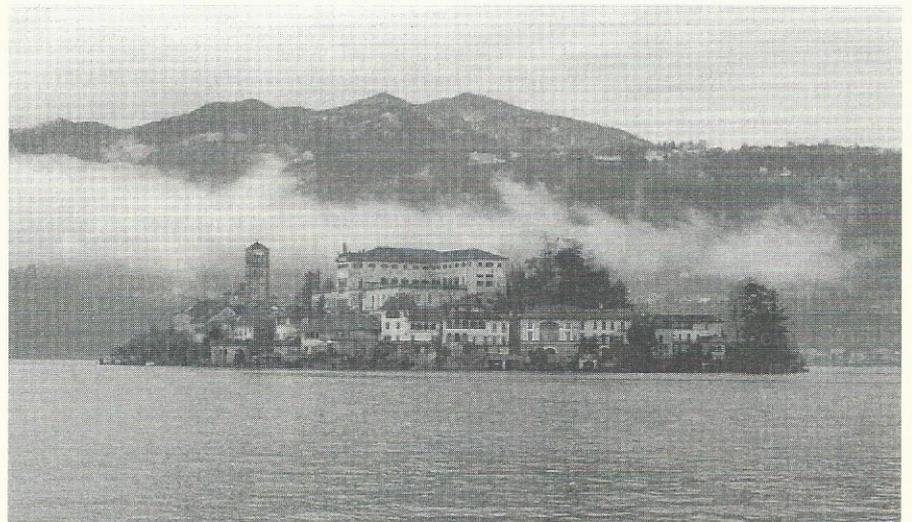
Stresa am Lago Maggiore

Unsere drei Busse wurden in Italien ganz herzlich begrüßt, denn wir brachten den langersehnten Regen mit. Aber ganz so schlimm war es nicht, die Fahrer bemühten sich eifrig, die Schleusen zu schließen und es sprühte nur noch vereinzelt.

Die gute Laune wurde uns nicht verdorben.

Gut untergebracht und gepflegt wurden wir im ASTORIA, dem zweitbesten Hotel von Stresa am Lago Maggiore. Bei dieser Reise haben wir es genossen, sechs Tage am gleichen Ort zu verbringen. Ausgeruht starteten wir jeden Morgen zu einer Tagesfahrt. Wir besuchten Mailand, wo uns eine Stadtführung u.a. in den Dom und die Scala geleitete. Ein anderer Tag war für Lugano und Locarno vorgesehen. Ein herrlicher Ausflug bei Sonnenschein, bei dem wir die zauberhafte Blütenpracht, aber auch schneebedeckte Berggipfel bewundern konnten. Zu den Borromeischen

Inseln, die direkt vor unserem Hotel lagen, brachten uns kleine Boote mit mehr oder weniger verwegenen Kapitänen. Die Isola Bella war um diese Jahreszeit schon so besucht, daß es im Sommer dort wohl wie auf Pützchen's Markt zugeht.



Isola Bella

Natürlich durften ein paar Stunden auf einem großen Wochenmarkt nicht fehlen. Obwohl Italien ganz schön teuer geworden ist, ging so manches kleine und auch große Souvenir mit. Ein Anhänger am Bus wäre für die nächste Reise zu empfehlen.

Die Woche ging so schnell vorbei und wir überquerten bei Sonnenschein die Alpen, kamen gerade noch vor der Sprengung am Vierwaldstätter See vorbei und machten am Rheinfluss von Schaffhausen einen Aufenthalt. Am späten Nachmittag erreichten wir im Schwarzwald die Heimat unseres Busunternehmens. Hier gab es nur beste Noten zu verteilen. Das Hotel war gemütlich und das Essen hervorragend. Unser „Cheffahrer“ Erwin hatte einen tollen gemütlichen Abend organisiert. Wir konnten nur staunen, was eine so kleine Gemeinde zu Wege bringen kann.

Leider geht auch die schönste Reise mal zu Ende. Auf der letzten Etappe blieb noch Zeit für einen Kurzbesuch in der Spielbank Baden-Baden, bevor wir am frühen Abend wieder den Sportpark Nord erreichten.

Worte des Lobes und des Dankes brauchen an dieser Stelle nicht mehr vorgebracht werden, das haben wir schon unterwegs getan. Alle Mitreisenden freuen sich schon auf das nächste Jahr, wo uns die gleiche Crew in die Bretagne bringen wird.

Erinnerungen Pfingsten auf dem Urmitzer Werth (Vor dem Krieg)



Hermann Henze, Heinz Albertus, Heinz Reinders, Willi Faßbender auf Urmitz 1938.

In Höhe des Rheinortes Urmitz liegt eine Insel mitten im Strom. Etwa zwischen Koblenz und Weißenturm. Sie ist unbewohnt. Im übrigen alle Inseln im Rhein heißen auch Werth.

Es war ein schöner Brauch der Kanuabteilung des Klubs Ostern, oder besser noch Pfingsten, auf einer der Inseln zu zelten. Zu der Zeit war es schon wärmer. Wir fuhren also nach Urmitz, um dort die Feiertage zu verbringen.

Wir Jungens versuchten die Boote schon am Samstagmittag nach Urmitz zu bringen. Dies war nicht immer leicht, weil samstags noch bis 19 Uhr gearbeitet werden mußte. Wir versuchten also noch bei Helligkeit Urmitz zu erreichen, die Boote aufzubauen, zur Insel überzusetzen und die Zelte aufzustellen. Die Mädchen konnten erst nach Feierabend 19 Uhr nachkommen. Sie benutzten die Reichsbahn bis Bahnhof Urmitz und mußten dann etwa 2 Kilometer zu Fuß gehen bis zum Wasser – mit Gepäck und Verpflegung für die Indianer. Auf Lichtzeichen holten wir dann die jungen Damen herüber. Meistens war es schon spät, so daß wir bereits ein zünftiges Lagerfeuer entfacht hatten. Alle setzten sich herum und von Klampfe und Ziehharmonika begleitet sangen wir unsere alten Fahrtenlieder aus der Zeit der Bündischen Jugend in den dunklen Abendhimmel: „Wilde

Gesellen vom Sturmwind umweht“ – „Wildgänse rauschen durch die Nacht“ – „Jenseits des Tales“ – und viele andere schöne alte Lieder.

Wein und Bier durften natürlich nicht fehlen. Spät in der Nacht krochen wir dann in unsere Zelte.

Der erste Feiertag wurde zu lustigen Spielen und Streichen benutzt. Ich erinnere mich, daß wir einmal dem Ferdi Schleich das Boot auseinandergenommen und die Spanten in den Bäumen verteilt haben. Der Arme brauchte einige Zeit bis er alles wieder beieinander hatte. Ferdi verzeih uns! Es wurde geschwommen, Skat geklopft. Derweil wir Indianer also allerlei dummes Zeug veranstalteten, zauberten unsere Mädchen per Spirituskocher ein wunderbares Mittagessen. Daß der Schreiber seine spätere Frau dort entdeckte, ist fast selbstverständlich, nur wunderte er sich Tage später – als er sie, rein zufällig versteht sich – in der Stadt traf, daß sie ihn wiedererkannte. Denn jetzt einigermaßen verkleidet, trug er doch auf der Insel außer brauner Haut nur eine spärliche Badehose.

Am 2. Feiertag wurden mittags die Zelte abgebaut und sich für die Heimfahrt gerüstet. Wenn man sich mit dem Strom treiben ließ, dauerte die Rückfahrt ca. 7 Stunden. Wir legten uns zu Päckchen zusammen, 5 – 6 Boote, die Damen verkehrt herum sitzend, sie brauchten ja nicht zu paddeln. Ein Koffergrammophon wurde aufgedreht und am Bindfaden hing eine Flasche Wein im Wasser zur Kühlung.

Wenn ein „KD“ (Köln Düsseldorf Dampfer) kam, stob alles auseinander, denn die Wellen mußten quer genommen werden, sonst kippte man um. So schwammen wir gemütlich und glücklich Richtung Heimat. Es sind heute immer noch schöne Erinnerungen an eine scheinbar unbekümmerte Jugend.

Wir fühlten uns wie Kapitäne selbständig und frei, wenn wir sonntags mit den Freundinnen unterwegs waren und im Kreise anderer Kanuten uns an der Sieg in Oberkassel oder anderswo trafen.



Klaus Görgen, Erich Stölting mit Rheinnixen Trudi, Martha u. Gela. Urmitz 1938.

Es war schon eine absurde Vorstellung, daß man Jahre später auf einem richtigen Schiff als Kommandant zur See fahren würde – und das als Rheinländer! Der Krieg machte manches möglich.

Die Kanuabteilungen beider Schwimmvereine haben sich meiner Erinnerung nach so um die 30er Jahre gebildet. Als Unterstellräume bot sich die alte Bierkirche an der Gronau an. Ein alter roter Backsteinbau, der vor dem Weltkrieg I als Ausflugsort benutzt wurde. Er stand da unbenutzt. Innen hatte man so eine Art Kojen gebaut, wo die Boote untergebracht werden konnten. Zu Anfang gab es noch selbstgezimmerter Starrboote, Innenleben aus Holzplatten, außen eine in Leinöl getränkte Leinenhaut. Besser waren da schon die Gummifaltboote, so man das Geld dafür hatte. Es war eine schlimme Zeit mit vielen Erwerbslosen um die dreißiger Jahre. Die Faltboote konnte man so zusammenlegen, daß sie im Rucksack getragen werden konnten oder besser noch, auf einem kleinen Wägelchen gefahren werden konnten. Daß die SSF heute immer noch eine Kanuabteilung haben, ist eine schöne Freizeitbeschäftigung. Angefangen hat es vor mehr als 60 Jahren und der Ehrenvorsitzende Hermann Henze und Otto Gütgemann u.v.a. waren damals schon dabei.

Heinz Reinders



HARIBO-SCHWIMMFEST 1992

Tolle Stimmung im Bonner Frankenbad

Beim 15. Haribo-Jugendschwimmfest vom 27. bis 29. März gab sich wieder einmal die Schwimmjugend von ganz Europa die Hand.

880 Aktive aus 15 Nationen mit 3010 Starts bestätigten wieder einmal, daß dieses Schwimmfest zu den beliebtesten in ganz Europa zählt und ohne zu übertreiben als das größte Jugendschwimmfest der Welt bezeichnet werden darf.

85 Mannschaften brachten nicht nur ihre Schwimmer, sondern auch einige Betreuer und Trainer mit, so daß die Macher des Schwimmfestes, allen voran Werner Schemuth und Alfred Papenburg, wieder einmal vor die

schwierigere Aufgabe gestellt waren, alle Sportler und Betreuer in Bonn unterzubringen, da es schon immer zur guten Tradition des Schwimmfestes gehört, daß die ausländischen Sportler als Gäste der SSF Bonn und der Firma Haribo nach Bonn eingeladen werden.

Aber 15 Jahre Erfahrung in der Organisation eines solchen Mammutschwimmfestes zahlen sich eben aus. Das Meeting wurde ohne Probleme in der gewohnten professionellen Art über die Bühne gebracht, was sicher auch ein Verdienst all der vielen Helfer ist, ohne die eine solche Veranstaltung nicht durchzuführen ist. Stell-

vertretend für all die Helfer möchte ich hier Egon Breuer als Verantwortlichen für das gesamte Meldewesen und Toni Briax als Schiedsrichter danken.

Egon Breuer hat einige Tage und Nächte zugebracht, bis alle Meldungen, die zum Teil sehr schleppend eintrafen, unter Dach und Fach gebracht waren und das Meldeergebnis endlich stand. Anschließend sorgte er als Protokollführer für einen reibungslosen Ablauf in diesem Bereich.

Toni Braix hatte seine Kampfrichtercrew wieder einmal voll im Griff und auch die Rekordmeldezahl von 3010 Starts konnte ihn nicht schocken. Zu Hilfe kam ihm auch die zum ersten Mal eingesetzte elektronische Zeitmessung.

Wenn es auch in diesem Jahr keinen Europarekord zu verzeichnen gab, so konnten sich die Ergebnisse doch wieder sehen lassen. Auch hier dominierten von den deutschen Vereinen wieder einmal die ostdeutschen Mannschaften und waren auch in den Mannschaftswertungen weit vorne zu finden. Dominierend der SC Berlin, der alle drei Pokale (beste weibliche, beste männliche und beste Gesamtmannschaft) mit nach Hause nehmen konnte. Zudem stellte er mit Franziska van Almsick auch die beste weibliche Einzelsportlerin. Franziska war überhaupt der Star dieser Veranstaltung.

Bei allen 4 Starts stieg sie nicht nur als Altersklassensiegerin am Vormittag aufs Treppchen, sondern trumpfte dann nochmals am Abend in den Endläufen jeweils als Siegerin auf; 3 neue Haribo- und 3 neue Deutsche Altersklassenrekorde (200 Lagen in 2:15,37, 200 Freistil in 1:57,37 und 100 Freistil in 0:54,19) waren ihre zusätzliche Ausbeute.

Als bester männlicher Schwimmer wurde am Schluß der Veranstaltung Beiga Narijus vom SF Litauen für seine Leistung über 100 m Brust in 1:02,54 geehrt.

Unsere Bonner Schwimmer waren diesmal nicht so erfolgreich wie im



Siegerehrung: W. Schemuth überreicht die Medaillien. Frank Sawalla (SSF) Sieger über 100 m Schmetter.

letzten Jahr, aber da die Qualität der Veranstaltung von Jahr zu Jahr steigt, ist es immer schwieriger bei diesem Schwimmfest ganz vorne mitzuschwimmen. Deswegen ist es besonders erwähnenswert, daß unsere Sportler mit

- 4 Jahrgangstiteln
- 3 Silbermedaillen
- 2 Bronzemedailles
- 3 Endlaufsiegen und
- 1 4. Platz im Endlauf

dabei waren, wobei ganz besonders unsere beiden jüngsten Teilnehmer des Jahrganges 1980, Juliane Wernecke und Michael Siegmund, zu erwähnen sind, die gleich bei ihrem ersten Haribostart ihrer noch jungen Laufbahn auf das Treppchen kamen.

Natürlich sei auch nicht Frank Sawalla vergessen, der es sich nicht nehmen ließ, auf seiner Hausbahn die 100 und 200 Schmetter sowie die 200 Freistil für sich zu entscheiden und mit diesen 3 Haribosiegen der erfolgreichste männliche Teilnehmer war.

Die 3 Tage in Bonn haben nicht nur großen Sport gezeigt, sondern waren wieder einmal eine Begegnungsstätte der jungen Schwimmsportler aus ganz Europa. Viele neue Freundschaften wurden geknüpft, viele Vereine haben neue Partnerschaften in die Wege geleitet, man lernte sich kennen, gerade die vielen neuen Mannschaften aus dem Osten Europas belebten dieses Schwimmfest.

Das Haribo-Schwimmfest hat seinen festen Platz im Bonner Sport, aber auch im nationalen und internationalen Schwimmkalender. Aber ohne das Engagement der Firma Haribo ist ein



solches Schwimmfest undenkbar, und unser Dank geht an Herrn Dr. Hans Riegel, den Gründer und Hauptsponsor dieser Schwimmgala.

Seine Idee vom Treffpunkt der Jugend der Welt ist in den 15 Jahren des Bestehens voll rübergekommen, und auch die ausländische Presse ist voll des Lobes über diese gelungene Veranstaltung.

Die Freude über das 15. Haribo-Schwimmfest war bei Dr. Hans Riegel so groß, daß er bekanntgab, nächstes Jahr noch mehr Mannschaften, vor allem aus Übersee, nach Bonn zu holen.

Das 16. Haribo-Jugendschwimmfest 1993 kommt.

Freuen wir uns schon darauf.

Wolfgang Siegmund

Die SSF-Medaillengewinner:

Haribosieger 1992	Frank Sawalla	200 m Schmetter	2:01,01
		200 m Freistil	1:50,53
		100 m Schmetter	0:55,81
Jahrgangssieger 1974	Claudia Heinrichs	100 m Rücken	1:05,96
	1980 Juliane Wernecke	200 m Rücken	2:41,68
	1974 Frank Sawalla	200 m Freistil	1:50,86
		100 m Schmetter	0:56,23
Silbermedaille 1975	Markus Gundel	100 m Freistil	0:51,77
	Frank Sawalla	200 m Schmetter	2:04,49
	Juliane Wernecke	100 m Rücken	1:14,21
Bronzemedaille 1975	Ulrike Günther	100 m Rücken	1:06,11
	1980 Michael Siegmund	200 m Rücken	2:55,32



Peter Bürfent GmbH & Co., COCA-COLA-Abfüllfabrik, Hohe Straße 91, 5300 Bonn-Tannenbusch

Toller Erfolg der SSF-Senioren

8. Internationale Deutsche Seniorenmeisterschaft „Lange Strecken“
24. bis 26. April 1992 in Wuppertal

Die aktiven Seniorenschwimmer der SSF Bonn werden immer stärker. 9 Aktive mit insgesamt 13 Starts und eine Staffel errangen insgesamt 9 Medaillen und drei 5. Plätze.

Dies ist seit Jahren das beste Ergebnis, das die Senioren der SSF von einer Deutschen Meisterschaft der Langen Strecken mit nach Hause brachten.

Im einzelnen:

Frauen:

1. Platz und Deutsche Seniorenmeisterin

Ulla Held	AK60	800 m Freistil	15:51,77
		400 m Freistil	07:44,12

2. Platz	Margret Hanke	AK45	400 m Freistil	06:47,00
			Staffel 4 x 200 m Freistil (Bärbel Binder, Monika Warnusz, Ulla Held, Monika Warnusz)	

3. Platz	Monia Warnusz	AK45	200 m Brust	03:30,70
	Ute Nettersheim	AK30	200 m Schmetter	02:51,36

5. Platz	Bärbel Binder	AK55	800 m Freistil	15:38,01
	Marita Schramm	AK35	200 m Rücken	03:37,95

6. Platz	Ute Nettersheim	AK30	200 m Brust	03:08,18
----------	-----------------	------	-------------	----------

Männer:

1. Platz und Deutscher Seniorenmeister

Hanne Schwarz	AK80	1500 m Freistil	35:17,35
		200 m Rücken	04:08,70

2. Platz	Dr. Hans Reichelt	AK55	200 m Brust	03:08,15
----------	-------------------	------	-------------	----------

5. Platz	Jürgen Arck	AK35	1500 m Freistil	20:04,21
----------	-------------	------	-----------------	----------

Sportlerehrung 1991

Bürgermeister Otto Kranz, gleichzeitig auch Präsidiumsmitglied der SSF Bonn, hatte am 19. März 1992 im Alten Rathaus anlässlich der Ehrung der Deutschen Meister und der Teilnehmer an Welt- und Europameisterschaften, 90 Sportler eingeladen.

Dabei wurde 36 Mal den Aktiven der SSF die Sportplakette überreicht.

Volleyball

Burkhardt, Helmut
Förster, Jürgen
Gerlach, Peter
Güssgen, Gerd-Peter
Hacke, Fritz
Hacke, Hans
Kehl, Leo
Laufmann, Bernd
von Lüdinghausen, Otfried
Nadjmabadi, Kamran
Dr. Tresnak, Ivan
Westphal Gerd

Schwimmen

Günzel, Silko
Grote, Karsten
Günther, Ulrike
Gundel, Michael
Legler, Rajko
Münch, Wieland
Sawalla, Frank
Gieck, Roman
Gundel, Markus
Heinrichs, Claudia
Kerstan, Janosch
Plassmann, Dany
Schäfer, Peter
Thiel, Maren
Feiland, Isolde
Hanke, Margret
Held, Ulla
Henschel, Ruth
Dr. Hole, Gerhard
Nestler, Erika

Moderner Fünfkampf

Perret, Andreas
Strangfeld, Oliver

Neuer Vorstand der Schwimmabteilung

Auf der Jahreshauptversammlung der Schwimmabteilung der SSF Bonn am 30.04.1992 wurde ein neuer Vorstand gewählt.

Folgende Personen sind für die nächsten 2 Jahre in folgende Ämter gewählt worden:

1. Vorsitzender

Alfred Papenburg

Schriftführer **Josef Rositzka**

Kassenwart **Wolfgang Kopka**

Wettkampfwesen
Egon Breuer

Sportlicher Leiter
Manfred Kielgaß

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
Wolfgang Siegmund

Betreuung und Breitensportwart
Gerhard Weiß

Weiterhin ist der bereits vor einigen Wochen gewählte Jugendwart

Franz Rötger

Mitglied des Vorstandes.

Als Stützpunktleiter des Landes- und Bundesleistungszentrums Schwimmen ist weiterhin Wolfgang Siegmund, als Stützpunkttrainer des Landesstützpunktes ist Bernd Lochmann im Amt.

Stützpunkttrainer des Bundesstützpunktes ist bis zu seinem Vertragsende (August 1992) Jürgen Unkelbach. Sollten die laufenden Vertragsverhandlungen eine Weiterbeschäftigung von Jürgen Unkelbach ergeben, wird er auch weiterhin als Stützpunkttrainer im Amt sein.

Der Vorstand wird in Kürze weitere Informationen über die Zielsetzungen und Planungen für das Jahr 1992 bekanntgeben.

Wolfgang Siegmund



Es gibt nur wenige Autos, in die wir kein Mobiltelefon einbauen.



Dafür kennen wir bei Bosch alle anderen Autos in- und auswendig. Wir kümmern uns nicht nur um den Einbau, sondern auch um die Postanmeldung und die Erweiterung mit Freisprecheinrichtung, Zweitwagenvorrichtung oder Anrufbeantworter. Und wenn Sie auch ohne Auto unterwegs erreichbar sein wollen? Dann verwandeln Sie Ihr CarTel einfach in das tragbare Mobiltelefon PorTel. Dazu nehmen Sie das Sende-Empfangsteil aus sei-

ner Autohalterung und kombinieren es mit Bedientaster, Antenne und Akku.

Im Bosch-Programm gibt es verschiedene Mobiltelefone, Eurosignal- und Cityruf-Empfänger sowie schnurlose Telefone. In der Funktechnik haben wir genauso viel Erfahrung wie in der Autoelektrik. Schließlich kommt jedes zweite gewerblich genutzte Funkgerät von Bosch: Wir sorgen dafür, daß Sie immer in Kontakt bleiben. Ob mit Auto oder ohne.

Robert Bosch GmbH
Geschäftsbereich
Mobile Kommunikation

Verkaufsbüro:
5000 Köln 41 (Braunsfeld)
Stolberger Straße 370
Tel.: (02 21) 49 05 1



BOSCH
Bosch Telecom

Der neue Jugendausschuß

Am 18. März wurden wir von den zur Jugendvollversammlung der Schwimmabteilung erschienenen Jugendlichen zum neuen Jugendausschuß gewählt. Unsere Aufgabe ist es, uns um die außersportlichen Aktivitäten im Jugendbereich zu kümmern. Zudem hat der Jugendwart noch Stimmrecht in der Abteilungsleitung und ist somit an allen die Schwimmabteilung betreffenden Entscheidungen beteiligt. Durch ihn werden die Jugendlichen in der Abteilungsleitung vertreten. Sollte es Probleme geben, steht der Jugendwart stets als Ansprechpartner zur Verfügung.

Leider lassen uns die vielen Wettkämpfe, vor allem in den jüngeren

Jahrgängen, wenig Spielraum für Außersportliches. Am wettkampffreien 11. Juli, dem einzigen möglichen Termin vor den Ferien, findet im Sportpark Nord anlässlich des 25jährigen Bestehens der Tauchabteilung ein großes SSF-Fest statt. An diesem Fest werden auch wir uns maßgeblich beteiligen. Für die älteren Schwimmer versuchen wir in naher Zukunft eine Fete zu organisieren. In den Ferien planen wir Fahrten zu „Fun-Bädern“ in der Umgebung und zum Phantasieland.

Wer weitere Vorschläge hat, kann sich selbstverständlich an uns wenden.



Beisitzer: **Roland Mönikes**
 Geburtsdatum: 5.9.1976
 Adresse: Bredowallee 42
 5300 Bonn 1
 Telefon: (02 28) 25 59 23
 Trainer: Bernd Lochmann



Jugendwart: **Rötger Franz**
 Geburtsdatum: 29.7.1974
 Adresse: Bonner Talweg 84
 5300 Bonn 1
 Telefon: (02 28) 21 59 81
 Trainer: Stefan Koch



stellvertr.
 Jugendwartin: **Claudia Heinrichs**
 Geburtsdatum: 6.1.1974
 Adresse: Schwalbacher Str.
 47, 5000 Köln 51
 Telefon: (02 21) 3 60 24 29
 Trainer: Jürgen Unkelbach



Beisitzerin: **Marion Plassmann**
 Geburtsdatum: 29.6.1978
 Adresse: Osloer Straße 109
 5300 Bonn 1
 Telefon: (02 28) 69 72 03
 Trainer: Bernd Lochmann

Die Reifen-Nummer in Bonn

98 56 80

Reifen · Service · Zubehör vom Fachmann!

5300 Bonn · Vorgebirgsstraße 94-98

Ruf (02 28) 98 56 80 · Fax (02 28) 9 85 68 11

Vergölst
 Reifen · Service · Zubehör

ERSTMALIG IN BONN!



Westdeutsche Landeseinzelmeisterschaft NRW
im
Ju-Jutsu-Kampf
ausgerichtet vom SSF Bonn e.V.
Veranstalter: Nordrheinwestfälischer Ju-Jutsu-Verband e.V.

柔術 Sonntag, 12. Juli 1992
Kampfbeginn 11.00 Uhr
Josef-Strunck-Sporthalle
Röckumstr. 58a, Bonn-Endenich
Eintritt 6,-



Wir sind **Spezialisten** in allen **Einrichtungsfragen**



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)
5300 Bonn 1
Telefon 02 28/63 37 83

Landeseinzelmeisterschaft erstmalig in Bonn

Aufgrund der letztjährigen tollen Leistungen der Kämpferinnen und Kämpfer vom SSF, die, wie berichtet, den SSF auf Platz 4 in der Landesrangliste katapultiert haben, wurde uns die Ausrichtung dieses bedeutenden Turnieres in Nordrhein-Westfalen angetragen.

So kommt es, daß am 12. Juli 1992 um 11.00 Uhr der erste Kampf, an dem hochkarätige Wettkämpfer aus verschiedenen Vereinen in ganz Nordrhein-Westfalen an den Start gehen, beginnt. Natürlich werden auch hierbei wieder Kämpferinnen und Kämpfer vom SSF auf die Matte gehen und ihr Können unter Beweis stellen.

Diese gute Gelegenheit sollte man sich nicht entgehen lassen, um einen Teilbereich vom Ju-Jutsu kennenzulernen. Auf der Matte wird mit den vorgeschriebenen Schutzausrüstungen (Faustschützer, Fußschoner, Tiefschutz) gekämpft. Ein Kampf dauert 2 Minuten und wird bei Punktgleich-

stand um eine Minute verlängert. Bewertet werden Faust- und Fußkombinationen sowie Würfe und einige Hebeltechniken. Einige Techniken sind im Wettkampf verboten, weil sie, bei erfolgreicher Anwendung, die Kämpfer gefährden würden bzw. die Kampfunfähigkeit zur Folge haben würden. Je nach Aktion werden von den Kampfrichtern zwischen 1 und 5 Punkten für eine Kombination vergeben. Eine Hebeltechnik kann bei erfolgreicher Ausführung, den Gegner zur Aufgabe zwingen, und ist die Punktedifferenz größer als 7 Punkte, wird der Kampf wegen „technischer Überlegenheit“ abgebrochen. Gewonnen hat derjenige, der bei Kampfbende die meisten Punkte erhalten hat.

Diese, vereinfacht dargestellten, Regeln erlauben faire, spannende und vor allen Dingen vergleichbare Wettkämpfe.

Neben diesem Teilbereich des Wettkampfes gilt es in der Selbstverteidigung beim Ju-Jutsu, zahlreiche,

unterschiedliche Angriffe möglichst schnell und effizient abzuwehren. Dabei spielen „weiche“ Techniken, wie z.B. Hebeltechniken eine wichtige Rolle bei nicht so gefährlichen Angriffen und „harte“ Techniken (z.B. Fauststöße, Fußtritte) gegen lebensbedrohliche Angriffe. Es gilt also in jedem Fall die Verhältnismäßigkeit von Angriffen und Abwehrmaßnahmen zu beachten. Dabei wird auch die Abwehr bewaffneter Angreifer, allerdings dann von Fortgeschrittenen, geübt. Dies wird bei dem o.g. Wettkampf nicht gezeigt, aber wir verweisen jetzt schon auf das alljährliche, im Oktober stattfindende, Marktplatzzfestival vom SSF, bei dem die Ju-Jutsuka vom SSF wieder einen Ausschnitt aus der Palette der Ju-Jutsu-Techniken zeigen.

Wir möchten Sie am 12. Juli 1992 ganz herzlich ab 11.00 Uhr in die Dreifach-Sporthalle in Endenich einladen. Für das leibliche Wohl der Besucher wird gesorgt.

R.K.



Donnerstag, 18. Juni
(Fronleichnam) bis Sonntag,
21. Juni 1992

Rucksackwanderung zu den schönsten Punkten am Mittelrhein

Wanderweg: Braubach – Marksburg – Dinkholder-
tal – Burg Liebenstein – Burg Sterrenberg – Hinden-
burghöhe – Kestert – Pulsbachklamm – Prath – Burg
Maus – Patersberg – Burg Katz – St. Goarshausen
(übersetzen mit der Fähre nach St. Goar) – Burg
Rheinfels – Urbar – Maria Ruh (Loreleyblick) – Ober-
wesel – Schönburg – Bacharach. Tagesstrecken 22
– 24 km.

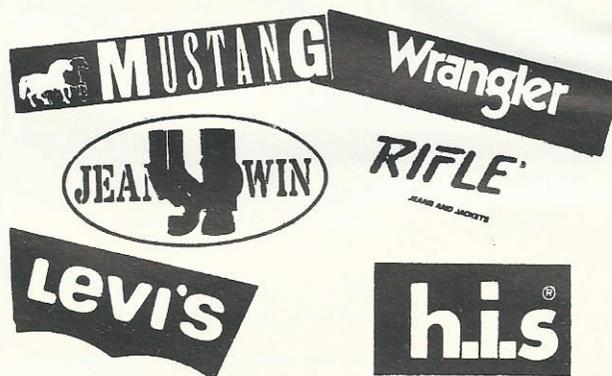
Unterbringung in Pension oder Privatquartier. Die
Anfahrt erfolgt mit der Bundesbahn. Teilnehmerzahl
ist begrenzt!

Auskunft und Anmeldung bei Richard Röder,
Tel. 65 28 48.

IHR JEANS-SPEZIALIST

aktuelle Mode W. Hau

Inh. Peter Hau



— in vielen Wascharten —

2 x Bonn, Sternstraße 51, Wenzelgasse 7

Langlauf im Schweizer Oberengadin

Am 15.02.1992 versammelte sich die Gruppe von 16 Langlauf-Fans vom SSF Bonn und Eifelverein morgens früh im Bonner Hauptbahnhof, Bahnsteig 2. Denn um 7.20 Uhr ging es los. Gegen 16 Uhr kamen wir, nach zweimal Umsteigen, in Samedan im Schweizer Oberengadin an. Leider konnten Irmtraud und Richard Röder, die in den vorigen Jahren die Fahrten geleitet hatten, aus Krankheitsgründen diesmal nicht mitfahren. Gute Besserung, Richard!

Am ersten Urlaubstag schon liefen wir von Samedan aus los in Richtung Zuoz. Das Inntal ist hier sehr breit, die Loipen nur leicht hügelig, so daß wir uns gut in dieser dünnen Höhenluft akklimatisieren

konnten. Auch das Wetter spielte gut mit.

An den darauffolgenden Tagen waren die Ziele das mondäne St. Moritz, der Morteratschgletscher und nach Garsun von Zernez aus. Nach Sankt Moritz ging es über Pontresina und dann steil hinauf über den Lej da Staz. An der Loipe zum Morteratschgletscher erläuterten Tafeln, wie weit der Gletscher im letzten Jahrhundert nach jeweils einigen Jahrzehnten zurückgewichen ist. Auf der Strecke von Zernez nach Garsun ist das Inntal sehr schmal und mitunter schluchtartig. An einigen typischen Engadiner Dörfern gleitet man vorbei.

Der Donnerstag stand zur freien Verfügung. Am Freitag mach-

ten wir eine Skitour nach S-chanf; am Samstag wanderten die meisten zum Lej da Staz hoch.

In der zweiten Woche standen die folgenden Touren auf dem Programm: von La Punt bis Zernez, von Sils nach Maloja, ins Rosegtal, von Zuoz nach Chinuoschel, und zum Schluß ins Val Bever bis zum Südportal des Albulatunnels. Am letzten Freitag – unsere Skier waren schon auf der Bahn – machten wir noch eine wunderschöne Wanderung von Sils-Maria ins Val Fex. An allen Tagen haben wir schönsten Wetter gehabt. Die Fahrt nach Bonn hätten wir gerne noch um einige Wochen hinausgeschoben.

Hans Knaap



Bericht über die Jahreshauptversammlung für das Jahr 1991

Datum: 22.01.1992, 20.15 Uhr

Ort: Kaufm. Bildungsanstalt, Bonn

Anwesend: 27 Mitglieder

Die Einladung der Mitglieder erfolgte fristgerecht.

1. Bericht des Abteilungsvorsitzenden

Der Vorsitzende dankte dem Vorstand und den Übungsleitern für die geleistete Arbeit im vergangenen Jahr.

Er stellte fest, daß die Ski-Abteilung zur Zeit aus 145 Mitgliedern besteht. Im letzten Jahr standen 31 Anmeldungen 24 Abmeldungen gegenüber.

Er schilderte die vielen Aktivitäten der Ski-Abteilung, über die im einzelnen schon an anderer Stelle berichtet wurde.

2. Kassenbericht

Der Kassenwart führte aus, daß das vergangene Jahr insgesamt gese-

hen, trotz äußerster Kostendisziplin, bisher mit einem negativen Ergebnis abgeschlossen hat.

Die finanzielle Situation wurde dadurch hervorgerufen, daß vom Hauptverein der Restkassenzuschuß in Höhe von DM 800,- noch nicht vergütet wurde. Ebenfalls muß der Hauptverein einen noch zu klärenden Betrag aus den Mitgliederbeiträgen gutschreiben.

Aus diesen Umständen, konnten verschiedene im Jahr 1991 entstandene Kosten bisher noch nicht erstattet werden.

3. Entlastung des Vorstandes

Der Vorstand wurde einstimmig entlastet.

Zum Wahlleiter wurde Siegfried Hahlbohm gewählt.

Im Namen aller Mitglieder bedankte er sich für die geleistete Arbeit

des Vorstandes.

4. Neuwahl des Vorstandes

Einstimmig wurden in den neuen Vorstand gewählt.

1. Vorsitzender:	Hans Hennes
2. Vorsitzender:	Silvia Rausch
Kassenwart:	Heinz Vierkotten
Schriftführer:	Hans Knaap
Pressewart:	Linda Maack
Sportwart Alpin:	Günter Müller
Sportwart Langlauf:	Richard Roeder
Wanderwart:	Richard Roeder

5. Verschiedenes

Trainingszeiten: 18.15 – 19.30 Uhr
19.30 – ca. 21.30 Uhr

Es wurden einige Überlegungen über gemeinsame Aktivitäten diskutiert. Darüber hinaus wurde besprochen, daß in Zukunft die Jahreshauptversammlung der Abteilung in anderen Räumlichkeiten stattfinden soll.

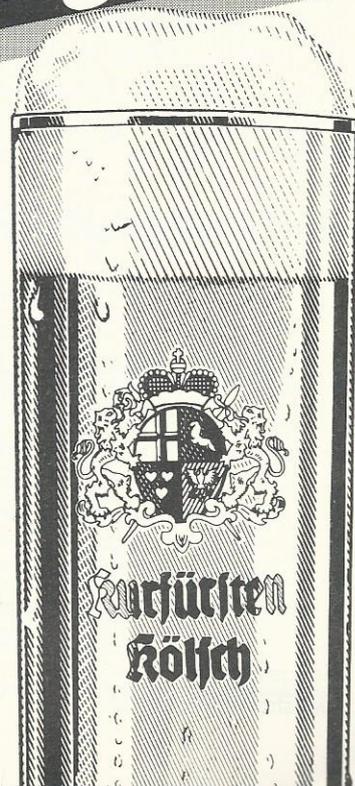
Ganz nach
unserem Geschmack

Kölsch(e) Einladung!

Wer sich Zeit nimmt, die schönen Dinge
des Lebens zu genießen, der sollte auf einen
erlebnisreichen Tag mit uns anstoßen.
Auf Ihr Wohl!



Kurfürsten Kölsch





Drei SSF-Fünfkämpfer auf dem Weg zur Weltmeisterschaft

Nach Abschluß der Deutschen Meisterschaft in München, hat es den Anschein, daß die Abteilung für Modernen Fünfkampf der SSF Bonn in diesem Jahr drei Teilnehmer an den Juniorenweltmeisterschaften stellen kann.

Unterstützt von der Firma Ford-Schiffmann, die den Bonnern einen Wagen zur Verfügung stellte, gingen Andreas Perret, Oliver Strangfeld, Harald Negele und Peter Abmeyer in München an den Start. Komplettiert wurde das SSF-Team durch die SSF-Trainer Kersten Palmer und Michael Scharf.

Im Endklassement belegte Andreas Perret den hervorragenden 7. Platz, Oliver Strangfeld wurde 18., Harald Negele 20. und Peter Abmeyer 33. Da Oliver Strangfeld durch eine Grippe behindert wurde, konnte er leider sein optimales Leistungsvermögen nicht zeigen, ansonsten war man im Bonner Lager mit den gezeigten Leistungen der Athleten sehr zufrieden.

Für Oliver Strangfeld und Andreas Perret war die Meisterschaft gleichzeitig die zweite Qualifikation zur Juniorenweltmeisterschaft. Bereits im März hatten sich die beiden für den 6 Mann starken Weltmeisterschaftskader der Junioren qualifiziert. Aus dem Kreis der 6 Athleten werden 4

Athleten zur Juniorenweltmeisterschaft im September nach Zielona Gora (Polen) fahren. Nach zwei von drei Qualifikationen liegen die SSF-Athleten hier glänzend im Rennen.

Stand nach zwei Qualifikationen (durchschnittlicher Punktestand):

1. Udo Scherer (München) 5229 Punkte
2. Andreas Perret (SSF Bonn) 5071 Punkte
3. Oliver Strangfeld (SSF Bonn) 4977 Punkte
4. Thomas Werner (Heidenheim) 4925 Punkte
5. Robert Trapp (Berlin) 4690 Punkte
6. Markus Euskirschen (Zweibrücken) 4251 Punkte

Trainer Kersten Palmer ist zuversichtlich, daß seine Athleten sich auf der Deutschen Juniorenmeisterschaft in Heidenheim im Juni endgültig für die Weltmeisterschaft qualifizieren.

Mit Maren Thiel hat noch eine weitere SSF-Athletin die Möglichkeit sich für die Junioren-

weltmeisterschaft der Mädchen im September in Modena (Italien) zu qualifizieren.

Maren hatte sich im März für den einen 12 Mädchen starken Kader qualifiziert. Sie kann sich über die Deutschen Meisterschaften der Frauen (Ende Juni in Berlin) sowie über die Weltcups in Riga (Lettland), 16. – 21. Mai, und Berlin, 5. – 9. August, für die Juniorinnenweltmeisterschaft qualifizieren.

Dabei hat sie nach der Aussage von Damenbundestrainer Rudi Trost aufgrund ihrer Leistungssteigerung in dieser Saison sehr gute Chancen, das Ziel Weltmeisterschaft zu erreichen.

Wir wünschen unseren SSF-Athleten von dieser Stelle aus alles Gute für die noch ausstehenden Qualifikationswettkämpfe.



A. Perret



O. Strangfeld

SSF-Fünfkämpfer Roman Rocke gewinnt Bronzemedaille

Auf der Deutschen Meisterschaft der Jugend B (14 – 16 Jahre) sorgte der SSF-Fünfkämpfer Roman Rocke mit seiner Bronzemedaille in der Einzelwertung für die herausragende Leistung aus Sicht der SSF Bonn. Mit Stefan Klein (Platz 14) und Sven Koggel (Platz 24) nahmen noch zwei weitere SSF-Fünfkämpfer an der Meisterschaft teil. Betreut wurden die Sportler von dem ehemaligen SSF-Spitzenathleten und Weltmeisterschaftsteilnehmer Michael Meidow, der jetzt im Nachwuchsstraining aktiv ist.

Hochzufrieden mit dem Abschneiden der Fünfkämpfer war demzufolge SSF-Abteilungsleiter Josef Gratzfeld. Innerhalb der Abteilungsleitung wurde dieser Erfolg als ein weiterer Beweis dafür gewertet, daß durch eine systematische Nachwuchsförderung der Fünfkampf Abteilung Talente über Kinder- und Jugendwettkämpfe an die Deutsche Spitze herangeführt werden.

Mit Bestleistungen im Schwimmen, Schießen und Laufen zeigte Roman Rocke, daß er auf die Minute Topfit

war. Lediglich im Fechten lief es nicht ganz so gut wie erhofft, ansonsten wäre möglicherweise sogar die Vize-meisterschaft möglich gewesen.

Auch Stefan Klein mit neuer Bestzeit im Schwimmen sowie guter Fecht- und Reitleistung zeigte sehr gute Ansätze. Er verpaßte aber aufgrund einer schwachen Schießleistung eine Platzierung im Vorderfeld.

Der dritte SSF-Athlet Sven Koggel mußte auf der Meisterschaft Lehrgeld bezahlen und erkennen, daß er noch einen weiten Weg zur Spitze hat.

Bonner Werkstätten

Lebenshilfe Bonn, Gemeinnützige GmbH



Die Bonner Werkstätten sind eine anerkannte Werkstatt für Behinderte nach § 55 Abs. 1 des Schwerbehindertengesetzes und firmieren als gemeinnützige GmbH, deren Hauptgesellschafter die Lebenshilfe für geistig Behinderte Bonn e.V. ist. Sie sind eine Einrichtung zur Eingliederung behinderter Menschen in das Arbeitsleben und bietet ihren Beschäftigten, die nicht, noch nicht oder noch nicht wieder auf dem allgemeinen Arbeitsmarkt tätig sein können, einen Arbeitsplatz. Sie ermöglicht den behinderten Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern im Rahmen der persönlichen Möglichkeiten ihre Leistungsfähigkeit zu entwickeln und ein angemessenes Arbeitsentgelt zu erreichen.

In Absprache mit den öffentlichen Kostenträgern nehmen die Bonner Werkstätten behinderte Menschen aus der Stadt Bonn, dem linksrheinischen Rhein-Sieg-Kreis und in Rheinnähe gelegenen Teilen von Königswinter und Bad Honnef auf.

Um den gesetzlichen Auftrag zu erfüllen, unterhalten die Bonner Werkstätten mehrere Einrichtungen mit insgesamt 579 Arbeitsplätzen für behinderte Menschen.

Werk 1 und Zentralverwaltung:

5303 Bornheim-Hersel, Allerstraße 43

Tel.: (0 22 22) 83 02 - 0

Fax: (0 22 22) 8 26 38

Werk 2:

5300 Bonn-Beuel, Röhfeldstraße 5

Tel.: (02 28) 47 30 65

Fax: (02 28) 47 20 01

Gartenbaubetriebe:

5300 Bonn 1, Haberstraße 9

Tel.: (02 28) 66 31 11

DURCHFÜHRUNG VON LOHNARBEITEN UND LIEFERARBEITEN:

- Holz:** Herstellung von Holzpaletten und Versandverpackungen aller Art
- Metall:** Ausführung von Dreh-, Bohr-, Fräs-, Stanz- und Schutzgasschweißarbeiten
- Druckerei:** Offsetdruck bis DIN A2, Buchbinderarbeiten, Block- und Formularesätze
- Sonstige:** Lohnverpackung, Montagearbeiten, Landschaftspflege, Grabpflege, Landschaftsbau, Floristik, Näherei, Herstellung und Lieferung von Mittagessen

DURCH AUFTRÄGE HELFEN SIE BEHINDERTEN MENSCHEN.

EINEN TEILBETRAG DER AUFTRAGSSUMME KÖNNEN SIE AUF DIE AUSGLEICHSABGABE ANRECHNEN.



SSF-Kanuten in Belgien und Frankreich

Unsere Kanufahrer können wieder einmal von hervorragenden Frühjahrsfahrten berichten. Besonders eindrucksvolle Kanutouren waren seit dem ausgehenden Winter bei idealen Wasserständen und überwiegend guten Witterungsbedingungen auf den landschaftlichen „Flußperlen“ Nister, Kyll, Lieser, Prüm und oberer Sieg zu verzeichnen. In dieser Zeit nahm die Abteilung auch an den Bezirksfahrten auf Ahr und Wied erfolgreich teil. Sportliche Höhepunkte setzte die Osterfahrt in die belgischen Ardennen, wo auf den Flüssen Lesse, Lomme sowie östliche und westliche Ourthe vielfältige interessante Eindrücke auf die Kanuten warteten.

Weitere abwechslungsreiche Fahrten führten die Kanuten auf die Wupper im Bergischen Land, auf die Oude Maas in die benachbarten Niederlande und auf die Eifel-Rur nach Monschau, wo ebenfalls gute sportliche Eindrücke zu verzeichnen waren, diese jedoch von einer – gottlob glimpflich verlaufenen Verletzung nach einer Kenterung – begleitet wurden.

Während dieser Zeit tummelte sich eine andere Gruppe auf den Wildwassern und Kleinflüssen des Südjura und im französischen Zentralmassiv, wo die mittlere Rhone, der Ain sowie Allier und Loire mit ihren Nebenflüssen gleichermaßen sportli-

che und landschaftliche Abwechslung boten.

Die nächsten Fahrten führen die Kanuten Ende Mai und Mitte Juni voraussichtlich auf alpines Wildwasser. Zwischendurch gibt es mit der Pfingstfahrt nach Südbelgien eine mehr beschauliche Einlage auf den schönsten Flüssen der südbelgischen Ardennen. Die in diesem Jahr spät terminierten Sommerferien lassen alsdann noch genügend Zeit, sich auf die verschiedensten Sommerkanutouren einzurichten, die die Kanuten wieder einmal in die unterschiedlichsten Flußregionen führen werden.

Hubert Schrick, Abt.-Leiter



Kanu-Senior Otto Gütegemann bei der Befahrung einer Gefällstrecke auf dem spritzigen Wildwasser der oberen Kyll in der Eifel.

Seit 1924 kundennah



**HEIZUNG · BÄDER
KÜCHEN
KUNDENDIENST**

Römerstraße 250 · 5300 Bonn 1
Fernruf (02 28) 67 02 82 ☎ 67 42 45

Der Verstand sitzt oben.



Was für den Reitsport gilt, empfehlen wir grundsätzlich auch für die Finanz- und Vermögensberatung: finanzielle Entscheidungen weniger mit dem Gefühl als mit dem Kopf zu treffen. Bonnfinanz bietet qualifizierte und umfassende Beratung bei der Schaffung und Sicherung von Vermögenswerten. Sorgfältige Ausarbeitung personen- und bedarfsorientierter Lösungen nach logischem System. Anschaulich und klar verständlich für alle Beteiligten.

Dabei gilt für uns:
Nur mit erstklassigen und renommierten Partnern zusammenzuarbeiten. Nur so können wir Ihnen Sicherheit bieten und Ihr Vertrauen gewinnen. Mit Hilfe eines zuverlässigen Partners können Sie dann auch einmal große Sprünge machen. Zum Beispiel mit einer Lebensversicherung, bei der Sie feste Auszahlungstermine vereinbart haben.

Coupon

für eine Beratung zum Thema Vermögensaufbau- und Absicherung.

Unser aktueller Tip:

- Kapitalanlagen
- Immobilienfonds

Bonnfinanz
Aktiengesellschaft für
Vermögensberatung
und Vermittlung
Adalbert-Stifter-Str. 4
5300 Bonn 1
Telefon 02 28-53 30

Name _____

Anschrift _____

BONNFINANZ



Die Feldenkrais-Methode – Bewußtheit durch Bewegung®

Was ist das?

Bei der Entwicklung seiner körperzentrierten Lern- und Entwicklungsmethode ging Moshé Feldenkrais von der Überzeugung aus, daß jedermann umlernen kann und daß die Verbesserung der Bewegung der leichteste und beste Weg ist, die Lebensqualität des Menschen zu heben. Bewegung ist die Grundlage aller menschlichen Entwicklungsprozesse. Beweglicher werden heißt lebendiger werden – körperlich, seelisch und geistig.

Durch bewußt ausgeführte neue Bewegungsabläufe kann der Prozeß des organischen Lernens jederzeit aktiviert werden. Da die Funktionsfähigkeit des Nervensystems durch persönliche Erfahrung organisiert und geformt wird, ist Um- und Neulernen während des gesamten Lebens möglich.

Die Feldenkrais-Methode, von Dr. Moshé Feldenkrais (1904 – 1984) entwickelt, ist eine ganzheitliche Lernmethode.

Sie gibt jedem die Möglichkeit für sich zu lernen und zu verstehen, was für seinen Körper, für seine Person gut und möglich ist.

Im Laufe unseres Lebens haben wir uns oft Haltungen und Bewegungen angewöhnt, die Schmerzen oder Beschwerden zur Folge haben. Mit der Feldenkrais-Methode lernen wir, durch behutsame Bewegungen, die ohne Anstrengung, aber mit großer Wachheit ausgeführt werden, überflüssige Haltungen aufzugeben und so das Bewegungs- und Handlungspotential zu erweitern.

Die Schulung von Sensitivität, Aufmerksamkeit, Entspannung sowie das Bewegungserleben ermöglichen es, im Einklang mit dem Körper, die innewohnenden Fähigkeiten zu entwickeln und die Lebensqualität zu verbessern – ohne dem Reglement einer Leistungsbewertung zu unterliegen.

Während der Lektionen beobachten die Teilnehmer aufmerksam die Art und Weise, wie sie ihre Muskeln, Gelenke und das Skelett bewegen. Sie

sollen herausfinden, wie sich Bewegungsabläufe angenehmer, harmonischer und ökonomischer organisieren lassen, um zweckmäßiger mit sich umzugehen.

Die sanften und ohne Anstrengung ausgeführten Bewegungen sind für jeden geeignet und werden meist im Liegen, Sitzen, Stehen oder Gehen durchgeführt.

Für die Mitglieder der SSF Bonn wird ein Feldenkrais-Kurs über 10 Wochen angeboten. Die Kursleiterin, Frau Engel-Maurer, ist ausgebildete Feldenkrais-Pädagogin. Der Kurs findet ab dem 20. August 1992 (Sommerferien!!!) voraussichtlich am Donnerstag von 17.00 bis 19.00 Uhr statt. Ort und der genau Termin werden in der August-Ausgabe bekanntgegeben. Da die Teilnehmerzahl begrenzt ist, können Sie sich jetzt schon in der Geschäftsstelle, möglichst schriftlich, anmelden. Kursgebühr: SSF-Mitglieder 80,- DM, Nichtmitglieder 100,- DM.

»» sport-vossen ««

Josef Vossen, Kringsweg 30, 5000 Köln 41 (Lindenthal)
Telefon (02 21) 44 54 20

Sport-Shop und Versand für Schwimmer

Wir haben alles,
was Schwimmer benötigen:

Ein Besuch bei uns
lohnt sich!

SPEEDO
where the action is

SOLAR®

arena
®

WANDER
sport

Champ

GESUNDHEITS-SPORTPROGRAMM / START: 27. 4. 1992

K-Nr.	Wochentag	Zeit	Kursbezeichnung	Ort/Sportstätte	Sportlehrer	Beginn	Dauer	DM	Kursinhalt
WIRBELSÄULENGYMNASTIK									
G2201	Montag	18.45 – 20.00	Wirbelsäulengymnastik	KBA	Frau Brune	27.04.92	10 Wochen	60,-	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.
G2202	Dienstag	17.00 – 18.15	sanfte WS-Gymnastik	Theodor-Litt-Schule	Frau Hartung	28.04.92	10 Wochen	60,-	
G2203	Dienstag	18.15 – 19.30	Wirbelsäulengymnastik	Theodor-Litt-Schule	Frau Hartung	28.04.92	10 Wochen	60,-	
G2204	Dienstag	19.30 – 20.45	Wirbelsäulengymnastik	Theodor-Litt-Schule	Frau Hartung	28.04.92	10 Wochen	60,-	
G2205*	Mittwoch	17.00 – 18.00	Wirbelsäulengymnastik	KBA	Frau Hartung	29.04.92	10 Wochen	60,-	
G2206*	Donnerstag	17.00 – 18.15	Wirbelsäulengymnastik	Theodor-Litt-Schule	Frau Krabbe	30.04.92	10 Wochen	60,-	
G2207*	Donnerstag	18.15 – 19.30	Wirbelsäulengymnastik	Theodor-Litt-Schule	Frau Krabbe	30.04.92	10 Wochen	60,-	
GANZHEITLICHE GESUNDE FITNESS/GEZIELTE GYMNASIK									
G2208*	Montag	17.00 – 18.45	Gesundes Fitnessstraining für Sie und Ihn mit Wirbelsäulengymnastik	KBA	Frau Brune	27.04.92	10 Wochen	60,-	Einseitige Belastungen sowie Bewegungsmangel im Beruf und Alltag sollen ausgeglichen werden. Inhalte sind gezielte Gymnastik für den Haltungsgesundheitsbereich und bestimmte Körperpartien wie Rücken-, Schulter-, Nacken-, Bein- und Armbereich. Spiele, Musik und Kleingeräte steigern Spaß und Freude an der Bewegung.
G2209	Montag	20.00 – 22.00	Frauengymnastik	Kinkel-Real-Schule	Frau Lüdtker	27.04.92	10 Wochen	50,-	
G2210	Mittwoch	18.15 – 19.30	Ausdauerschule	Sportpark Nord	Herr Kirse	29.04.92	10 Wochen	60,-	
G2211*	Donnerstag	20.00 – 22.00	Konditionsgymnastik	KBA	Frau Krabbe	30.04.92	10 Wochen	80,-	
G2212	Freitag	17.00 – 18.30	Spiel und Spaß für Sie und Ihn	KBA	Frau Krabbe	08.05.92	10 Wochen	60,-	
BEWEGUNGSPROGRAMM FÜR BESTIMMTE ZIELGRUPPEN									
G2213*	Mittwoch	19.00 – 20.00	Sport für (überge)wichtige Personen	Sportpark Nord	Frau Vogler	29.04.92	10 Wochen	60,-	Möglichkeiten und Grenzen körperl. Bewegung erlernen, Beweglichkeit erhalten und verbessern sowie Erfahrungen austauschen.
G2214	Freitag	15.00 – 16.00	Eltern-Kind-Turnen ab 3 Jahre	Robert-Wetzlar-Schule	Frau Krabbe	08.05.92	10 Wochen	60,-	Ziel des Kurses ist es, in spielerischer Form Haltungsschwächen und Bewegungsmängeln vorzubeugen. Durch spezielle Übungen und kleine Spiele werden die Kinder zur Bewegungsvielfalt angeregt.
G2216	Freitag	16.00 – 17.00	Eltern-Kind-Turnen ab 1,5 Jahre	Robert-Wetzlar-Schule	Frau Krabbe	08.05.92	10 Wochen	60,-	
G2215	Mittwoch	18.00 – 19.15	aerobic	Robert-Wetzlar-Schule	Frau Strelow	29.04.92	10 Wochen	60,-	Die Kursleiterin hat ihre Lizenz „aerobic instructor“ in den USA erworben und bietet eine erstklassige rhythmische Ausdauer-gymnastik.

* Kurse in Kooperation mit der BEK.

Die Sportstätten:

Sportpark Nord (Schwimmhalle, kleine Fechthalle, Stadion) Kölnstraße 250 5300 Bonn 1 (Nord)	Theodor-Litt-Schule (Turnhalle,) Gymnastikraum Eduard-Otto-Straße 9 5300 Bonn 1 (Kessenich)	KBA Turnhalle der Kaufmännischen Bildungsanstalten Kölnstraße 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)
---	--	--	--	--

Kursbeginn nach den Sommerferien am 07. September 1992

Anmeldung

Die Anmeldung erfolgt schriftlich oder telefonisch an die angegebene Adresse. Aus organisatorischen Gründen kann eine Anmeldebefreiung 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 Kursgebühren für ausgewählte Kursangebote. Die SSF Bonn 05 e.V. stellen bei regelmäßiger Teilnahme am Kursende eine Teilnahmebestätigung aus. Diese Bescheinigung wird der Krankenkasse zur Gebührenerstattung vorgelegt. Welche Kurse unter diese Regelung fallen, erfahren Sie bei der Anmeldung oder beim Kursleiter. Im Einzelfall empfehlen wir die Rückfrage bei Ihrer Krankenkasse. Zur Zeit erstatten folgende Krankenkassen anteilige Kursgebühren:

- Barmer Ersatzkasse (BEK),
- Innungskrankenkasse (IKK),
- Kaufmännische Krankenkasse (KKH),
- Deutsche Angestellten Krankenkasse (DAK).

Die mit * gekennzeichneten Kurse werden in Kooperation mit der Barmer Ersatzkasse Bonn durchgeführt. Für Mitglieder der BEK sind diese Kurse kostenfrei. Weitere Informationen über das gesundheitsfördernde Programm der BEK erhalten Sie in der Geschäftsstelle.

SSF-Mitglieder:

Alle SSF-Mitglieder erhalten für die Gesundheitssport-Angebote grundsätzlich einen Nachlaß von 30% (und ggf. Gebührenerstattung). Für die Breitensportkurse bestehen unterschiedliche Rabatte, zum Teil entstehen keine zusätzlichen

Kursgebühren, 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 -
Kölnstraße 313 a, 5300 Bonn 1
Telefon: 02 28 / 67 68 68
Telefax: 02 28 / 67 33 33

Das Sportangebot des Klubs



Schwimmen

Abteilungsleiter: Alfred Papenburg, Bonner Logsweg 10, 5300 Bonn 1, Telefon 6 81 53 50 (d) und 64 46 46 (privat)

Klubeigene Schwimmhalle im Sportpark Nord, Kölnstraße 250, 5300 Bonn 1.

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

Lehrbecken: 12,5 m lang, 8,00 m breit
Wassertiefe 0,40 m/1,10 m
Wassertemperatur 26 Grad

Kostenlose Benutzung für Klubmitglieder zu folgenden Zeiten:

Sportbecken:	montags	13.00 – 21.30
	dienstags bis freitags	7.00 – 11.00
	auf den Bahnen 1 – 3	12.00 – 21.30
	samstags	8.00 – 12.00
	sonntags	8.00 – 12.00
	feiertags	8.00 – 12.00

Vorschwimmen jeden Freitag 16.00 – 16.30

An folgenden Tagen ist das Bad geschlossen:

Neujahrstag, Rosenmontag, Ostermontag, Pfingstmontag, 1. Weihnachtstag, 2. Weihnachtstag.

An folgenden Tagen wird das Bad um 12.00 Uhr geschlossen:

Weiberfastnacht, Heilig Abend, Silvester.

Kleinkinderschwimmen

Leiterin: Monika Warnusz
Trainingszeiten: für Fortgeschrittene 14.00 Uhr
für Anfänger 15.00, 15.45, 16.30 Uhr
Anmeldung: Monika Warnusz, Telefon 67 17 65
oder
im Frankenbad montags und donnerstags
(Lehrschwimmbecken)



Wasserball

Sportstätte: Schwimmhalle, 5300 Bonn 1, Kölnstraße 250
Ansprechpartner: Ingo Lochmann, Sprottauer Str. 1, 5300 Bonn 1
Tel.: 02 28 / 66 91 62

Trainingszeiten: dienstags und donnerstags 19.15 – 22.00
samstags 17.00 – 18.00



Sporttauchen

Sportstätte: Schwimmhalle, 5300 Bonn 1, Kölnstraße 250
Tauchcaisson, 7 m tief

Auskunft: Dagmar Wekel, Telefon 63 98 23
Heide Grebe, Telefon 21 47 63
(nur werktags 19.30 – 20.30 Uhr)
Herbert Sieg, Telefon 67 65 00 (Jugend)

Trainingszeiten: montags und donnerstags 20.15 – 21.30
samstags (Jugend) 17.00 – 19.00



Tanzen

Auskunft: Peter Kunze, Telefon 02 28 / 23 09 79
Orion-Geschäftsstelle
Telefon 02 28 / 44 02 67

Infos in den Sportstätten: Gottfried-Kinkel-Realschule, 5300 Bonn 1
August-Bier-Straße 2
montags, ab 21.00 Uhr
donnerstags, ab 18.00 Uhr
freitags, ab 19.00 Uhr

SSF-Bootshaus, Rheinaustraße 269, Bonn 3
dienstags, ab 19.00 Uhr

Mühlenbachhalle, Beueler Str., Vilich-Müldf.
mittwochs, ab 18.00 Uhr

Gemeinschaftsschule
Auf dem Steinbüchel, Meckenheim-Merl
donnerstags, ab 18.30 Uhr

Steyler Mission
Arn.-Janssen-Str., Sankt Augustin
montags, ab 20.00 Uhr



Badminton

Auskunft/Einteilung erfolgt durch Herrn Klauer, Tel. 23 63 57

Trainingszeiten: Robert-Wetzlar-Schule/Dorotheenstraße/
Ecke Eller Straße, Bonn 1
Mo. 17.00 – 20.00 (Halle 1)
20.00 – 22.00 (Halle 2)
Mi. 19.30 – 22.00 (Halle 1)

Sportpark Nord/Kölnstraße 280, Bonn 1
Do. 20.00 – 22.00 Uhr

Gewerbliche Bildungsanstalten (GBA)
Fr. 20.00 – 22.00 Uhr



Ski

Sportstätte: Turnhalle der Kaufmänn. Bildungsanstalten
Kölnstraße 235, 5300 Bonn 1

Ski-Gymnastik: mittwochs 18.15 – 19.30
mittwochs 19.30 – 22.00

Auskunft: Günter Müller, Telefon 28 28 81



Volleyball

Wettkampfmannschaften: Karl-Heinz Röhgen, Abteilungsleiter
 Auskunft: Telefon 44 15 51
 Hobby-Volleyball (Mixed): Trainingszeit: Dienstag, 20.00 – 22.00 Uhr, TH der Gottfried-Kinkel-Realschule, August-Bier-Straße 2, 5300 Bonn 1
 Auskunft: Heinz Jacobi, Telefon 66 37 01
 Freitag, 19.30 – 22.00 Uhr, TH der Gottfried-Kinkel-Realschule, August-Bier-Straße 2, 5300 Bonn 1
 Auskunft: Peter Schoenrock, Telefon 66 02 62
 Samstag, 14.30 – 17.00 Uhr, TH der Gottfried-Kinkel-Realschule, August-Bier-Str. 2, 5300 Bonn 1
 Auskunft: J. Jenderek
 Volleyball-Kurse: Gunter Papp, Telefon 12 41 87 (d)



Kanufahren

Sportstätte: Schwimmhalle, 5300 Bonn 1, Kölnstraße 250
 Trainingszeit: montags + donnerstags 20.00 – 21.30 Uhr
 Bootshaus: Rheinaustraße 269, 5300 Bonn 3 (Beuel)
 Auskunft: Hubert Schrick, Telefon 77 34 24 (d)
 67 25 32 (p)
 Walter Düren 36 38 90
 Wolfgang Mühlhaus 0 22 41/2 99 61
 / 20 42 82

Karate

Sportstätte: Gottfried-Kinkel-Realschule August-Bier-Straße 2, Bonn-Kessenich
 Trainingszeiten: f. Anfänger montags 18.30 – 20.00
 f. Fortgeschrittene freitags 18.00 – 19.30
 Sportstätte: Theodor-Litt-Hauptschule Eduard-Otto-Straße 9, Bonn-Kessenich
 Trainingszeiten: f. Anfänger mittwochs 18.30 – 20.00
 f. Fortgeschrittene mittwochs 20.00 – 22.00
 Auskunft: Klaus Leipoldt, Graf-Galen-Str. 9, 5300 BN 1
 Telefon: 22 48 91

Lauftreff

Sportstätte: Sportpark Nord

montags: (Anfänger) 17.30 – 18.30
 mittwochs: (Fortgeschrittene) 18.00 – 19.00
 freitags: (Anfänger) 18.00 – 19.00
 sonntags: (Fortgeschr.+ Anfänger) 14.30 – 16.15
Auskunft: Geschäftsstelle 67 68 68



Budo

Sportstätte: Theodor-Litt-Hauptschule, 5300 Bonn 1, Eduard-Otto-Straße 9
 Trainingszeit: montags – freitags 17.00 – 22.00
 Auskunft: Geschäftsstelle, Telefon 67 68 68



Moderner Fünfkampf

Sportstätte: Sportpark Nord, 5300 Bonn 1, Kölnstraße 250 Poststadion, 5300 Bonn 1, Lievelingsweg
 Auskunft: Hans-Josef Gratzfeld, Telefon 67 53 81
 Reinhold Meidow, Telefon 67 03 43
 Trainer: Michael Scharf, Telefon 0 22 22 / 8 12 35



Breitensport

Frauengymnastik

Sportstätte: Gottfried-Kinkel-Realschule, August-Bier-Straße 2, 5300 Bonn-Kessenich
 Trainingszeit: montags 20.00 – 22.00
 mittwochs (Aerobic) 18.00 – 19.00
 20.00 – 22.00

Vorbereitung und Abnahme des Sportabzeichens:

1. SSF-Mitglieder
 Sportstätte: Sportpark Nord/Schwimmhalle
 Trainingszeit: dienstags, ab 30.4.1991 17.30 – 19.30
 Leitung: Renate Vogler
 Auskunft: Geschäftsstelle, Telefon 67 68 68

2. Sonstige Interessenten
 a) Leichtathletik (auch Abnahme für Behinderte)
 Sportstätte: Sportplatz des Schulzentrums Tannenbusch, Hirschberger Straße (Nähe Gustav-Heinemann-Haus)
 Trainingszeit: in den Monaten Mai bis September dienstags (18.00 Uhr) und freitags (17.30 Uhr)
 b) Schwimmen
 Sportstätte: Schwimmhalle im Sportpark Nord
 Leitung: Frau D. Gutbrodt

Freizeit- und Seniorensport

Sportstätte: Schwimmhalle im Sportpark Nord
 Trainingszeit: dienstags Gymnastik 17.30 – 18.00
 Schwimmen 18.00 – 19.00
 freitags Schwimmen 18.30 – 19.30
 Auskunft: während der Trainingszeiten



Besuch bei der Polizei

Nachdem wir, die Jugendgruppe, uns am 24. April gegen 8 Uhr am Polizeipräsidium in Bonn so allmählich eingefunden hatten, fuhren wir in zwei VW-Bussen der Polizei zusammen mit Peter und Wilfried Lange, Einstellungsberater der Polizei, die uns diese Fahrt ermöglicht haben, zur Bereitschaftspolizei NRW nach Brühl. Dort empfing uns der Führer des technischen Zuges der 20. Hundertschaft und hielt einen kurzen Vortrag über den Aufbau der Polizei in NRW und über die Aufgaben des technischen Zuges, wobei die Taucher besonders berücksichtigt wurden. Anschließend folgte eine Besichtigung der Einrichtung und Ausrüstung mit Erklärungen des technischen Zuges. Von größtem Interesse war hier das Tauchereinsatzfahrzeug, das von zwei aktiven Tauchern erklärt wurde. Erzählungen

über Erlebnisse der Polizeitaucher fehlten natürlich nicht. (Nein Rolf! Es wäre zu auffällig gewesen, wenn die deinen Tansit gegen das Einsatzfahrzeug ausgetauscht hättest!) Eine abschließende Besichtigung von Sprengmitteln und anderen Geräten (Nein Rolf! Das Sprengmaterial wird noch gebraucht!) führte uns zu einer Teilnahme am theoretischen Unterricht der Polizeischule über das Grundgesetz. Eine Einladung, die kulinarischen Genüsse der Kantine zu kosten, konnte natürlich keiner ablehnen.

Zurück in Bonn, erhielten wir von Herrn Lange Informationen zur Aufnahme in den Polizeidienst. Nach einer Besichtigung der Einsatzzentrale löste sich ein heiteres Grüppchen in Richtung Heimat auf.

Rainer Eisheuer



Besichtigung des Tauchereinsatzfahrzeuges

Antauchen 1992

Das erste Mal seit Jahren fand das Antauchen bei fast frühlingshaftem Wetter statt. Dies wirkte sich wohl auch auf die Tauchlust der Abteilungsmitglieder aus. Immerhin 17 Taucher stiegen in die kalten Fluten der Listertalsperre bei Olpe, die endlich mal wieder richtig voll war, so daß auch Tauchgänge über 20 m möglich waren.

Nach dem Tauchen trafen sich wirklich alle, die angereist waren in einem nahegelegenen Gasthof zum gemeinsamen Essen. Dies war dann auch der Abschluß einer seit langem einmal wieder gelungenen Veranstaltung. Immerhin traten 30 Personen den Weg an die Listertalsperre an, um daran teilzunehmen. Unter diesen Bedingungen kann man darüber hinwegsehen, daß es noch immer Leute gibt, die sich anmelden und nicht erscheinen, obwohl ihnen bekannt ist, daß entsprechende Vorbereitungen getroffen werden und der Abteilung gegebenenfalls finanzielle Verluste entstehen.

Fahrt ins Museum

Trotz schwacher Beteiligung bestand innerhalb des Vorstandes Einigung darüber, die Busfahrt nach Frankfurt ins Senckenberg-Museum stattfinden zu lassen. 15 Leute kamen in den Genuß dieser „Bildungsfahrt“. Zu Beginn nahmen wir an einem Diavortrag über das Senckenberg-Museum und die Arbeit der Wissenschaftler teil. Anschließend hatte jeder die Möglichkeit, die einzelnen Abteilungen auf eigene Faust zu erkunden, bevor uns in einem Fachvortrag die Evolution von Tieren anhand von Versteinerungen erläutert wurde.

Nachdem die geistige Aufnahmekapazität eines jeden wohl erschöpft war, fuhren wir mit dem Bus nach Sachsenhausen und testeten dort „Äpfelwoi“ und „Handkäs mit und ohne Musik“ bevor wir leicht erschöpft aufgrund der vielen Eindrücke und des Apfelweins die Heimreise antraten.

Von hier aus vielen Dank an die Organisatoren Birgit Heinz und Guido Wolbring.
Heide Grebe

Wir reinigen:

Büros · Krankenhäuser
Kaufhäuser · Verkehrsmittel
Industrie · Fassaden
Teppiche · Polster
Hygiene – Service

Maarstraße 96
5300 Bonn 1
Telefon 02 28 / 46 20 17 - 18



IRLAND

1 Woche auf
2 oder 4 Rädern

Flug mit  Lufthansa von Köln/Bonn nach Dublin

Angebot I

pro
Person
DM

848,-

zzgl. 10,- DM Flughafensicherheitsgebühr

Verlängerungswoche p.P. DM 346,-

- inkl. Flug mit Lufthansa in der Touristen-Klasse
- inkl. 1 Tourenrad oder Mountain Bike
- 7 Übernachtungsgutscheine mit Frühstück für 7 von 1000 idyllischen Farmhäusern
- Unterbringung in Doppelzimmern
- EZ-Zuschlag pro Woche DM 100,-
- umfangreiches Karten und Informationsmaterial

Angebot II

pro
Person
DM

888,-

zzgl. 10,- DM Flughafensicherheitsgebühr

Vollkaskoversicherung beinhaltet eine Selbstbeteiligung von IRP 150,- (ca. DM 400,-)

- inkl. Flug mit Lufthansa in der Touristen-Klasse
- inkl. 1 Leihwagen, Klasse A (Nissan Micra, Corsa o.ä)
- inkl. aller gefahrenen Kilometer
- Reisepreis gilt bei Nutzung des Mietwagens von 2 Personen
- Zuschlag für Einzelreisende DM 343,-
- Ermäßigung bei Nutzung des Mietwagens bei mehr als 2 Pers. auf Anfrage

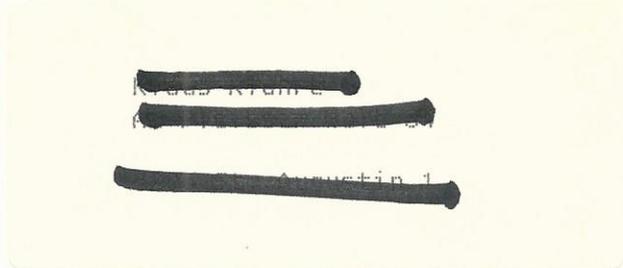
Alle Preise sind gültig bis zum 30.09.1992

Bitte abschneiden bei Schaufensteraushang

PROVISION: DM 100,- für die erste Woche bei beiden Angeboten, DM 130,- für zwei Wochen

BUCHUNGEN: und weitere Anfragen bei **ETC** European Travel Consulting 5480 Remagen • Klostersgarten 10
Tel. 02642/3020 • Fax 02642/3010

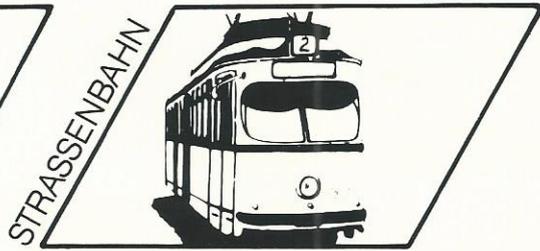
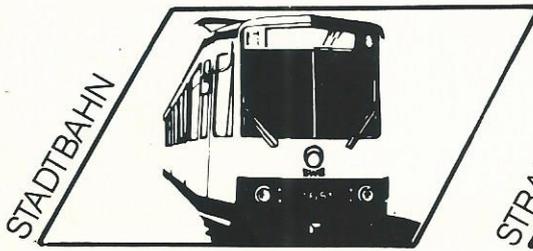
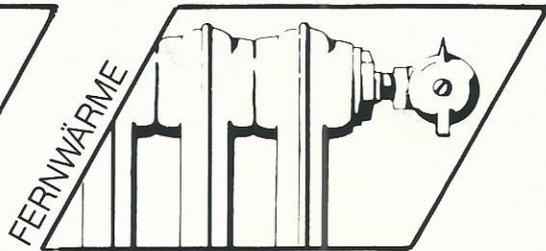
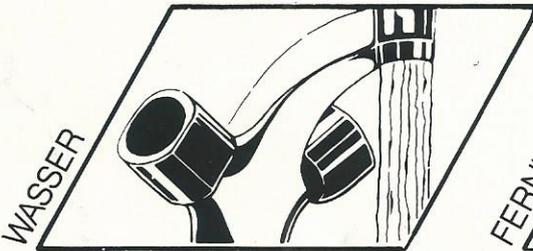
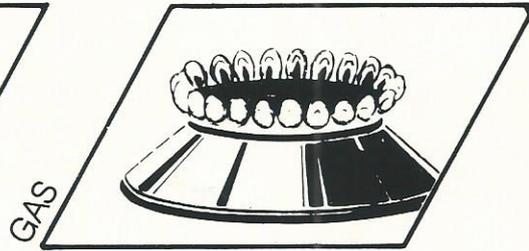
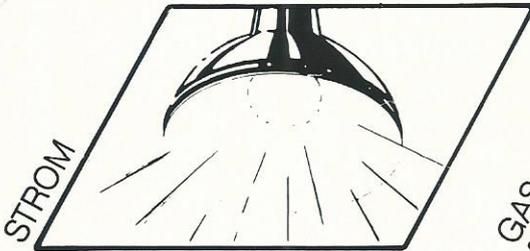
Schwimm- + Sportfreunde Bonn 05 e.V.
Kölnstraße 313 a 5300 Bonn 1



Z 4062 F



Wir sorgen für Sie!



IHRE STADTWERKE BONN

Versorgungs- und Verkehrsbetriebe
Theaterstraße 24, 5300 Bonn 1, Telefon 7 11-1