

# SPORT-PALETTE

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

277/Juni 1984



Badminton



Schwimmen



Volleyball



Tanzen



Kanu



Tauchen



Ski



Mod. Fünfkampf



Budo



Karate



Wasserball



Breitensport



Gymnastik

Geschäftsstelle: Kölnstr. 313a 5300 Bonn 1 Tel. 67 68 68



**„Wer den richtigen Durchblick hat,  
läßt sich die Vorteile des  
S-Prämiensparens nicht entgehen.“**

Wenn Sie wollen, können Sie sich jetzt beim Sparen ganz schön unter die Arme greifen lassen — durch das vorteilhafte S-Prämiensparen. Da bekommen Sie nämlich nicht nur gute Zinsen für Ihr Geld, sondern am Ende der Vertragsdauer auch noch die hohe, einmalige S-Prämie auf Ihre Sparleistungen. Und das schönste an dieser Sparform: Jeder kann sie

nutzen! Denn hier gibt es keine einschränkenden Einkommensgrenzen, und die Höhe Ihrer monatlichen Sparrate können Sie selbst festlegen. Wie lukrativ das Sparen auf diese Weise für Sie sein kann, rechnet Ihnen Ihr Berater gern einmal vor.

Der Berater: der persönliche Service Ihrer Sparkasse.

wenn's um Geld geht  
**Sparkasse Bonn** 

---

Verleger und Herausgeber:  
Schwimm- und Sportfreunde Bonn 05 e. V.

37. Jahrgang                      5. Juni 1984                      Nr. 277

Bezugspreis durch Mitgliedsbeitrag abgegolten.  
Druck: Walter Brumm, Bonn.

Anschrift der Geschäftsstelle:  
Kölnstraße 313 a, 5300 Bonn 1, Tel. 67 68 68 + 67 28 90  
(geöffnet: Montag bis Freitag, 8.30 – 17.00 Uhr)

Bankverbindungen:  
Sparkasse Bonn, Kt. Nr. 72 03 (BLZ 380 500 00); Post-  
scheckkonto Köln, Kt. Nr. 9 32 54 5 01 ( BLZ 370 100 50)

Präsidium:  
Dr. Hans Riegel, Präsident; Josef Thissen, Vizepräsident;  
Peter Bürfent; Dr. Hans Daniels; Professor Dr. Günter Eser;  
Dr. Rolf Groesgen; Willi Hau; Dr. Karl-Heinz van Kalden-  
kerken; Wilderich Freiherr Ostman von der Leye; Reiner  
Schreiber; Bernd Thewalt; Dr. Theo Varnholdt; Else  
Wagner; Rudolf Wickel.

Geschäftsführender Vorstand:  
1. Vorsitzender Werner Schemuth, Freyenberger Weg 8,  
5330 Königswinter 1 ND, Tel. (0 22 23) 2 23 51; stellver-  
tretender Vorsitzender Peter Schmitz, Am Bonner Berg 2,  
5300 Bonn 1, Tel. 67 11 59; stellvertretender Vorsitzender  
Hans-Karl Jakob, Ubierweg 13, 5300 Bonn 1, Tel. 67 19 26;  
Schatzmeister Ingrid Haupt, An den drei Eichen 45, 5205  
St. Augustin 1, Tel. 0 22 41 / 2 65 13; Technischer Leiter  
Franz-Albert Kluth, Weilerweg 26, 5308 Rheinbach,  
Tel. (0 22 26) 42 99; Schwimmwart Hermann Nettersheim,  
Kaiser Karl Ring 48, 5300 Bonn 1, Tel. 65 30 47; Ko-  
ordinator der Fachabteilungen Manfred Werkhausen,  
Friedrichstraße 4, 5300 Bonn 1, Tel. 63 37 83; Sach-  
verwalter für Steuer und Finanzen Franz Kraus, Albert  
Magnus Straße 46, 5300 Bonn 2, Tel. 33 12 23.

Ehrenvorsitzender:  
Hermann Henze, Brüdergasse 31, 53 Bonn 1, Tel. 65 54 69.

\* \* \* \* \*

Anschrift des Bootshauses:  
Rheinaustraße 269, 5300 Bonn 3 (Beuel), Tel. 46 72 98.

Redaktionsschluß für die nächste Ausgabe der SPORT –  
PALETTE ist Mittwoch, der 4. Juli 1984.

Sportunfälle sind binnen 48 Stunden der Geschäftsstelle  
zu melden !

## Spenden

Die Stadt Bonn stellt ab sofort keine Spendenquittungen  
mehr für Spenden bis zu DM 100,00 aus.

Spenden unter DM 100,00 setzen Sie steuerlich ab, indem  
Sie den Einzahlungsbeleg, den Sie sich von der Bank ab-  
stempeln lassen, dem Finanzamt einreichen.

INHALT	SEITE
Klub aktuell	5
Der Klub gratuliert	9
Termine ... Termine	9
Jahresbericht 1983 des Klubs	10
Ergebnis der 2. Delegiertenwahl	13

### Berichte aus den Abteilungen

Jahresbericht 1984 Abteilung Tanzsport allgemein	15
Breitensport	16
Senioren	19
Volleyball	24
Tauchen	24
Los Angeles INFO	25
Schwimmen	26
Moderner Fünfkampf	28
Kanu	29
Budo	30
Judo	30
Jugendabteilung	31
Das Sportangebot des Klubs	34 / 46

## Adressenänderung

Mitgliedsnummer: .....

Name, Vorname: .....

ALTE ANSCHRIFT:

Straße, Hausnummer: .....

Postleitzahl, Ort: .....

NEUE ANSCHRIFT:

Straße, Hausnummer: .....

Postleitzahl, Ort: .....

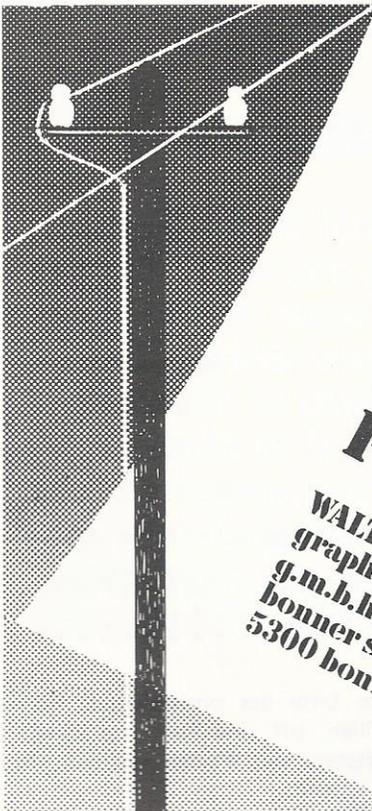
\* \* \* \* \*

Wer umzieht, möchte bitte das obenstehende Formular  
in Druckschrift ausfüllen, auf eine Postkarte kleben und  
rechtzeitig, also mindestens vier Wochen vor dem Umzug,  
an folgende Anschrift senden:

Geschäftsstelle der  
Schwimm- und Sportfreunde Bonn 05 e. V.  
Kölnstraße 313 a  
5300 Bonn 1

**Das Kölsch,  
das  
fröhlich  
macht.**

würzig-frisch



**ENTWURF  
REPRO  
DRUCK  
WEITER-  
VERARBEITUNG  
BROSCHÜREN  
POSTVERSAND**

**WALTER BRUMM**  
graphische werkstätten  
g.m.b.h.  
bonner straÙe 12  
5300 bonn 2



**(0228) 36 20 40 + 35 75 16**

## Club aktuell . . .

### Wir stellen vor



Seit dem 1. Januar 1984 steht die Geschäftsstelle in der Kölnstraße unter der neuen Leitung von Frau Kunas.



Für die Buchhaltung konnten wir Frau Rüsich gewinnen, die mit viel Elan und Geduld sich dieser Aufgabe angenommen hat.

Das Ziel dieses neuen Teams ist es vor allem, daß die Geschäftsstelle wieder zum beliebten Anlaufpunkt für alle Mitglieder, deren Fragen und Probleme, wird.

Wir werden uns bemühen, immer einen für alle Teile tragbaren Weg zu finden, zur Zufriedenheit unserer Mitglieder beizutragen.

Wenden Sie sich vertrauensvoll an IHRE Geschäftsstelle !

Dagmar Kunas / Helga Rüsich

## Aerobic Kursus

kostet für SSF - Mitglieder nur DM 35,00 für 10 Stunden !

## Liebe Leser

möchten Sie Wissenswertes an Ihre Mitmenschen bzw. Vereinskameraden weitergeben (Erlebnisse, Bildberichte, Erläuterungen zu Sportinteressantem usw.), dann senden Sie den Schwimm- und Sportfreunden Bonn 05 e. V., Kölnstraße 313 a, 5300 Bonn 1, unter dem Titel „SPORT-PALETTE“ Ihr Manuskript, und wir werden Ihren Bericht / Ihre Meinung gegebenenfalls in einer unserer Ausgaben veröffentlichen.

Bitte übergeben Sie uns Ihr Paßfoto zur Veröffentlichung!

## Flohmarkt

Unter dieser Rubrik kann in Zukunft alles verkauft, getauscht oder gesucht werden.

## Schwimmkurse für Erwachsene

Im Rahmen des Breitensportes werden ab sofort Schwimmkurse für Erwachsene durchgeführt.

Die Kurse finden zu folgenden Zeiten statt:

donnerstags von 18.00 Uhr bis 19.00 Uhr und freitags von 18.30 Uhr bis 19.30 Uhr.

Der Donnerstags – Kursus wird von Denise Rosenthal und der Freitags – Kursus von Ingeburg Müller geleitet.

Die Kursusdauer hat 12 volle Übungsstunden und soll innerhalb von 15 Wochen abgeschlossen sein.

Die Kursusgebühren betragen für Mitglieder 100,00 DM und für Nichtmitglieder 150,00 DM.

Anmeldungen bei den Kursusleiterinnen oder auf der SSF-Geschäftsstelle.

Manfred Werkhausen

## Kontakte

Suchen Sie einen Partner zum Laufen oder zum Schwimmen. Vielleicht kann nach dem Sport noch etwas geplaudert werden ?

Unter „Kontakte“ können Sie in Zukunft kostenlos Ihre Wünsche und Ihre Telefonnummer hinterlassen.

Wenden Sie sich an die Geschäftsstelle, Kölnstraße 313 a, Telefon 67 68 68.



Wer hat Lust, mit mir gemeinsam zu schwimmen oder Sportveranstaltungen zu besuchen ? Rufen Sie mich an: 67 62 06.



Wer hat Lust, mit mir zu laufen und danach noch ein bißchen zu schwimmen ? Vielleicht ist auch einmal eine gemeinsame Wanderung drin ? Ich bin weiblich, 46 Jahre alt. Telefon: 67 27 54.

# »» sport-vossen ««

Josef Vossen, Kringsweg 30, 5000 Köln 41 (Lindenthal)  
Telefon (0221) 44 54 20

## Sport-Shop und Versand für Schwimmer und Läufer



  
**Champ VERTRIEB**

INGENIEURBÜRO FÜR KÄLTE-,  
KLIMA- UND LÜFTUNGSTECHNIK

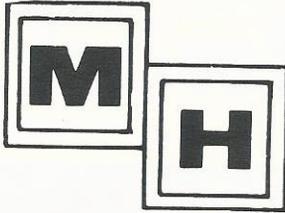


ELEKTRO-AUTOMATISCHE KÜHLANLAGEN

**Bonn-Beuel,**

Königswinterer Straße 247-249

Ruf Bonn:  
46 14 74  
47 55 86  
46 49 27



# Metallbau

# Hagen GmbH

Ihr zuverlässiger Partner für

ALU-Fenster

ALU-Türen

ALU-Fassaden

ALU-Geländer

ALU-Rolläden

Schaufenster

Ganzglastüren

Sonnenschutzanlagen

Markisen

Jalousetten

Schlosserarbeiten • autom. Türen und Tore • Schiebetore

Beratung und Planung durch unsere Fachkräfte

5205 Sankt Augustin - Hangelar, Tannenweg 2, Tel. 02241/2 11 92

## Club aktuell . . Club-Anzug

Der alte Klub - Anzug ist mittlerweile nicht mehr zeitgemäß. Deshalb hat sich der Vorstand entschlossen, neue, zeitlose Anzüge (beiger Blazer und brauner Damenrock bzw. braune Hose) zu bestellen.

Kosten:

Blazer	DM 206,50
Hose	DM 93,00
Damenrock	DM 83,70

Sollten Sie sich auch einen Anzug Ihres Klubs zulegen wollen, wenden Sie sich bitte vertrauensvoll an die:

Geschäftsstelle, Frau Kunsä, Kölnstraße 313 a, Bonn, Telefon 67 68 68.

Ihr Vorstand

## Achtung

In den Sommerferien wird der Sportpark-Nord in der Zeit vom

2. Juli 1984 bis 22. Juli 1984

geschlossen.

In dieser Zeit gibt es wieder die Möglichkeit für die Mitglieder, im Frankenbad zu schwimmen.

## Achtung

Liebe Kinder, liebe Jugendliche !

Füllt bitte den Bogen aus und gebt ihn bei der Geschäftsstelle in der Kölnstraße oder im Schwimmbad zu Händen der Jugendabteilung ab.

Was würdest Du gerne in Deiner Freizeit tun ?

- Radfahren
- Rollschuhfahren
- Schlittschuhlaufen
- Tanzen lernen
- Feste feiern
- Clubraum einrichten (ganz wichtig)
- Basteln / Werken
- Handballspielen
- Zeltlager / Freizeiten in den Ferien
- Wanderungen
- Kegeln allein / mit Eltern
- Fußballspielen
- Wasserrugby
- ins Kion / Theater / Konzert gehen
- Filme drehen
- klönen mit anderen
- diskutieren mit anderen
- andere Wünsche .....

Gehörst Du einer Fachabteilung an ? .....

Alter .....

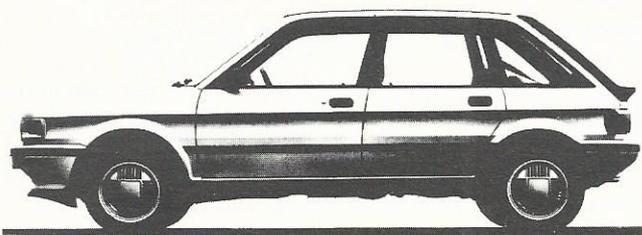
# Es geht wieder aufwärts..

Austin Rover präsentiert  
Meisterliches aus  
Großbritannien



## Austin Maestro

Sparsame und sportliche Modelle  
Aerodynamisch geformte Fünftürer  
Motore: 63 bis 98 PS



Maestro 1,3	Maestro 1,3 LE	Maestro 1,6 HLS	MG Maestro
12 990,-	14 250,-	15 750,-	17 350,-

Der Brite sorgt für Aufsehen  
durch sein

## Meisterstück

# mit RIESENSCHRITTEN!

AUSTIN ROVER



**heiß  
geliebt!**  
...und schnell  
vergriffen

Mein Preis  
**10.490,-**

Mini Mayfair Sport  
Sonderauflage schwarz  
oder silber-metallic. Mit 165er  
Reifen, Alu-Felgen, Leder-  
Lenkrad und verbreiterten  
Kotflügeln.

## Auto-Kümpel-Bonn

Bonner Talweg 321 - 325

Tel.: 02 28 / 23 20 61



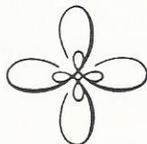
über 20 Jahre BL-Erfahrung

- Wir sind die Spezialisten
- Wir haben die Erfahrung
- SEIT FAST EINEM  
VIERTELJAHRHUNDERT

## Der Club gratuliert

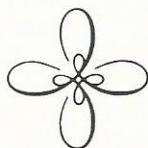
### Runde Geburtstage im Juni

Gisela Hämmerlein  
Helene Steuer  
Hans Mager  
Mathilde Schommer  
Ingeborg Kropla  
Marianne Kurth  
Maria Winand  
Johannes Reichelt  
Dr. Claus Friebel  
Erich Winkler  
Fritz Silz  
Willi Geulen  
Dr. Lothar Wurzer  
Wolfgang Schueler  
Josef Nolden



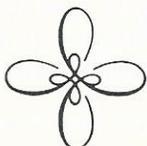
### Runde Geburtstage im Juli

Mia Werner  
Gerd Hopfengärtner  
Peter Wirtz  
Hans Bröhl  
Hans Günter Wessel  
Irmgard Mallwirtz  
Käthe Bursch  
Ina Schlenker  
Erika Hoheiser  
Maria Noethen  
Udo Halata  
Margret Schloesser  
Anneliese Kopp  
Ruth Steffens  
Dieter Schuldt  
Hans Dieter Schmidt  
Franz Bauer  
Gisela Mohr



### Runde Geburtstage im August

Else Bechstedt  
Heinz Stein  
Susanne Dovermann  
Ursula Scholz  
Svend Lorenzen  
Marlis Berckel  
Lambert Frank  
Josef Thiebes  
Helga Richter  
Hans Kalbheu  
Günter Müller  
Marlene Schurz  
Dr. Claus Kühne  
Juliana Krull  
Dr. Peter Reichardt  
Hildegard Schöneshöfer



## Termine . . . Termine

- 15.6.1984 Wasserball - Oberliga, Sportpark Nord  
20,30 Uhr, SSF Bonn / PSV Duisburg
- 16.6.1984 Bezirks-Seniorenkämpfe in Brühl
- 17.6.1984 Auto - Rallye des TTC / SSF mit Tanz-  
schule Wertenbruch, 9.00 Uhr ab Beuel,  
Gaststätte Bootshaus
- 23.6.1984 6. Siebengebirgspokal Karate im Sportpark  
Nord, eines der größten Karateturniere  
in Deutschland, Vorkämpfe Beginn 11.00 h  
Finale Beginn 18.00 h, Tageskarte DM 3,00  
an der Kasse
- 23.6.1983 Westdeutsche Schwimm - Seniorenmeister-  
schaften; der Austragungsort ist noch  
nicht bekannt
- 24.6.1984
- 23.6.1984 Tanzturnier in der Aula der Gesamtschule  
Bonn-Beuel-Ost  
15.00 Uhr Hauptgruppe E-Latein  
16.30 Uhr Hauptgruppe C-Standard  
18.00 Uhr Hauptgruppe C-Latein
- Wasserball-Termine Oberliga 1983 / 1984  
Teilnehmende Mannschaften:  
1. Aegir Uerdingen II  
2. 1. SC Düsseldorf II  
3. SSF Bonn  
4. Poseidon Köln II  
5. ASC Duisburg II  
6. SC Solingen  
7. Aachen 06  
8. PSV Duisburg
- 24.6.1984 Sportpark Nord, 12.15 Uhr  
SSF Bonn / Aachen
- 24.8.1984 Deutsche Schwimm-Seniorenmeisterschaften  
in Berlin

## Schwimmkurse für Kleinkinder

4. Kursus  
3. September 1984 — Herbstferien — bis 25. Oktober 1984
5. Kursus  
29. Oktober 1984 bis 17. Dezember 1984

Achtung, neue Volleyball - Kurse.

Beginn am 23. August 1984 und 27. August 1984. Übungs-  
leiter und Information: Herr Gunther Papp, Telefon:  
12 41 87.

## Jahresbericht

Jahresbericht 1983 des Vorsitzenden und des Vorstandes

Das Leben in den Abteilungen ist Ihnen durch schriftlich vorliegenden Bericht und die Veröffentlichungen in unserer SPORT – PALETTE vermittelt worden. Ergänzungen hierzu können im Laufe der Versammlung von den Abteilungsverantwortlichen erfragt werden.

Ich habe heute zum vierten Male meinen Bericht vorzutragen und den Jahresablauf in unserer Sportgemeinschaft darzustellen. Fangen wir mit dem negativen an:

Auch 1983 ist es nicht gelungen, den Mitgliederschwund zu stoppen. Das hat sicherlich verschiedene Gründe, einmal werden in Zeiten wirtschaftlicher Schwäche zuerst freiwillige Ausgaben abgebaut, zum zweiten läßt die Zahl der ehrenamtlich tätigen Mitglieder ständig nach, so daß Betreuungslücken entstehen, zum dritten hat das Serviceverhalten von Angestellten des Klubs zu Abmeldungen geführt.

Bei dem letzten Punkt haben wir schon eingreifen können und sind auch weiterhin bemüht, Dienstleistungen für unsere Mitglieder zu verbessern. Auf der anderen Seite ist der geschäftsführende Vorstand nicht das Beschaffungsgremium der Abteilungen für Spenden, Zuschüsse, Zuwendungen jeglicher Art, Wohnraum, Arbeitsstellen usw. Es ist bezeichnend, wenn zum Zeitpunkt der Berichterstellung zwei Abteilungen ihre Anträge für Sportbeihilfe der Stadt Bonn 1983 noch nicht eingereicht hatten. Hieraus ergibt sich die dringende Notwendigkeit, die Mitarbeit in den Abteilungsvorständen zu verbessern, dies vor allem in Hinblick auf den von der Delegiertenversammlung geforderten Abbau der Personalkosten im Verwaltungsbereich, der 1983 erfolgte. Wir können es uns in Zukunft aus Personalgründen nicht erlauben, Arbeiten, die im Aufgabenbereich der Abteilungen liegen, durch die Geschäftsstelle durchführen zu lassen; ich bitte hier um Ihrer aller Verständnis.

Die Ihnen vorliegende Haushaltsrechnung 1983 mit einem Überschuss von DM 61.733,00 sollte nicht zur Euphorie führen. In meinem Bericht 1982 habe ich bereits angedeutet, daß wir uns in der Konsolidierungsphase befinden und noch einige Jahre vorsichtig in unserem Finanzgebaren taktieren müssen. 1981 wurde ein Bilanzverlust ausgewiesen von DM 147.162,09, der Überschuss 1982 minderte diesen Verlust auf DM 135.693,06, der Überschuss von 1983 drückte unseren Bilanzverlust auf nunmehr DM 73.959,64, die wir bis 1985 abbauen möchten. An Überschuss für 1983 waren DM 40.000,00 geplant, fast DM 62.000,00 wurden erzielt. Eine erfreuliche Tatsache, daß unerwartete Einnahmen flossen bzw. geplante Ausgaben nicht erforderlich waren. Hierzu wird die Schatzmeisterin noch berichten.

Neben den bekannten sportlichen Aktivitäten ist über folgende Ereignisse im Klubgeschehen zu berichten:

- 1.) Mitgliederversammlung am 28. April 1983,
- 2.) 8. Delegiertenversammlung am 26. Mai 1983,
- 3.) 7. Marktplatzfestival am 1. Oktober 1983,
- 4.) 9. Delegiertenversammlung am 1. Dezember 1983.

Nach unserer Satzung § 14 ist die Mitgliederversammlung

das oberste Organ des Klubs und tagt alle zwei Jahre. Nur 55 stimmberechtigte Mitglieder aus unserem großen Klub waren in die Gottfried-Kinkel-Realschule gekommen, um teilweise wichtige Entscheidungen zu treffen. Die vom Vorstand eingereichten Änderungen zur Delegiertenordnung wurden nach Diskussion und nach den von Herrn Seeberger beantragten Formulierungsänderungen einstimmig genehmigt.

Die durch den Tod von Herrn Oskar Dubral und den Rücktritt von Herrn Heinz Növer vakant gewordenen Präsidiumssitze mußten neu besetzt werden. Der Vorstand schlägt nach Abstimmung mit dem Präsidenten hierfür:

1. Herrn Professor Günter O. Eser, Vorstand der Deutschen Lufthansa,

2. Herrn Dr. Theo Varnholdt, Direktor der Baufinanz,

vor. Herr Professor Eser wird einstimmig, Herr Dr. Varnholdt einstimmig mit einer Enthaltung gewählt.

Durch das Ausscheiden von Herrn Titz und Herrn Blesgen aus gesundheitlichen und Herrn Hacke aus beruflichen Gründen mußte der Rechnungsprüfungsausschuss in verschiedenen Posten neu besetzt werden bzw. die kommissarisch ernannten Mitarbeiter bestätigt werden. Der Vorstand schlägt der Versammlung die Damen Fuschholler und Thomas sowie die Herren Seeberger, Wittenberg und Dachs vor. Die Blockwahl dieser Mitglieder erfolgt einstimmig mit vier Enthaltungen. Unter Punkt „Verschiedenes“ wurde über verschiedene Veranstaltungen berichtet und angekündigt, daß der Vorstand erwägt, ab 1984 „Das bunte Aquarium“ für einige Jahre ausfallen zu lassen.

Der Präsident, Herr Dr. Hans Riegel, hat dem Vorstand vorgeschlagen, das Gründungsfest aus Kostengründen in der Hans-Riegel-Halle durchzuführen. Die Mehrheit der Anwesenden stimmte diesem Vorschlag zu. Die Versammlung endete mit einer Filmvorführung der Schwimmabteilung über das Arena-Meeting 1983 nach 90 Minuten.

Zur 8. Delegiertenversammlung erschienen 53 Delegierte in unserem Klubhaus. Nach dem Bericht des Vorsitzenden und des Vorstandes erfolgte die Abnahme der Jahresrechnung 1982. Herr Peter Schmitz als kommissarischer Schatzmeister erläuterte diese und stellt sie zur Diskussion. Nach Vorschlag aus der Versammlung erfolgte die Abstimmung en bloc einstimmig. Herr Seeberger trägt den umfangreichen Bericht des Rechnungsprüfungsausschusses vor und beantragt Entlastung des Vorstandes. Der Ehrenvorsitzende Hermann Henze übernimmt die Versammlungsleitung und bittet die Anwesenden, den Vorstand uneingeschränkt zu entlasten. Der nun folgende Beschluss wurde einstimmig gefaßt.

Es wurden weitere Beschlüsse gefaßt:

1. Gründungsfest 1983 in der Hans-Riegel-Halle, drei Gegenstimmen;
2. 1984 wird am Karnevalssonntag nur noch das Fest „In Neptuns Reich“ veranstaltet, mit Mehrheit;
3. Benennung der Mitglieder und Ersatzmitglieder für den Wahlausschuss der Delegiertenversammlung. Es

stellen sich die Herren Henze, Dr. Schomerus, Petzelberger, Fritzen und Neff sowie Frau Euteneuer zur Verfügung;

Ende der Versammlung um 21.10 Uhr.

Das 7. SSF-Marktplatzfestival am 1. Oktober 1983 war nach Meinung vieler Beteiligten und Besucher das bisher beste. Unser Vizepräsident Josef Thissen eröffnete pünktlich um 11.00 Uhr die Darstellung des Klubs. Dann rollte sieben Stunden lang ein Non-Stop-Programm, gemixt aus Show, Musik und Sport, gesteuert von unserem stellvertretenden Vorsitzenden Hans-Karl Jakob, ab. Die Röllbacher Musikanten sorgten für stimmungsvolle Unternehmung, der Stuttgarter Jugendchor für gekonnte Gesangseinlagen und die Pop-Gruppe „Die Snäpps“ für flotte Musik und Gesang. Die Kanuten hatten erstmalig ein Bassin aufgebaut und zeigten die Eskimo-Rolle. Die Darbietungen der Tanzsportabteilung, der Aerobicgruppe, der Skigymnastikgruppe, zogen ebenso interessierte Zuschauer an wie die Vorführungen der Abteilungen Volleyball, Tauchen sowie die Demonstrationen und Schaukämpfe in den Sportarten Judo, Jui-Jitsu und Karate. Eine bunte Mischung von Aktivitäten unseres Klubs wurde schätzungsweise 30.000 bis 40.000 Besuchern vorgeführt, von denen 214 sich spontan an diesem Tage als Mitglieder anmeldeten. Oberbürgermeister Dr. Hans Daniels und unser Präsident Dr. Hans Riegel ließen es sich nicht nehmen, einen Rundgang zu machen und Info-Stände der Abteilungen sowie die Verkaufsstände zu besuchen. Die Bonner Presse berichtete umfangreich und positiv über dieses Ereignis. Eine hervorragende Werbung für unseren Klub bedeutet diese Selbstdarstellung, aber auch ein finanzieller Erfolg, denn die nicht unerheblichen Kosten dieser Veranstaltung wurden durch die Einnahmen der Verkaufsstände abgedeckt. Abschließend allen Beteiligten ein herzliches „Dankeschön“ für die geleistete, ehrenamtliche Arbeit für diesen Klub.

Die 9. Delegiertenversammlung fand am 1. Dezember 1983 unter Beteiligung von 73 Delegierten in unserem Klubhaus statt. Unser Freund Otto Gütgemann hat das Amt des Abteilungsleiters der Kanuabteilung an einen jüngeren Mitarbeiter, Herrn Edmund Landsberg, übergeben. Unter dem Beifall der Versammlungsteilnehmer wurde Otto Gütgemann für seine jahrzehntelange erfolgreiche Arbeit in der Kanuabteilung durch ein Geschenk des Klubs geehrt. In diesem Zusammenhang nochmal einen besonderen Dank an unsere Kanuten, die erstens bei zwei Hochwasserkatastrophen 1983 durch ihren Einsatz das Klubhaus vor größerem Schaden bewahrt haben und

zweitens durch Eigenleistungen bei der Dachreparatur des Bootstraktes dem Klub circa DM 10.000,00 einsparten.

Bei der Beratung über den Haushaltsplan 1984 wird festgestellt, daß nach Abstimmung mit den Abteilungsleitern und Kassenführern ein Überschuss von DM 40.000,00 eingeplant werden kann, ohne die Sportausgaben zu reduzieren, da hohe Einsparungen im Verwaltungsbereich durch personelle Umbesetzungen anstehen.

Die Versammlungsteilnehmer wünschen Auskünfte über die einzelnen Kostenstellen, die vom Vorstand ausreichend beantwortet wurden. Nach ausführlicher Diskussion wird der Haushalt in der vom Vorstand vorgelegten Form einstimmig angenommen. Der Vorsitzende erklärt, daß ein in der örtlichen Presse behandeltes Schwimmkonzept weder beraten noch beschlossen wurde und vor allem keine Auswirkungen auf den Haushalt 1984 hat. Es folgten Informationen über Marktplatzfestival 1983, Karneval 1984, Arena-Meeting 1984, HARIBO-Jugendschwimmfest 1984 und Gründungsfest 1983. Der stellvertretende Vorsitzende Peter Schmitz stellt die kommissarisch tätige neue Jugendleitung mit Herrn Martin Spaltmann und Frau Brigitte Habelt vor. Der Ehrenvorsitzende weist darauf hin, daß Sportler bei Ehrungen in entsprechender Kleidung auftreten sollten; Anlaß hierzu geben einige Entgleisungen während der Gründungsfeier. Die Versammlung endete um 21.05 Uhr.

Am Vorabend des Buß- und Bettages (15. November 1983) lud nach alter Tradition der Klub seine Senioren ins Bootshaus ein. Leider konnten wir an diesem Abend nur circa 40 unserer alten Mitglieder begrüßen, die aber sehr rege Erinnerungen austauschten. Es wurde der Wunsch geäußert, die Einladungsliste für dieses Treffen zu aktualisieren. Frau Mia Werner und Frau Christel Hopfengärtner wurden damit beauftragt und gebeten, die Betreuung unserer Senioren im Hinblick auf Gratulanten zu übernehmen.

Am 10. November 1983 fand ein Empfang des Bayerischen Staatsministers statt. An etwa 80 Mitglieder, die unter der Leitung von Frau Ziertmann trainierten und die Prüfungen ablegten, wurde das Bayerische Sportabzeichen in verschiedenen Stufen verliehen.

Mit Wirkung vom 31. Dezember 1983 schieden der bisherige Geschäftsführer Herr Friese und die Mitarbeiterin Frau Dennemärker aus unseren Diensten. Die seit Mitte des Jahres für uns tätige „Schwimm-Mutti“, Frau Dagmar Kunas, wurde ab 1. Januar 1984 mit der Leitung der

## Los Angeles 1984 Olympics



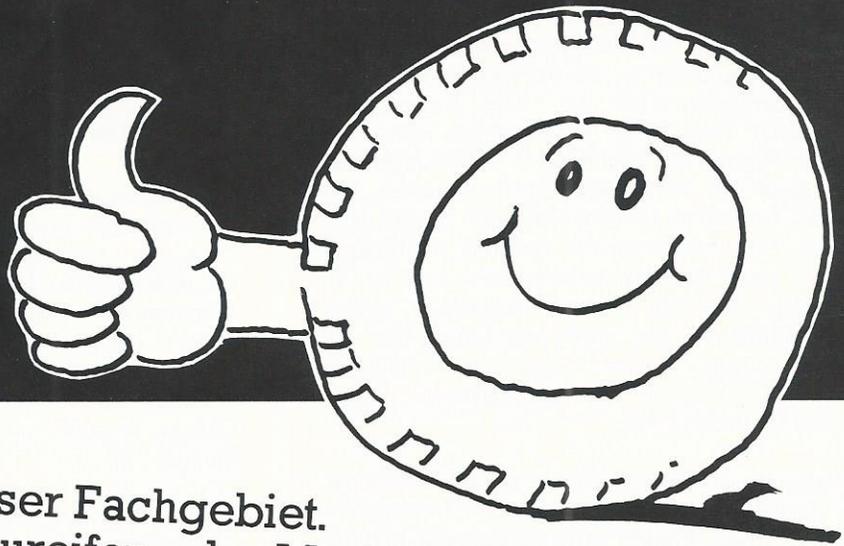
Games of the XXIIIrd Olympiad Los Angeles 1984

Arena ist der offizielle Ausrüster der  
Olympischen Spiele 1984  
für Wettkampf-Schwimmbekleidung



VERGÖLST - RUNDUM IN ORDNUNG

# SICHER FAHREN, SICHER SPAREN: BEIDES ZÄHLT.



Beides ist unser Fachgebiet. Ob es um Neureifen oder Marken-Runderneuerung, um Service oder Zubehör geht – wir liefern ehrliche Leistung zu fairen Preisen. Denn rundum in Ordnung können wir nur sein, wenn Sie mit uns rundum zufrieden sind. Vergölst – Ihr Fachbetrieb für Reifen, Service, Zubehör. 150 mal in Deutschland für Sie da. Auf gute Partnerschaft!

☎ 02 28 / 23 20 01

Friedrich-Ebert-Allee 32  
5300 Bonn

## Vergölst

REIFEN

SERVICE

ZUBEHÖR

Geschäftsstelle beauftragt; ihr zur Seite steht als Halbtagskraft vor allem für buchhalterische Arbeiten Frau Rüsck.

Am 9. November 1983 wird die neue Finanzordnung des Klubs vom Vorstand einstimmig beschlossen und am 17. November 1983 den Abteilungsleitern übergeben. Weiterhin wird der Neudruck des gesamten Satzungswerkes mit allen Anlagen und Ordnungen sowie der Abteilungsatzungen beschlossen.

Die Arbeiten, die dieser Klub von seinen Führungskräften verlangt, sind im Jahr 1983 nicht weniger geworden, nur die Probleme haben zugenommen, und die Zahl der Mitarbeiter nimmt ab. Aber mit gesundem Optimismus wird manche, auch schwere Aufgabe, gemeistert.

Um die Abläufe unserer Sportgemeinschaft mit 13 Abteilungen richtig zu steuern, waren neben den Zusammenkünften der Abteilungsvorstände und den zahlreichen Sitzungen des Rechnungsprüfungsausschusses:

- 1 Mitgliederversammlung,
  - 2 Delegiertenversammlungen,
  - 2 Präsidiumssitzungen,
  - 2 Gesamtvorstandssitzungen
- 43 Sitzungen des geschäftsführenden Vorstandes

notwendig.

Ein enormer Aufwand, den dieser Klub im Dienste des Allgemeinwohls erbringt. Aber um weiter aktuell zu bleiben, müssen neue Ideen einfließen und die Werbetrommel gerührt werden. Sie alle sind herzlich eingeladen, mitzutun; jeder, der ernstlich bereit ist, mitzuarbeiten, ist uns willkommen. Wir können ohne Unterstützung von zahlreichen Mitarbeitern, bei denen wir uns für die Vergangenheit bedanken, nicht alle Arbeiten bewältigen; also helfen Sie uns.

Meine Vorstandskollegen und ich haben trotz vielfachen Ärgers und Verdrusses gerne für diese große Solidargemeinschaft gearbeitet, da mit diesem Tun ja auch manches Erfolgserlebnis und schöne Stunden verbunden sind, und wer braucht die nicht . . .

Werner Schemuth

## Ergebnis der 2. Delegiertenwahl 1984

Stimmen:	Name und Anschrift:
392	Werner Schemuth, Freyenberger Weg, Königswinter
390	Hermann Nettersheim, Kaiser Karl Ring, Bonn
349	Hermann Henze, Brüdergasse, Bonn
227	Peter Schmitz, Am Bonner Berg, Bonn
221	Dr. Josef Berkenheide, An der Düne, Bonn
205	Ute Nettersheim, Kaiser Karl Ring, Bonn
191	Hans-Karl Jakob, Ubierstraße 13, Bonn
179	Manfred Werkhausen, Friedrichstraße, Bonn
174	Ingrid Haupt, An den drei Eichen, St. Augustin
154	Mia Werner, Hochstadenring, Bonn
146	Dr. Rudolf Schomerus, Insterburger Straße, Bonn
138	Dr. Ilse Teske, Welrichsweg, Bonn
132	Edmund Neffe, Am Nordpark, Bonn

121	Bärbel Binder, Im Lohfeld, Königswinter
120	Christel Hopfengärtner, Sternstraße, Bonn
103	Dr. H. J. Teske, Welrichsweg, Bonn
101	Eleonore Fußhöller, Lärchenstraße, Bonn
101	Hilde Lochmann, Richthofenstraße, Bonn
98	Gunther Lausberg, Pariser Straße, Bonn
93	Rudolf Fußhöller, Lärchenstraße, Bonn
92	Klaus Papke, Ostpreußenstraße, Bonn
91	Elisabeth Neff, Am Nordpark, Bonn
82	Bernd Lochmann, Richthofenstraße, Bonn
82	Hermann Strack, Ellerstraße, Bonn
79	Ulrich Seeberger, Marienburger Straße, Meckenheim
78	Franz-Albert Kluth, Weilerweg, Rheinbach
76	Hermann Niemann, Welrichsweg, Bonn
75	Dr. Martin Seidel, Hobsweg 73, Bonn
75	Dr. Janos Warnusz, Römerstraße, Bonn
72	Carola Strack, Ellerstraße, Bonn
68	Hannelore Zoche, Königsheimstraße, Bonn
67	Sieglinde Berkenheide, An der Düne, Bonn
67	Klara Gypkens, Schumannstraße, Bonn
65	Egon Breuer, Bernkasteler Straße, Bonn
64	Hannelore Werkhausen, Friedrichstraße, Bonn
61	Franz Kraus, Albertus Magnus Straße, Bonn
61	Dagmar Kunas, Marienburger Straße, Meckenheim
61	Eberhard Lochmann, Richthofenstraße, Bonn
61	Uwe Werkhausen, Friedrichstraße, Bonn
56	Ruth Euteneuer, Alter Heerweg, Bonn
56	Amalie Niemann, Welrichsweg, Bonn
55	Gisela Pauly, Karl Legien Straße, Bonn
54	Dr. Günter Kremer, Kölnstraße, Bonn
54	Christel Moll, Werner Koervers Straße, Bonn
54	Mechthild Schmidt, Buschstraße, Bonn
53	Christa Hermann, Kölnstraße, Bonn
52	Karlheinz Urbach, Schumannstraße, St. Augustin
49	Wolfgang Kopka, An der Josefshöhe, Bonn
49	H. Theo Schwengel, Oberrniederstraße, Bonn
48	Werner Weule, Landsberger Straße, Bonn
47	Horst Urbach, Schumannstraße, St. Augustin
46	Claus Dittmer, Auf dem Hügel, Bonn
46	Bianka Petzelberger, Kölnstraße, St. Augustin
43	Anton Gödderz, Vochemer Straße, Brühl
43	Fritz Pauly, Karl Legien Straße, Bonn
42	Hans Movarek, Rostocker Straße, Bonn
42	Karl Sprock, Teutonenstraße, Bornheim
42	Helga Urbach, Schumannstraße, St. Augustin
41	Kathi Hofebauer, Schlegelweg, Meckenheim
41	Helga Lüders, Rosenhain, Bonn
37	Hildegard Koll, Werdstraße, Bonn
37	Edelgard Petzelberger, Kölnstraße, St. Augustin
37	Karl-Heinz Stuch, Broichstraße, Bonn
35	Elisabeth Dogan, Sebastianstraße, Bonn
35	Karl-Heinz Uhlig, Carl Duisberg Straße, Bonn
34	Siegfried Moll, Werner Koervers Straße, Bonn
33	Monika Gödderz, Vochemer Straße, Brühl
33	Roland Hofebauer, Schlegelweg, Meckenheim
32	Alfred Papenburg, Bonner Logsweg, Bonn
30	Peter Kommer, Dottendorfer Straße, Bonn
28	Hans Gerd Stoll, Vorgebirgsstraße, Bornheim-Hersel
28	Robert Stryk, In der Kohlkaule, Meckenheim
28	Waltraud Uhlig, Carl Duisberg Straße, Bonn
27	Frank Hanke, Ringstraße, Bonn
26	Hildegard Forrer, Jagdweg, Bonn
26	Edmund Meutgens, Römerweg, Bonn
23	Kordula Rumi, Schneidemühler Straße, Bonn
23	Bodo Ulrich, Michaelstraße, Bonn
22	Manfred Rumi, Schneidemühler Straße, Bonn
21	Ute Kunkel, Magdalenenstraße, Bonn



## Jahresbericht 1983

Jahresbericht 1983 der Tanzsportabteilung, abgegeben bei der Abteilungsversammlung am 14. März 1984.

Schauen wir auf das vergangene Jahr zurück, so können wir mit einer gewissen Befriedigung sagen, daß wir viele unserer Ideen verwirklichen konnten, aber noch manche andere auf der Strecke blieben. Am wichtigsten erscheint uns, daß unser, für Bonner Verhältnisse hoher Mitgliederstand, gewahrt wurde. Sicherlich ein Verdienst unseres guten Sportangebotes, welches wir räumlich und auch fachlich durch unsere Trainer den Mitgliedern anbieten konnten. Es ist aber auch ein Verdienst unserer nimmermüden Werber auf vielen Veranstaltungen.

Unsere Paare waren 1983 wieder sehr aktiv. 40 Turnierpaare tanzten 520 Turniere, und hierbei wurden 176 1. bis 3. Plätze erzielt. Aufstiege in nächsthöhere Klassen und Auszeichnungen durch den Deutschen Tanzsportverband blieben daraufhin nicht aus.

Herausragendes sportliches Ereignis war im Mai 1983 der Gewinn des Senioren-Turniers in Blackpool durch Bernd und Sabine Lips. Zum fünften Male in Folge wurden sie damit Britischer Meister. Ein Titel, der sich würdig an die fünf gewonnenen Deutschen Meisterschaften anreihete. Bernd und Sabine Lips beendeten hiermit ihre aktive Laufbahn als Turniertänzer. Eine beispiellose Karriere ging zu Ende, aber dem Orion und dem Deutschen Tanzsport bleiben sie mit ihrem großen tanzsportlichen Wissen und Können auf anderen Ebenen erhalten.

Wir führten sieben eigene Turniere durch, die sich eines regen Zuspruchs durch Gast-Turnierpaare und Gastmannschaften der NTT-er erfreuten. In der Gesamtschule Bonn-Beuel-Ost haben wir eine gute Turnierstätte gefunden, die uns räumlich fast ideale Bedingungen bietet. Durch gründliche und liebevolle Planung, Durchführung und gute Betreuung der Paare und der Gäste, hier sei vor allem das reichhaltige Bewirtungsangebot erinnert, haben unsere Turniere einen guten Ruf bekommen.

Zu einem immer wieder überdachten, großen, repräsentativen Turnier mit Ball usw. sind wir leider auch 1983 noch nicht gekommen. Dabei wären wir unseren Mitgliedern gerade in dieser Richtung etwas schuldig. Wie schon so oft geäußert, kommt im Vergleich zu anderen Tanzsportklubs das Gesellschaftliche bei uns zu kurz. Wir hatten bisher kaum Orion-Veranstaltungen, wo sich alle Mitglieder zur Teilnahme angesprochen fühlten. Das sollte sich ändern. Auto-Rallye und Weihnachtsparty in der AugustinerHalle erfreuten sich eines zunehmenden Zuspruchs. Diese schon fast traditionellen Veranstaltungen sollten auf jeden Fall nicht nur beibehalten werden, sondern sie sind auch noch ausbaufähig.

In unserem Klub hat sich 1983 der im Jahre 1982 begonnene Trend des Zugangs jüngerer Mitglieder fortgesetzt. Dieses ist auf der einen Seite erfreulich, andererseits aber sollte es uns zum Nachdenken Anlaß geben, wenn oftmals „altgediente“ Orion-Paare uns verlassen und welche Gründe dies bewirkten.

Mitverantwortlich für den Einstieg junger Leute in den Tanzsport sind mit Sicherheit die schon vorab erwähnten guten tanzsportlichen Angebote unseres Klubs, aber auch der ständige Zugang zu unserer Formation. Diese hat nach vielen Auftritten und Meisterschaftsbegegnungen im vergangenen Herbst mit einer neuen Choreographie und Musik einen Neuaufbau eingeleitet. Erste gute Ergebnisse bei den Formationswettkämpfen zeigen, daß wir auf dem richtigen Weg sind.

Für unsere sportlich ambitionierten Trimm Tänzer wurde im Dezember eine Abnahme des Deutschen Tanzsportabzeichens durchgeführt. Alle Bewerber konnten die Bedingungen erfüllen.

Zum Abschluß wollen wir allen Mitgliedern Dank sagen, die uns 1983 wieder die Treue hielten.

Dank vor allem den vielen Helfern bei unseren Veranstaltungen, und Dank möchten wir sagen unseren engagierten Trainern:

Frau Fenn, Frau Wertenbruch, Herrn Lepehne und Herrn Erdmann.

Auch für das Jahr 1984 wünschen wir uns eine weitere positive Fortentwicklung unseres Klubs und hoffen auf die Mitwirkung aller Orion-Mitglieder und unserer Trainer.

Die Abteilungsleitung

**Coke** *macht mehr draus...*

SCHUTZMARKE

Trink *Coca-Cola* SCHUTZMARKE

CCI/78/5H

koffeinhaltig · köstlich · erfrischend

PETER BÜRFENT GmbH & Co. COCA-COLA Abfüllfabrik, Hohe Straße 91 \* 5300 Bonn - Tannenbusch \* Tel. 661081-86

## Zu Ihrer Information

Bei der Abteilungsversammlung am 14. März 1984 wurde die Abteilungsleitung wie folgt neu gewählt:

Abteilungsleiter:	Hans Schäfer
Stellvertreter:	Gerd Schmitz
Schriftführer:	Wilfried Franz
Kassenführer:	Felicitas Schäfer
Sportwart:	Hans Schäfer
Turnierwart:	Heinrich Kehe
Jugendwart:	Rolf Jungnischke
Pressewart:	Bernd Lips
Beisitzer:	Gerhard Berke Heinrich Landtermann Jürgen Kiehne Dieter Roßbrucker
Kassenprüfer:	Klaus-Joachim Dahlke Dieter Gentzsch
Delegierte:	Heinrich Kehe Dieter Kentzsch Dieter Roßbrucker Gerd Schmitz Wilfried Franz



### TURNIERERFOLGE

8. Januar 1984

3.	Harst / Süß	D-Latein	Dortmund
2.	Hebenstrick / Vogt	C-Latein	Worms

15. Januar 1984

2.	Ehepaar Gölden	Senioren D	B. Kreuznach
----	----------------	------------	--------------

21. und 22. Januar 1984

1.	Lateinformation		Erkelenz
2.	Harst / Süß	D-Latein	Münster

28. und 29. Januar 1984

3.	Mattenklodt/Friedrich	D-Latein	Köln
1.	Harst / Süß	D-Latein	Köln
2.	Harst / Süß	D-Latein	Köln
2.	Ehepaar Zettler	C-Latein	Köln
3.	Ehepaar Gölden	Senioren D	Saarlouis
1.	Ehepaar Schmitz	Senioren C	Saarlouis
1.	Lateinformation		Oberhausen

4. und 5. Februar 1984

1.	Ehepaar Gölden	Senioren D	Rheine
2.	Ehepaar Lesch (Bez.M)	Senioren A	Porz
1.	Kunze / Offen	C-Latein	Düsseldorf
2.	Ehepaar Zettler	C-Latein	Düsseldorf

19. Februar 1984

2.	Sommerhäuser/Rübenach	D-Latein	Nörvenich
1.	Sen. NTT-Mannsch.		Dinslaken

3. März 1984

3.	Geschwister Schurz	J. A-Latein	Düsseldorf
1.	Horn / Tendler	C-Latein	Münster
3.	Fröhner / Teichert	J. D-Latein	Wuppertal

10. und 11. März 1984

3.	Mattenklodt/Friedrich	D-Standard	Bonn
1.	Sommerhäuser/Rübenach	D-Latein	Bonn
1.	Ehepaar Kiehne	Senioren C	Konz
1.	Köpf / Brendebach	B-Latein	Konz
2.	Ehepaar Steinicke	B-Latein	Konze
1.	Kunz / Offen	C-Latein	Krefeld

17. und 18. März 1984

3.	Köpf / Brendebach	B-Latein	Köln
1.	Sommerhäuser/Rübenach	D-Latein	Oberhausen
2.	Schmitt / Eichner	D-Latein	Oberhausen
1.	Ehepaar Kiehne	Senioren C	Ingelheim
3.	Ehepaar Kiehne	Senioren C	Hilden

24. und 25. März 1984

1.	Lateinformation		Wesel
1.	Lateinformation		Bonn
1.	Ehepaar Klose	Senioren B	Hürth

1. April 1984

1.	Sommerhäuser/Rübenach	D-Latein	Remscheid
3.	Ehepaar Walenzik	Senioren S	Düren
3.	Ehepaar Klose	Senioren B	Lintorf

7. und 8. April 1984

3.	Ehepaar Lesch	Senioren A	Gießen
2.	Köpf / Brendebach	B-Latein	Witten

15. April 1984

2.	Ehepaar Klose	Senioren B	Lahnstein
3.	Diepenseifen/Kaseler	S-Latein	Frankfurt
3.	Hoffmann / Stadie	B-Standard	Duisburg



### AUFSTIEGE

Wir gratulieren unseren Paaren zu den folgenden Aufstiegen in eine höhere Startklasse, und wir wünschen weiterhin viel Erfolg:

Klaus Hebenstrick / Ulrike Vogt nach B-Latein am 8.1., Gerd und Gertrud Schmitz nach Senioren B am 28.1., Werner und Marga Gölden nach Senioren C am 4.2., Peter und Ursel Zettler nach B-Latein am 5.2., Eberhard Arens / Ellen Witte nach A-Standard am 12.2., Johannes Sommerhäuser / Maren Rübenach nach C-Latein am 1.4.

### DEUTSCHE JUGENDMEISTERSCHAFT

Am 17. März 1984 feierte das Geschwisterpaar Markus und Marion Schurz einen besonderen Erfolg: bei der Deutschen Jugendmeisterschaft in Osnabrück belegten sie einen hervorragenden vierten Platz. Der Sprung auf's Treppchen wurde nur knapp verfehlt.





## Der gute Tip Probieren Sie es aus!

### Ausdauertraining im Freizeitsport / Trimming 130

Die Zentrale Idee von „Trimming 130“ basiert auf sportmedizinischen Untersuchungsergebnissen. Sie besagt: man sollte durch vielfältige, individuell auszuwählende, den eigenen Möglichkeiten und Wünschen entsprechende sportliche Aktivitäten, wie Laufen, Radfahren, Schwimmen, Tanzen, Tischtennis, Gymnastik und anderes, sich täglich 10 Minuten oder zweimal, besser dreimal pro Woche, für mindestens jeweils 20 bis 30 Minuten (besser länger) so belasten, daß sich daraus während dieses Belastungszeitraumes eine Puls-(Herz-)frequenz von etwa 130 Schlägen pro Minute ergibt.

Die Pulsfrequenz 130 läßt sich bereits im Verlauf der ersten Lauf-, Schwimm-, Radfahr- oder Spieleinheit durch entsprechende Variation der jeweiligen Geschwindigkeit hervorrufen. Zur Kontrolle, ob die sportliche Belastung dem individuellen Pulsbereich von circa 130 Schlägen pro Minute entspricht, empfiehlt es sich, nach dem Aufwärmen und etwa drei bis fünf Minuten lockerem Trimming eine erste Pulsmessung durchzuführen.

Liegt der Minutenwert deutlich unter 130 (weniger als 120), war die gewählte Geschwindigkeit zu gering und muß erhöht werden. Liegt der Minutenwert deutlich über 130 (mehr als 140), kann die Belastung entsprechend vermindert werden.

Tips zur Gestaltung Ihres persönlichen Programms:

- 1.) Planen Sie mindestens 60 Minuten Trimming-Zeit pro Woche in Ihren Arbeits- und Freizeitablauf ein. Vor allem langfristiges Training lohnt sich.

- 2.) Verteilen Sie Ihre Trimming-Zeit auf zwei, besser noch drei Einheiten pro Woche, wenn möglich also „Trimming 130“ jeden zweiten bzw. dritten Tag (beispielsweise samstag, dienstags, donnerstags) im Wechsel zwischen Belastung und Erholung.
- 3.) Beginnen Sie Ihr Programm nicht zu schnell, beenden Sie die Belastung nicht abrupt! Merksatz: Lieber langsam als zu schnell!
- 4.) Vergessen Sie nicht, Ihren Puls zu kontrollieren! Pulskontrolle nach dem Aufwärmen (also zu Beginn der Trimming-Einheit, (Pulskontrolle dann natürlich auch unmittelbar nach Belastungsende).
- 5.) Belasten Sie Ihren Körper nicht durch Nahrungsaufnahme vor dem Training. Hier der Merksatz: Keine (Haupt-)Mahlzeiten vor dem Trimm-Programm!
- 6.) Reduzieren Sie Ihr Programm im Falle von Erkrankungen (im Zweifelsfall den Arzt befragen). Holen Sie ausgefallene Einheiten in aller Ruhe nach!
- 7.) Führen Sie ein Tagebuch über Ihre absolvierten Einheiten.

Vergessen Sie nicht, langsam und ruhig zu beginnen, regelmäßig und konsequent durchführen, allmählich steigern. „Trimming 130“ muß zu einer „lieben Gewohnheit“ werden.

## Werden Sie fit . . .

In den Monaten Mai bis September finden die Vorbereitungen und die Abnahme des Sportabzeichens unter der Leitung von Frau Käthe Ziertmann statt. (Siehe auch im Sportangebot!)

Die Sportstätten sind:

für die Leichtathletik  
der Sportplatz des Schulzentrums Tannenbusch,  
dienstags und freitags ab 18.00 Uhr;

für das Schwimmen  
die Schwimmhalle des Sportparks Nord,  
sonntags 9.00 Uhr.

# Versicherungsvermittlung nur durch den Fachmann ...

## Generalvertretung Franz-Josef Gypkens oHG

Bonner Talweg 34  
5300 Bonn 1  
Telefon: (02 28) 215175

Sach-, Lebens-,  
Kranken-  
versicherungen,  
Bausparkasse

# COLONIA



## So kommen Sie in Schwung...

/ Schwimmen Sie mal wieder !

Das langweilt Sie ? Dann sind Sie über Omas Bruststil nie hinausgekommen. Die Schwimm- und Sportfreunde Bonn 05 e. V. bieten ihren Mitgliedern an, andere Stilarten zu erlernen.

Wann ?  
Sonntags von 8.30 Uhr bis 9.30 Uhr.

Wo ?  
Im Sportpark Nord.

Wer dann kraulen kann oder den raumgreifenden Schmetterlingsstil beherrscht, wird das Wasser lieben lernen, denn:

Schwimmen ist gesund !

Muskeln werden gestärkt, der Kreislauf kommt in Ordnung:

Schwimmen macht schön !

Schwaches Gewebe wird gefestigt:

Schwimmen glättet Falten im Gemüt !

Der Massageeffekt des Wassers wirkt positiv auf das vegetative Nervensystem.

Am besten zwei- bis dreimal die Woche schwimmen. Mindestens 20 Minuten lang im schnellstmöglichen Tempo.

## Testen Sie sich!

Der Cooper-Test ist ein Test für den Breitensportler, der sich regelmäßig sportlich betätigt. Im Test läuft man auf einer gut meßbaren Strecke (am besten Aschenbahn oder Rundstrecke).

Anweisung:

Man versucht, in der Zeit von 12 Minuten eine möglichst weite Strecke durch Laufen oder Gehen zurückzulegen. Danach errechnet man den zurückgelegten Weg. Anhand der nachfolgenden Tabelle ist der allgemeine Konditionszustand des Übenden zu ersehen.

Achtung !

Dieser Test ist nur für Gesunde; Nichttrainierte haben sich einer ärztlichen Kontrolle zu unterziehen. Bei auftretender Konditionsschwäche kann der Übende das Laufen durch Gehen oder kleine Pausen ersetzen.

Bewertung: Männer

Kondition	bis 30 J	30 - 39 J	40 - 49 J	50 J
sehr gut	2.800	2.650	2.500	2.400
gut	2.400	2.250	2.100	2.000
befriedigend	2.000	1.850	1.650	1.600
mangelhaft	1.600	1.550	1.350	1.300
ungenügend	weniger Meter als bei mangelhaft			



[0228] 63 7722  
23 6825



sicher  
fahren



## CITY FAHRSCHULE J. Schenkelberg

Bonn - Bertha-von-Suttner-Platz 8  
Anmeldung und Beratung Mo-Fr 16<sup>00</sup>-19<sup>00</sup>

- ▶ in günstiger Verkehrslage zahlreiche Busse und Bahnen halten am Hause
- ▶ alle Ausbildungsklassen von 1b bis zum LKW-Führerschein (Daimler Benz 911)
- ▶ 2 x wöchentlich theoretischer Unterricht
- ▶ Pannenkurs am Fahrzeug

Mitglied im SSF

**ALLE KLASSEN**

Bewertung: Frauen

Kondition	bis 30 J	30 - 39 J	40 - 49 J	50 J
sehr gut	2.600	2.500	2.300	2.150
gut	2.150	2.000	1.850	1.650
befriedigend	1.850	1.650	1.500	1.350
mangelhaft	1.550	1.350	1.200	1.050
ungenügend	weniger Meter als bei mangelhaft			

Bewertung: Jungen

Kondition	11 J	12 J	13 J	14 J
ausgezeichnet	2.800	2.850	2.900	2.950
sehr gut	2.600	2.650	2.700	2.750
gut	2.200	2.250	2.300	2.350
befriedigend	1.800	1.850	1.900	1.950
mangelhaft	1.200	1.250	1.300	1.350
ungenügend	weniger Meter als bei mangelhaft			

Bewertung: Jungen

Kondition	15 J	16 J	17 J
ausgezeichnet	3.000	3.050	3.100
sehr gut	2.800	2.850	2.900
gut	2.400	2.450	2.500
befriedigend	2.000	2.050	2.100
mangelhaft	1.400	1.450	1.500
ungenügend	weniger Meter als bei mangelhaft		

Bewertung: Mädchen

200 Meter weniger als Jungen in allen Klassen.

## Alles um's Rad.

Hallo Radfahr-Sportfreunde !

Auch in diesem Jahr heißt es wieder: Radfahrer für jedermann bei den SSF. Mit diesem Slogan wurde in der Abteilung Breitensport die Palette des Angebots um eine weitere Möglichkeit einer sinnvollen Freizeitbeschäftigung erweitert.

Jeder, der gerne Rad fährt, hat auch in diesem Jahr die Gelegenheit, sich bei den SSF mit dem Fahrrad zu trimmen. Ob Trimm-, Wander- oder Touristikfahrer (kurz RTF genannt), jeder kommt zu seinen Radsportfreuden, das heißt ebenso die Freunde einer Kaffee-Fahrt mit Picknick im Grünen wie die profilierten Pedaleure, die 100 km in drei bis dreieinhalb Stunden abspulen möchten.

Die einzelnen Termine können nicht – wie im Vorjahr – im voraus bekanntgegeben werden. Bitte unter 0 22 22 / 46 70 erfragen.

Alle SSF-Mitglieder und solche, die es noch werden wollen, haben die Möglichkeit unter sach- und fachkundiger Führung die Schönheiten der Natur in der näheren und weiteren Umgebung per Fahrrad kennenzulernen. Zunächst jedenfalls, denn nach der Phase des Einfahrens soll es wieder auf Reisen gehen. Auf Reisen gehen heißt: Tages- oder Wochenendfahrten quer durch Deutschland. Und die ganz starken Pedaleure können sich als Himmelstürmer in den Alpen austoben.

Für Kurzfahrten (Tages- oder Wochenendfahrten) bieten sich zwei Möglichkeiten an:

mit dem Rad von und nach Hause radeln;  
mit der Deutschen Bundesbahn (Gruppenfahrten sind verbilligt) zum Zielort und per Fahrrad nach Hause fahren.

Gefahren wird bei jedem Wetter, denn es gibt kein schlechtes Wetter, nur unzureichende Kleidung !

Für die Beantwortung aller Fragen rund um's Fahrrad (zum Beispiel richtige Kleidung, sportlich oder witterungsbedingt) technische richtige Fahrweise, Material- und Werkzeugkunde, wann werden Schlauchreifen geklebt oder die Befestigung derselben durch beidseitig gummiertes Felgenband vorgenommen, welches Rad (Rahmengröße und Ausführung = Preislage von DM 250,00 bis DM 300,00) für welchen Freizeitradler, auch mit sportlichem Ehrgeiz, das richtige ist, viele Tips und anderes mehr – stehe ich



wie immer gerne zur Verfügung. Kleinere Reparaturen werden – soweit Freizeit zur Verfügung steht – natürlich kostenlos durchgeführt.

Liebe Sportkameraden, über Sinn und Zweck des Slogans sind Sie informiert. Anregungen und neue Impulse werden wie immer gerne aufgegriffen, diskutiert und gegebenenfalls berücksichtigt. Nachdem Sie diesen Beitrag gelesen haben, und Sie sich meiner Meinung, daß es eine sinnvolle Freizeitbeschäftigung ist, anschließen, dann weisen Sie bitte bei Verwandten, Freunden und Bekannten aller Altersgruppen auf diese neue Möglichkeit in den SSF hin. Denn Sie wissen ja, wer die meisten Mitglieder wirbt, wird angemessen belohnt und in einer Feierstunde geehrt.

An dieser Stelle sage ich allen Mitgliedern des Vorstandes meinen aufrichtigen Dank. Aufrichtigen Dank, daß ich für mein Anliegen „offene Ohren“ gefunden habe, in Sachen Radsport aktiviert zu werden und somit einen kleinen Beitrag zum allgemeinen Vereinsleben leisten darf.

Hinter jeder Fahrt und letztendlich am Ende einer Saison steht die Leistung eines jeden einzelnen. Es darf nicht übersehen werden – ob Kaffee-Fahrt oder sportlicher Einsatz – daß das Radfahren nur eine Freizeitbeschäftigung mit individueller Entfaltung ist, was durch die Gruppeneinteilung erreicht wird. Nur so ist gewährleistet, daß alle Fahrer voll auf ihre Kosten kommen und schon am Ende einer Saison den Ausblick auf die kommende gerichtet haben.

Günther Schäfer

 **WALTER Schemuth**  
ELEKTRO-MEISTER

**Moderne Leuchten  
- Kleingeräte**

in Großauswahl

**Planung-Lieferung-Montage**

aller Elektroanlagen im Neubau  
und Altbau

 **ELEKTRO Schemuth**  
Anlagenbau GmbH

Maxstraße 61 • 5300 BONN 1 • Tel. 63 88 00



## Senioren-Info

### Fahren Sie mit!

First class nach Berlin !

Vom 23. bis 27. August 1984 begleiten wir unsere Seniorenmannschaft nach Berlin.

Im Luxus-Reisebus mit Bordbar, Kaffeeküche und WC fahren wir donnerstags in Bonn ab. Abends beziehen wir Quartier in einem \*\*\*\*\* Hotel (sprich: fünf Sterne!) direkt am Zoo.

Freitags sind wir zu einer Stadtrundfahrt eingeladen.

Samstag und Sonntag nach dem Frühstück bringt der Bus die Sportler zum Olympiastadion.

Für die Gäste ist ein Rahmenprogramm vorgesehen und auf Wunsch ein Varietebesuch. Besichtigungsfahrten gegen Mehrpreis.

Montags Rückfahrt nach dem Frühstück.

Die 5-Tage-Reise mit 4 Übernachtungen / Frühstück und Stadtrundfahrt kostet DM 370,00 (Einzelzimmer-Zuschlag DM 110,00), also ein echtes Superangebot.

Für die Fahrt nach Berlin wird ein gültiger Reisepass benötigt.

Wie immer bei unseren Sonderfahrten ist frühzeitige Reservierung erforderlich.

Bitte melden Sie sich ab sofort, spätestens jedoch bis 15. Mai 1984, bei gleichzeitiger Anzahlung in Höhe von DM 70,00 an: dienstags ab 20.00 Uhr am Seniorenstammtisch im Sportpark Nord Restaurant oder schriftlich unter gleicher Anschrift.

Wir freuen uns schon jetzt auf unsere Stammgäste, die uns viele Jahre auf den Seniorenreisen begleiten, und die neuen Mitreisenden.

Die Seniorengruppe der SSF Bonn 05 e. V.

### Achtung

Für die Berlin - Fahrt der Seniorengruppe vom 23. bis 27. August 1984 wurde noch ein weiterer Bus gechartert, so daß noch Plätze frei sind.

Anmeldung bei Frau Tilly Berger, Telefon: 67 49 82.

## Internationales Seniorenschwimmfest in Hürth

Zu Beginn des neuen Wettkampffjahres nahmen unsere Senioren an dem Internationalen Schwimmfest in Hürth teil. Es war nicht leicht, sich bei starker Konkurrenz aus dem In- und Ausland zu behaupten.

Unsere Herren gingen allerdings furchtlos an den Start und beendeten ihre Rennen siegreich:

Hanne Schwarz  
1. in 50 m Rücken,  
1. in 100 m Rücken,  
1. in 400 m Freistil

Wolfgang Ewald  
1. in 50 m Brust,  
1. in 100 m Brust.

Die Damen gaben sich bescheidener und schnitten nicht so gut ab:

Hilde Lochmann  
4. in 50 m Brust.

Hedi Schlitzer  
4. in 50 m Brust,  
5. in 50 m Freistil,  
5. in 50 m Rücken.

Liesel Schmidt  
4. in 50 m Freistil.

Tilly Berger  
3. in 50 m Rücken,  
4. in 50 m Freistil.

Dagmar Kunas, die für den SV Wachtberg startet, mit uns aber durch die Geschäftsstelle verbunden ist, wagte sich an die 400 m Freistilstrecke und kam als Siegerin ins Ziel.



## Herzlichen Glückwunsch

Hanne Schwarz erreichte beim 1. Internationalen Schwimmfest in Villingen am 7. April 1984 folgende hervorragende Ergebnisse:

50 m Rücken	0 : 39,5	1. Platz,
50 m Brust	0 : 47,5	1. Platz,
50 m Freistil	0 : 35,9	1. Platz.

Wir gratulieren !

## Eine Reise in die Toscana

Eine fröhliche Gesellschaft startete am 16. April 1984 zu einer Reise nach Italien. Trotz Regenwetters sind alle gut gelaunt. Auf der Autobahn geht es schnell voran. Da man nicht viel sehen kann, vertreiben wir uns die Zeit mit Gesang, Lesen und Kartenspielen.

Nach der ersten Rast am Hockenheimring fahren wir über den Aichelberg und Drakensteiner Hang auf die schwäbische Alb, der europäischen Wasserscheide. Trotz Regens ist das prächtige Ulmer Münster nicht zu übersehen.

Hier überqueren wir die bayerische Weißwurstlinie (die Donau). Weiter geht es durchs Illertal über Memmingen bis Kempten. Wir verlassen hier die Autobahn. Durch das oberbayerische Voralpenland schlängelt sich die Straße über Marktoberdorf-Schongau-Oberammergau nach Garmisch-Partenkirchen. Vor uns die Wettersteinwand. Ob dahinter besseres Wetter ist? Über den Scharnitzpaß fahren wir ins Inntal. Auch hier nur Regenwolken. Die Optimisten sind schon in der Minderzahl.

Über die Brennerautobahn erreichen wir dann schnell unser erstes Quartier in Brixen. Nach einem guten Abendessen ist noch Zeit zu einem Bummel durch die Gassen der Stadt. Ein abendlicher Umtrunk in der Hotelbar beendet den ersten Tag unserer Reise.

Am nächsten Morgen ist das Wetter besser, und wir haben eine herrliche Sicht auf die schöne Landschaft mit den schneebedeckten Bergspitzen. Durch das zerklüftete Eisachtal windet sich die Autobahn bis Bozen. Im Etschtal blühen schon die Obstbäume. Am Kalterer See vorbei geht es auf der Weinstraße bis Rovereto. Hier verlassen wir die Autobahn und fahren an den Gardasee. Bei Riva genießen wir einen wunderschönen Blick auf die leichtbewegte Wasserfläche zwischen den steilen Felsen am Westufer und den bewaldeten Höhen am Ostufer. Entlang der Uferstraße über Malcesine erscheinen die ersten Olivenplantagen, Apfelsinenbäume und Zypressen in der südländischen Landschaft.

Wieder auf der Autobahn erreichen wir über Mantua schnell Modena und machen hier Mittagsrast. Es hat wieder angefangen zu regnen, und so ist von der flachen Po-Ebene nicht viel zu sehen.

Bei Bologna trennt uns noch die Gebirgskette der Apenninen von unserem Ziel. Unzählige Tunnel und Viadukte kennzeichnen die kurvenreiche Gebirgstrecke. Der Regen läßt uns leider nur wenig von dieser reizvollen Gegend erblicken.

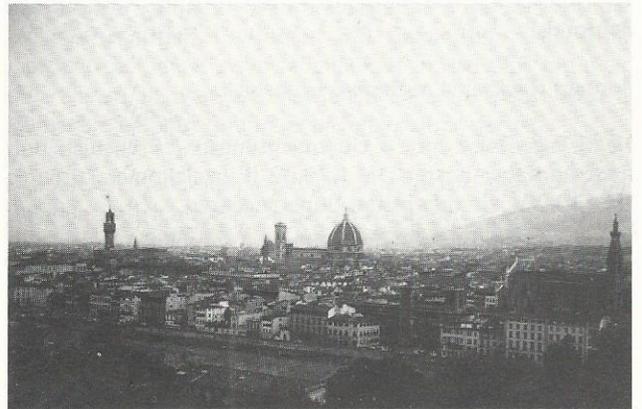
Um 17.00 Uhr erreichen wir unser Ziel Florenz. Ein großes Hotel am Arno erwartet uns mit schönen Zimmern und einem guten Abendessen. Den Regen haben wir in den Bergen zurückgelassen, und wir können ohne Regenschirm noch einen Spaziergang durch die engen Gassen, über Plätze und Brücken machen. Auch die engsten Straßen sind voll parkender Autos. Mit auffallender Geduld und ohne Hupen schlängeln sich die Fahrzeuge durch die Fußgänger.

Am Mittwochmorgen werden wir um 9.00 Uhr von Frau Ritter zur Stadtbesichtigung abgeholt. Bei klarblauem

Himmel fahren wir über die Seufzerallee zum Piazzale Michelangelo. Das Panorama der Stadt liegt im weiten Arnotal vor uns. Übertagt von der mächtigen Domkuppel und dem Campaniele. Der Bus bringt uns in die Stadt, wo man nur noch zu Fuß weiterkommt. Über die malerische Ponte Vecchio mit den vielen Goldschmiedegeschäften erreichen wir den Pitti-Palast mit der kolossalen Fassade aus unbehauenen Steinquadern. Ein Säulengang umschließt den mit Statuen ausgefüllten Innenhof des Palastes. Auf dem Hügel hinter dem Palast erstreckt sich der Boboligarten mit Zypressen, Lorbeeren, Oleander, Marmobrunnen und künstlichen Seen.

Das nächste Ziel ist die Piazza della Signoria. Der Palazzo Vecchio mit seinem schlanken Glockenturm und die Loggia dei Lanzi, der Neptunsbrunnen, eine David-Kopie, der „Raub der Sabinerinnen“ und andere Marmor-Statuen schmücken den Platz. Vor dem Uffizien-Palast wartet eine lange Besucherschlange. Die Galerie besezt die reichste und vollständigste Sammlung von Gemälden und Statuen berühmter Künstler und ist wohl einmalig auf der Welt. Im Innenhof stehen die toskanischen Berühmtheiten als Marmorstatuen aufgereiht.

Durch den ältesten, bis in die Römerzeit zurückreichenden Stadtteil mit ganz engen Gassen gehen wir zum Domplatz, dem religiösen Mittelpunkt der Stadt.



Der gewaltige Baukomplex von Dom, Glockenturm und Taufkapelle beeindrucken jeden Besucher. Die riesige, freitragende Kuppel gibt heute noch jedem Architekten Rätsel auf. Viele Künstler haben Jahrhunderte an der Ausschmückung gearbeitet. Am Baptisterium ist die weltberühmte Paradiespforte von Ghiberto. Einen typisch florentinischen Platz bildet die Kirche S. Maria Novella mit den angrenzenden Bauten. Sie war die erste große Kirche in Florenz. Berühmte Fresken schmücken Kapelle, Altar und Kreuzgang.

Nach einer kurzen Rast und Stärkung in einem Schnellimbis treffen wir uns am Hauptbahnhof, wo der Bus wartet. Für den Nachmittag haben wir uns einen Besuch in Pisa vorgenommen.

Auf der Autobahn fahren wir durch die malerische Landschaft der Toskana nach Westen. Überall auf den Hügeln die zusammengedrängten toskanischen Dörfer. Vorbei an den Nelkenfeldern von Pesica, der von einer Ringmauer umgebenen Stadt Lucca. Schnell haben wir die ehemalige römische Hafenstadt Pisa erreicht. Durch die alte Stadtmauer betreten wir den weitläufigen „Platz der Wunder“. In schimmerndem Marmor heben sich Baptisterium, Dom



und der weltberühmte schiefe Turm von dem grünen Rasen ab. Im Baptisterium sind ein wundervolles achteckiges Taufbecken, eine sechseckige Kanzel von Pisano sowie viele Reliefs. Eine Besonderheit ist das einzigartige Echo in diesem großen Raum.

Im Dom sind eine schöne Kassettendecke und viele bedeutende Kunstwerke. Besonders eindrucksvoll die prachtvolle Kanzel von Pisano. Der berühmteste Glockenturm senkte sich schon während der Bauzeit im 13. Jahrhundert und wird heute noch jährlich um circa 1 Millimeter schiefer. Die Senkung beträgt inzwischen 3,40 m. Galilei benutzte ihn für Versuche über den freien Fall der Körper. Typisch für den einzigartig geschlossenen Baukomplex sind die von Säulen getragenen Bogengänge im Pisaner Baustil. Der ehemalige Friedhof Camposante dient heute als Museum. Strahlender Sonnenschein verführt uns zu einem Abstecher in die Hafenstadt Marina di Pisa. Am romantischen Arnoufer entlang, Segelschiffe deuten auf das nahe Meer, erreichen wir die Küste. Blauer Himmel und leichte Brise empfangen uns. Wir stehen auf den Steinklippen und genießen den Blick über die weite Wasserfläche. Über die Uferstraße durch Pinienhaine, Olivenplantagen und Zypressenalleen fahren wir nach Livorno und dann durch die toskanische Landschaft über Ponsacco und S. Miniato zurück nach Florenz. Zwei LKW-Unfälle halten uns lange auf. Ein schwarzer Hengst benutzt bei Pontadera die Straße als Trabrennbahn, bevor er mit stolz erhobenen Kopf über die Wiesen davontrabte.

Zu der nach Florenz kunstreichsten Stadt in der Toskana geht die Fahrt am vierten Tag, Siena, im Land des Chianti. Das mittelalterliche Bild dieser Stadt hat sich weit mehr erhalten. Im Gegensatz zu Florenz liegen Dom und Stadt auf einem Hügel, und die zum Teil steilen Straßen ziehen sich bis in die Täler hinunter. Im Mittelpunkt liegt der einzigartige, muschelförmige Platz mit dem hohen Rathausurm. Zweimal im Jahr wird hier ein volkstümliches Pferderennen, das Palio, ausgetragen.

Der Dom ist innen und außen mit erlesensten Kunstwerken geschmückt. Die Fassade besteht aus rotem, weißem und schwarzem Marmor. Im Innenraum ist er durch abwechselnd weißen und schwarzen Marmor verkleidet. Sehr kunstvoll wirkt der Fußboden in Marmor-Intarsia. Die reich verzierte gotische Marmorkanzel hat viel Ähnlichkeit mit der in Pisa.

Die Fresken und Bilder in der Kirche San Domenico erinnern an die heilige Katharina von Siena. Beim Bummel durch die engen mittelalterlichen Gassen hört man ein Stimmengewirr aus aller Herren Länder. Jugendliche

lagern in Gruppen auf dem Campo und genießen die warme Sonne. Vor den Fassaden der Prachtpaläste stehen Marktstände und bieten ihre Waren an.

Zurück geht die Fahrt durch die toskanische Weinlandschaft, dem Chianti, mit seinen weiten rebenbepflanzten Hügeln.

Monteniggione, ein kleines Bauerndorf an der Fernstraße, ist noch heute von einer fast 600 m langen Ringmauer mit 14 Türmen umgeben.

Wir fahren direkt nach Fiesole. Durch seine herrliche Hügellage ist das Städtchen ein einzigartiger Aussichtspunkt auf Florenz. Etruskische Mauerreste, der romanische Dom und andere Kirchen zeugen von der früheren Macht der kleinen Stadt. Um 16.00 Uhr sind wir wieder im Hotel. Den abschließenden Bummel durch die Stadt benutzen wir zum Einkauf auf der Ponte Vecchio oder den Piazzen Santa Croce, San Lorenzo oder della Repubblica.

In den abgelegenen kleinen Gassen bekommt man einen interessanten Einblick in das handwerkliche und bürgerliche Leben der Florentiner. Automechaniker, Schuster, Hufschmiede und andere arbeiten in fensterlosen engen Gassen, wo kaum ein Lichtstrahl hinkommt. Sie leben in der Gegenwart mit Wohnungsnot, Schulproblemen und Drogen, mit stinkenden Abgasen und Backofenhitze im Sommer.

Die Besucher kommen wegen der glanzvollen Vergangenheit, die sich in dem riesigen Museum der Altstadt widerspiegelt und reisen meistens nach drei Tagen wieder ab.

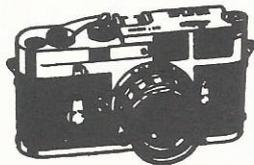
Ein abschließender Besuch noch in der Basilika Santa Croce. Hier sind unter anderem Michelangelo, Dante und Galilei neben anderen berühmten Männern beigesetzt worden.

Mit einem Plauderstündchen an der Bar der Hotelhalle und einem Besuch in einer Disco-Bar am gegenüberliegenden Arno-Ufer ging der letzte Tag in der Toskana zu Ende.

Die Rückreise begann am Freitagmorgen schon um 8 Uhr. Wir hatten uns spontan entschlossen, noch einen Umweg über Venedig zu machen. Strahlend blauer Himmel versprach uns einen schönen Tag.

Eine letzte Fahrt um den kunsthistorischen Stadtkern, über die breiten Alleen und den Platz der Freiheit. Von der Autobahn sehen wir noch einmal das Panorama der Stadt, die einmal Firenze, die Blühende, hieß. Nach den ersten Vorläufern der Appeninen steigen wir in andere Regionen. Die schöne Gebirgsstrecke zieht uns in ihren Bann. Weite grüne Täler und tiefe Schluchten wechseln sich ab. Auf der Hinfahrt war ja alles hinter Regenwolken versteckt. Auf der Gegenfahrbahn sind lange Schlangen. Der Osterverkehr gen Süden hat eingesetzt. Bei Bologna liegt wieder die Po-Ebene vor uns. Die Baumbüte hat sich hier voll entfaltet. In den Niederungen des Pos und seiner Nebenflüsse sind große, überschwemmte Reisfelder zu sehen. Gegen 12.00 Uhr erreichen wir Venedig. Auf dem Piazza Roma verlassen wir den Bus und steigen in ein Schiff. Die Fahrt durch den Rio Ronuovo zeigt uns den eigenartigen Reiz der Lagunenstadt. Aus mehr als hundert Inseln mit circa 150 Kanälen besteht dieses gewaltige Pfahlbauwerk.

Schwimmsportfreund sei schlau  
kauf bei



## FOTO-BLAU

NIEDECKEN & CO

Sternstraße 4

5300 BONN 1

Kameras und Zubehör

Paßbildstudio

Portraitatelier

## MÖBEL NACH MASS

EINBAUSCHRÄNKE\*BÜCHERREGALE

INNENAUSBAU\*EINBAUKÜCHEN

UMÄNDERUNGEN\*AUFBARBEITUNGEN

BERATUNG\*PLANUNG\*MODERNE WERKSTATT

## MANFRED WERKHAUSEN TISCHLERMEISTER

5300 BONN 1\*FRIEDRICHSTRASSE 4

TELEFON(0228)633783

# DRIVE EASY

Miet' Dir ein Auto!



**Autovermietung  
Kurscheid KG**

**Pkw - Lkw - Kleinbusse - Wohnmobile**

Pkw - Lkw - Kleinbusse, Wochenendpauschale,  
Firmenvereinbarungen, Urlaubstarife, Ersatzwagengestellung  
bei Unfallschäden.

**53 BONN 1 - Römerstraße 4**

Tel. 63 14 33 - Telex 08 86-479

Aber auch die Probleme dieser allgegenwärtigen Wasserfläche sind nicht zu übersehen. Vermodernde Holzpfähle, abbröckelnde Mauerschichten und unterspülte Fundamente zeugen von der verheerenden Arbeit der Feuchtigkeit. Am Markusplatz verlassen wir das Schiff. Der Markusplatz ist das Zentrum der Stadt, umgeben von den wichtigsten politischen und religiösen Gebäuden, die im Laufe der Jahrhunderte entstanden sind. Eine unzählige Taubenschar hat sich hier angesiedelt.

Die prächtige Fassade der Markuskirche besteht aus fünf mit Säulen umrahmten Portalen, über denen goldfarbene Mosaik-Lünetten in der Sonne glänzen. Kostbare Laubwerkzinnen bilden den Abschluß. Auch im Innern erstrahlen die fünf Kuppelgewölbe und Seitenteile in prächtigem Glas- und Goldmosaik. Alles wird von Säulen aus seltenem Marmor getragen. Vor dem Chorgestühl mit der Pala d'Oro, einem einzigartigen Werk gotischer Goldschmiedekunst, die Ikonostase mit den Apostel-Statuen.

Der Dogenpalast war das politische Machtzentrum der einstmaligen blühenden Handelsmetropole. Die Fassade wirkt wie ein kostbares Tuch mit Spitzenbesatz. Der Haupteingang Porta della Carta, das kunstvolle Gewölbe der Scala d'Oro und die wundervollen Decken- und Wandgemälde der großen Säle haben einen unschätzbaren Wert.

Der Campaniele ist 1902 schon einmal umgestürzt, wurde aber im folgenden Jahrzehnt wieder aufgebaut.



Durch enge, winklige Gassen gehen wir durch die Stadt. Immer wieder überqueren wir Kanäle. Auf dem Marktplatz herrscht rege Geschäftigkeit. Wir erreichen den Canale Grande und die Rialto-Brücke. Als zweireihige Bogenbrücke, ganz aus Marmor, überspannt sie den Kanal. Viele Geschäfte sind auf der Brücke angesiedelt. Überall drängen die Besucher durch die Gassen, die schmucken Gondeln gleiten über das Wasser, und die Versorgungsschiffe tuckern durch die Wasserstraßen.

Wir haben leider nicht viel Zeit, aber dieser Abstecher war so erlebnisreich, daß es schade gewesen wäre, wenn wir ihn nicht gemacht hätten. Die Rückfahrt zum Bus über den großen S-Bogen des Canale Grande. An den Ufern stehen die vielen Paläste aus der Glanzzeit der ehemaligen Handelsstadt. Auch hier sieht man überall, wie der Zahn der Zeit an den Gebäuden nagt, eines der größten Probleme Venedigs. Unter der Rialto-Brücke hindurch und an den zahllosen Gondeln vorbei erreichen wir wieder den Piazza Roma.

Über Padua und Vicenza geht es hinein in die Alpen-

Region. Bei Chio beginnt die Paßstraße. In zahllosen Serpentinaen klettert der Bus mit teilweise 16 % Steigung in die Schneeregionen der Dolomiten-Ausläufer. Bei klarem Wetter bieten sich immer wieder herrliche Aussichten in die grandiose Bergwelt. Die Schneeheide blüht neben den letzten Schneefeldern. Die Gipfel sind noch in Neuschnee gehüllt. Auf dem Pian d. Fugazzo Paß erreichen wir eine Höhe von 1.160 m. Dann beginnt die Abfahrt über Roasa und Marco nach Rovereto im Etschtal. Nach 1 1/2 Stunden Autobahnfahrt erreichen wir unser Quartier in Brixen. Der letzte Tag für die Heimreise ist angebrochen.

Nach dem Frühstück haben wir noch Zeit zu einem kleinen Einkaufsbummel. Ein Blick noch in den Brixener Dom mit seinen sehr schönen Deckengemälden und der prachtvollen Orgel.

Um 9.00 Uhr sind alle im Bus. Eine lange Strecke liegt noch vor uns. Durchs Eisack-Tal geht es hinaus zum Brennerpaß. Im Wipp-Tal rechts die schneebedeckten Zillertaler Alpen und links die Stubai-Alpen. Unter uns, zwischen den grünen Almen, liegen die malerischen Orte Gries, Steinach und Matrei. Vorne erscheint Innsbruck im Tal. Wir erkennen das Olymp, Eisstadion und die Sprungschanze. Ein Sportflugzeug vor dem Karwendelgebirge scheint fast am Fels zu zerschellen, verschwindet aber dann hinter den Bergen. Über Zirl, Telfs und Nasseireith erreichen wir die Fernpaßstraße. Am steilen Felsen das Fernsteinschlößchen und davor der blaugrüne Fernsteinssee sind wunderbar anzusehen. Nach Überwindung der Paßhöhe von 1.210 m erscheint vor uns das Zugspitzmassiv im Sonnenschein. Über Ehrwald und Reutte erreichen wir die deutsche Grenze. In Pfronten machen wir Mittagstast im Hotel Bergpanorama.

Bis zur Autobahnauffahrt in Kempten ist es nicht mehr weit. Zügig geht es heimwärts. Illertal – Ulm – schwäbische Alb – Stuttgart – Heilbronn. Kurze Rast in Hockenheim. Weiter nach Speyer – Worms – Alzey – Bingen – Hunsrück – Eifel. Um 21.00 Uhr haben wir das Ziel am Sportpark Nord in Bonn wieder erreicht.

Eine erlebnisreiche Fahrt liegt nun hinter uns, und die harmonische Gemeinschaft der Teilnehmer hat alle Tücken, die bei so einer Fahrt unvermeidlich sind, mit Humor und Heiterkeit überstanden. Besonderer Dank gilt unserem Fahrer Rudi, der mit Erklärungen zur Landschaft und Anekdoten aus seinem Fahrerleben zur Unterhaltung beigetragen hat. Bewundernswert waren wieder seine Ruhe und Fahrkunst in den schwierigsten Situationen im Großstadtverkehr oder auf den Paßstraßen. Auch Ingrid danken wir für die Mühe bei der Vorbereitung der Fahrt.

Sicherlich war die Zeit zu kurz, um einen tiefgreifenden Einblick in die kunsthistorischen Werke dieser Region zu bekommen oder Land und Leute kennenzulernen. Einen reichhaltigen Überblick haben wir bestimmt erhalten. Wer hat das „Schweinchen“ an der Loggia del mercato gestreichelt? Der wird Florenz wiedersehen!

Hermann Niemann / Ingrid Haupt





## Aufgepaßt – SSF Volleyballer suchen Nachwuchs

Zum Neuaufbau einer männlichen Jugendmannschaft und Nachwuchs für die Bundesliga-Mannschaft suchen die Volleyballer der SSF Bonn volleyballbegeisterte Jungen der Jahrgänge 1970 bis 1972. Interessierte Jungen können sich jeweils Dienstag und Donnerstag beim Training in der Sporthalle des Sportparks Nord, Kölnstraße 250, ab 17.00 Uhr melden.

Sollten sich genügend Nachwuchsspieler oder solche, die es werden möchten, anmelden, kann die Mannschaft bereits ab Oktober 1984 am Jugendspielbetrieb teilnehmen.

Fritz Hacke

## Hobby-Mixed-Gruppe Volleyball

Die Hobby-Mixed-Gruppe der SSF-Volleyballabteilung sucht noch einige Mitspielerinnen und Mitspieler.

Interessenten können sich direkt beim Training jeweils Donnerstag von 18.00 Uhr bis 20.00 Uhr in der Turnhalle des Kardinal-Frings-Gymnasiums, Elsa-Brandström-Straße, Bonn-Beuel, melden.



Veranstaltungen der Tauchsportabteilung Glaukos.

Wie in jedem Jahr so auch in diesem fand zu Ostern die Clubfahrt nach Holland statt. Auf dem Campingplatz „de Lelie“ in Scharendijke waren für die 30 Teilnehmer Wohnwagen angemietet worden. Dort boten sich insbesondere für die Taucher äußerst günstige Bedingungen. Sowohl das offene Meer (Osternschelde) als auch das Grevelinger Meer waren nicht weit entfernt, und der Platz verfügte über eine eigene Füllstation. Ob Taucher oder Nichttaucher, alle kamen auf ihre Kosten; so wurden einige Nachttauchgänge und Übungen für diverse Prüfungen absolviert. Die Zeit zwischen den Tauchgängen konnte infolge des tollen Osterwetters mit einem Sonnenbad genutzt werden, und einige holten sich ihren ersten Sonnenbrand für dieses Jahr. Ein weiterer Zeitvertreib waren Dünenwanderungen mit Kindern und Hunden und Wasser-treten am Strand, wobei sich die jüngsten Teilnehmer nasse Hosenböden holten.

Mehrere Taucher versuchten ihr Glück in der Osternschelde,

die auf Grund ihrer außergewöhnlichen Unterwasserflora und -fauna ein attraktives Tauchgebiet ist. Erschwert wird das Tauchen dort durch die starke Gezeitenströmung und häufig schlechte Sicht.

Am Ostermorgen fand ein großes Eiersuchen für die Kinder statt, und abends wurde ein gemeinsames Grillfest für alle Teilnehmer veranstaltet.

Leider gingen auf dieser Fahrt zwei Tauchlampen verloren, wovon jedoch eine wiedergefunden wurde, und eine lief voll Meerwasser.

Insgesamt eine gelungene Veranstaltung, die auf einen ähnlichen Erfolg bei der nächsten Tauchfahrt Ende Mai nach Estarit in Spanien hoffen läßt.

Heide Grebe

## Antauchen

Am 1. April 1984 fand das diesjährige traditionelle Antauchen im Alperbrück-See bei Wiehl statt. Trotz winterlicher Temperaturen und schlechter Sicht wagten sich 12 Unentwegte ins Wasser. Die 21 Nichttaucher flüchteten vor dem Dauerregen in die nahegelegene Gaststätte Jägerhof.

Die Veranstaltung endete nach einem gemeinsamen Mittagessen, zu dem es einen Abteilungszuschuß gab, gegen 16.00 Uhr.

Heide Grebe



*Streng*

Damen- und Herrenmoden  
auserlesener Art

BONN AM RHEIN

Dreieck 2 · Ruf 635844

## Los Angeles – Info

Wann werden bei den Spielen der XXIII. Olympiade die Medaillen vergeben ?

225 Wettbewerbe stehen auf dem Programm und 225 mal ist Gold bereitgelegt, vielleicht sind es sogar einige Gold- und Silbermedaillen mehr, wenn Sportler auf den gleichen Rang gesetzt werden sollten.

Im Boxen und Judo sind ohnehin jeweils 2 Bronzemedailles vorgesehen, da die Kämpfe um den 3. Platz entfallen. Die Unterlegenen der beiden Semi-Finalkämpfe erhalten Bronzemedailles.

Zur Vergabe anstehende Goldmedaillen:

Sonntag, 29. Juli 1984

Schwimmen / 4; Radsport / 2; Gewichtheben / 1; Schiessen / 2

Montag, 30. Juli 1984

Schwimmen / 5; Radsport / 1; Gewichtheben / 1; Schiessen / 1

Dienstag, 31. Juli 1984

Schwimmen/5; Gewichtheben/1; Schießen/3; Turnen/1

Mittwoch, 1. August 1984

Radsport / 1; Ringen / 3; Gewichtheben / 1; Moderner Fünfkampf / 2; Schießen / 1; Turnen / 1

Donnerstag, 2. August 1984

Schwimmen / 5; Ringen / 3; Gewichtheben / 1; Fechten / 1; Schießen / 2; Turnen / 1

Freitag, 3. August 1984

Leichtathletik / 2; Schwimmen / 5; Radsport / 3; Reiten / 2; Ringen / 4; Fechten / 1; Schießen / 1; Turnen / 1

Samstag, 4. August 1984

Leichtathletik / 7; Schwimmen / 5; Gewichtheben / 1; Rudern / 7; Fechten / 1; Schießen / 1; Turnen / 6; Judo / 1

Sonntag, 5. August 1984

Leichtathletik/4; Gewichtheben/1; Rudern/8; Fechten/1; Turnen / 4; Judo / 1; Radsport / 1

Montag, 6. August 1984

Leichtathletik / 8; Schwimmen (Wasserspringen)/1; Gewichtheben / 1; Judo / 1

Dienstag, 7. August 1984

Reiten / 1; Gewichtheben / 1; Fechten / 1; Judo / 1; Volleyball / 1; Basketball / 1

Mittwoch, 8. August 1984

Leichtathletik / 4; Schwimmen (Wassertreten)/1; Gewichtheben / 1; Segeln / 7; Fechten / 1; Judo / 1

Donnerstag, 9. August 1984

Leichtathletik / 3; Schwimmen (Synchron) / 1; Reiten / 1; Springen / 3; Fechten / 1; Judo / 1; Handball / 1

Freitag, 10. August 1984

Leichtathletik / 5; Schwimmen (Wasserspringen) / 1; Schwimmen (Wasserball)/1; Reiten/1; Ringen/3; Kanu/7; Fechten / 1; Judo / 1; Hockey / 1; Basketball / 1

Samstag, 11. August 1984

Leichtathletik / 1; Boxen / 1; Ringen / 4; Kanu / 5; Bogenschießen / 2; Turnen (Rhythmische Sportgymnastik) / 1; Judo / 1; Hockey / 1; Volleyball / 1; Fußball / 1; Handball / 1;

Sonntag, 12. August 1984

Leichtathletik / 1; Schwimmen (Wasserspringen) / 1; Reiten / 1



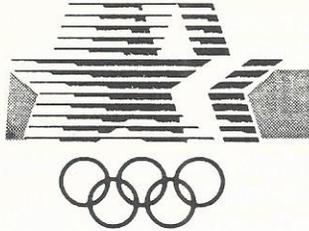
**h5**  
**schneider**  
Büroorganisation - Daten + Kopiertechnik

Hermann Schneider - Büromaschinen GmbH  
Franziskanerstraße 15 - Bonn 1 - Tel. 632631 - 44  
Techn. Kundendienst - Bonn 1 - Tel. 632270

Wer hoch hinaus  
will, benutzt den  
**HP-41C.**  
**hp** HEWLETT  
PACKARD



Der programmierbare HP-41C ist der leistungsfähigste Taschenrechner, der je von Hewlett-Packard entwickelt wurde. Seine besonderen Merkmale sind: alphanumerisches Tastenfeld, LCD-Anzeige, beliebig belegbare Tastenfunktionen und Permanent-Speicher. Für zusätzliche Aufgabenstellungen steckbare Speichererweiterungsmodule, Magnetkartenleser, optischer Lesestift, Thermo-Drucker sowie ein umfangreiches Software-Angebot zur Verfügung. Kommen Sie noch heute zu uns. Ihr HP-41C wartet auf Sie.



## Auf den Wegen nach Olympia



In wenigen Wochen werden wir als Sportinteressierte einige Nachtstunden vor dem Fernseher verbringen, um an den Geschehnissen der Olympischen Spiele in Los Angeles teilzuhaben.

Als Schwimmsportler werden wir sicherlich unsere Hauptaufmerksamkeit auf die Schwimmsportereignisse richten.

Aus Bonner Sicht haben wir hierzu auch Grund und Anlaß genug, acht zu geben, ob nicht doch in den Olympischen Endläufen auch der Name von Bonner Aktiven genannt wird, die wie Sie und ich Mitglied unseres Klubs sind.

Oft nominiert für die Olympischen Spiele sind unsere beiden Aktiven Ute Hasse und Ralf Diegel.

Ute Hasse hat bereits europäisches Metall, nämlich die Bronzemedaille bei den Europameisterschaften im vergangenen Jahr in Rom erzielt. Dieses Metall gewann sie über die 4 x 100 m Lagenstaffel der Damen. Den 6. Platz erreichte sie über 200 m Brust und schob sich mit ihrer geschwommenen Zeit von 2 : 34.41 bis in die europäische Spitze, das heißt sogar bis in die internationale Spitze hinein. Inwieweit es ihr möglich sein wird, die Farben der Bundesrepublik Deutschland und damit aber auch die Farben unseres Clubs, nämlich der Schwimm- und Sportfreunde Bonn 05 e. V., im Endlauf bei den Olympischen Spielen zu vertreten, ist zur Zeit nicht festzustellen.

Ralf Diegel hat 1983 bei den Deutschen Schwimmmeisterschaften in Hannover einen sensationellen deutschen Rekord über 400 m Lagen geschwommen. Er ist der erste bundesrepublikanische Schwimmer, der die 400 m Lagenstrecke in einer Zeit von 4 : 27.4, das heißt also unter 4 : 30, geschwommen hat. Der bisherige Rekordhalter war ebenfalls ein Klubkamerad von Ihnen und mir, nämlich unser Freund Hajo Geißler.

Bei den Europameisterschaften in Rom lief es bei Ralf nicht so recht, und so mußte er mit seiner Qualifikation und seiner Benennung für die Teilnahme an den Olympischen Spielen warten bis vor circa 6 bis 8 Wochen. Beim NOK-Schwimmfest in Berlin gelang es ihm, die notwendige Qualifikationszeit zu schwimmen, und somit kann auch er sich jetzt beruhigt auf die Olympischen Spiele in Los Angeles vorbereiten.

Auf den Startblöcken nach Los Angeles zu schwimmen, stehen noch unsere beiden Aktiven Nocolé Hasse und Birgit Schulz. Die Aussichten dieser beiden Aktiven sind nach dem bisherigen Trainingsstand und den bisher erzielten Zeiten recht gut. Nun wünschen wir, daß auch diesen beiden der letzte Schritt gelingt, und sie beide das Traumziel eines jeden Leistungssportlers erreichen und bei den Olympischen Spielen in Los Angeles dabei sind.

Bevor jedoch die große Traumreise zu den Olympischen Spielen beginnt, sind noch für unsere Aktiven die Deutschen Meisterschaften Anfang Juni in München. Hier wird ein Aktiver unseres Klubs die Gelegenheit haben, sich zu bewähren und eventuell noch die Fahrkarte nach Los Angeles erreichen. Es handelt sich um Andy Schmidt. Unser Andy weilt zu Studienzwecken zur Zeit in Amerika und hat aus diesem Grunde keine Gelegenheit, an den Qualifikationswettkämpfen des Deutschen Schwimmverbandes hier in Europa teilzunehmen. Andy Schmidt gewann bei den Europameisterschaften in Rom in der 4 x 200 m Freilstaffel die Goldmedaille, und zwar in neuer Weltrekordzeit. Insider stehen vor einem Rätsel, wieso der Schwimmwart des Deutschen Schwimmverbandes Andy Schmidt auf Grund der gezeigten Leistungen im Jahr 1983 bisher nicht in die Olympiamannschaft berufen hat. Hoffen wir also, daß Andy Schmidt ein starkes Nervenkostüm hat und daß es ihm gelingt, durch eine gute Leistung bei den Deutschen Schwimmmeisterschaften in München sich die Fahrkarte nach Los Angeles zu erschwimmen.

Unser Klub, und darauf können wir als Mitglieder dieses Vereines stolz sein, wird also mal wieder bei den Olympischen Spielen durch seine Aktiven vertreten sein.

Wie sieht es nun weiterhin aus für die Teilnahme an den Deutschen Meisterschaften in München und für die Teilnahme an den Deutschen Jahrgangmeisterschaften in Hannover ?

Bei diesen beiden Meisterschaften wird es sich herausstellen, inwieweit unsere Nachwuchskräfte den Anschluß an die nationale Spitze gefunden haben. Schade ist, daß es keine Deutsche Schwimmwoche in diesem Jahr gibt, denn dadurch ist rein sportlich gesehen auf der gesamten nationalen Ebene ein Rückstand zu verzeichnen. Auf der Schwimmwoche hatten die Teilnehmer an den Jahrgangmeisterschaften die einmalige hervorragende Gelegenheit, sich durch eine besondere Leistung in die Endläufe der offenen Klasse hineinzuschwimmen. München scheidet leider in diesem Jahr aus, so daß wir neben diesen fünf Aktiven wahrscheinlich unser Hauptinteresse auf die deutschen Jahrgangmeisterschaften in Hannover richten müssen.

Es ist zur Zeit fürchterlich schwer, eine Voraussage abzugeben, aber eines kann sicherlich festgestellt werden, ohne überheblich zu wirken: unsere Aktiven werden auch 1984 wieder für einigen Dampf in den Endläufen der entsprechenden Jahrgangsklassen Sorge tragen !

Sie sind durch ihre Trainer Michael Lohberg und Michael Feldgen so vorbereitet worden, daß sie mit viel Motivation an den Start gehen werden und hier sicherlich die Farben unseres Klubs mit Erfolg vertreten wollen.

Im vergangenen Jahr konnte der Klub als zweitstärkster bei den deutschen Jahrgangmeisterschaften in der Klub-

wertung nach Hause fahren. Hoffen wir, daß diese Position gehalten wird, wenn sie nicht sogar entscheidend verbessert werden kann. Der nächste Konkurrent wohnt sicherlich 25 bis 30 Kilometer nördlich von Bonn, nämlich die Aktiven des SV Renania Köln-Deutz. Ohne neidisch zu werden, muß man hier anerkennen, daß dieser Verein einzelne Aktive in seinen Reihen hat, die unbedingt zur deutschen Spitzenklasse in den entsprechenden Jahrgängen zu zählen sind.

Aber nach den Olympischen Spielen und nach den deutschen Meisterschaften wird der Schwimmsport weitergehen, und es heißt jetzt schon bereits, die Weichen zu stellen für die weitere Zukunft, nämlich bis zu den Olympischen Spielen 1988.

Sie als interessierte SSF-Mitglieder werden gerade in den vergangenen Wochen sehr vieles über ein „Lohbergkonzept“ oder eine „SSF-Schwimmschule“ gehört haben, werden einiges über notwendiges Geld gelesen haben, Sie werden einigen Hick-Hack über Trainerstellungen und dergleichen mehr vernommen haben. Dies alles sind bereits Weichenstellungen für die Zukunft.

Gestatten Sie mir jedoch, daß ich an dieser Stelle einmal sehr sachlich versuche, Ihnen in ein paar Sätzen den Sinn des „Lohbergkonzeptes“ bzw. der „SSF-Schwimmschule“ zu erläutern.

Unser Trainer, Michael Lohberg, hat in der Vergangenheit sehr interessiert den Werdegang einiger Aktiver betrachtet. Er hat hier einmal festgestellt, welche Umwelt ist überhaupt notwendig, damit ein Aktiver seine Leistungskraft auch wirklich ausschöpfen kann.

Nach dem Grundgesetz Artikel 2 ist jedem das Recht zu seiner freien Entfaltung verbrieft worden. Unverkennbar gehört auch die sportliche Entfaltung zu dem freien Recht eines jeden Menschen. Es ist somit eine gesellschaftliche Verpflichtung, auch diesen Lebensbereich unseren jungen Menschen, ob Kind, Schüler oder Jugendlerner, zu erschließen. Wir haben gemeinsam die Verpflichtung, hier zu versuchen, jungen Menschen einen Lebensbereich zu eröffnen, der ihnen bisher nicht so optimal eröffnet worden ist.

Der Vorstand unseres Klubs hat nach eingehender Diskussion und nach Abwägung aller Einzelheiten sich eindeutig für dieses Konzept, das nicht nur den Leistungssport beinhaltet, entschieden. Ihn haben alle Vorstandsmitglieder in freier Wahl gewählt und ihnen damit das Vertrauen für die Vereinsführungsarbeit geschenkt. Somit müssen sie sich jetzt auch innerlich zu diesen Maßnahmen des Vorstandes bekennen.

Das „Lohbergkonzept“ bzw. das Programm der „SSF-Schwimmschule“ beginnt bereits bei den Kleinkinderschwimmkursen, wird über die schwimmerische Grundausbildung und die dann folgenden Leistungs- bzw. Trainingsgruppen fortgeführt. Durch dieses Konzept wird jedem Jugendlichen gewährleistet, entsprechend seinem Leistungsvermögen den Schwimmsport in unserem Klub betreiben zu können.

Daß dieses Konzept sicherlich von uns allen bestimmte Opfer erfordert, soll nicht verheimlicht werden. Für die Mitarbeiter, welche sich zur Realisierung dieses Konzeptes bereiterklärt haben, wird es sicherlich heißen, einige Stun-

den ihrer Freizeit mehr zu opfern. Für Sie als Mitglieder sollte unser Wunsch aber gleichzeitig nicht nur Wunsch bleiben, sondern Sie sollten versuchen, uns zu helfen. Was nämlich zur Verwirklichung des gesamten Konzeptes notwendig ist, sind sicherlich ausreichende finanzielle Mittel. Vorstand, Schwimmausschuß und Trainer sind sich in dieser Richtung einig, daß diese zusätzlichen finanziellen Mittel nicht aus dem bisherigen Beitragsaufkommen der Klubmitglieder sichergestellt werden können. So ist einfach die Bonner Industrie aufgerufen, Hilfestellung zu geben. Nun ist der Ausdruck „Bonner Industrie“ sehr anonym. Sie alle, unsere Klubmitglieder, haben die Möglichkeiten, hier Hilfestellung zu geben, indem Sie uns darauf hinweisen, daß eventuell dieser Betrieb oder jener Betrieb bereit sein könnte, durch die Gewährung einer Patenschaft oder welche Möglichkeiten auch immer hier bestehen, dieses Konzept zu unterstützen. Von mir als dem verantwortlichen Schwimmwart, können Sie annehmen, und dafür stehe ich gerade, daß wir nicht in Bonn „Profischwimmer“ einführen wollen, sondern ganz einfach für unsere jungen Aktiven, die ebenfalls Klubmitglied sind wie Sie und ich, eine Umwelt schaffen, die es ermöglicht, daß diese jungen, leistungsbereiten Aktiven ihren Sport so optimal betreiben können wie eben möglich.

Der Hinweis: „Sollen doch die Eltern für die sportliche Ausbildung ihres Kindes selbst Sorge tragen!“ kann in diesem Zusammenhang einfach nicht mehr ziehen. Ich habe mich einmal der Mühe unterzogen und errechnet, was das Elternhaus auf den Tisch legen muß, wo sich ein junger Aktiver für die Teilnahme an den Westdeutschen Meisterschaften vorbereitet. Mit Einkleidung, Teilnahme an Trainingsstunden und Teilnahme an Wettkämpfen kostet ein solcher Aktiver im Jahresdurchschnitt den Betrag von DM 4.500,00 bis DM 4.800,00. Darin sind keinerlei Unkosten für zum Beispiel eventuelle Nachhilfestunden in der Schule, Teilnahme an Silentien oder dergleichen einbezogen.

Ich meine, als Klub-Familie hätten wir die Aufgabe, durch Mitarbeit, jeder an seinem Platz, jeder in seinem Bereich der Möglichkeiten zu arbeiten, daß wir diesen jungen leistungsbereiten Aktiven Hilfestellung gewähren in solchen Bereichen, die zur Zeit nicht abgedeckt sind.

Sehen Sie also bitte das Problem „SSF-Schwimmschule“ nicht unter dem Blickwinkel, hier sollen einige Spitzensportler gezüchtet werden, nein, unseren jungen leistungsbereiten Aktiven soll die Möglichkeit gegeben werden, ihren Sport unter optimalen Verhältnissen durchzuführen. Durch die Schaffung solcher Verhältnisse wird es möglich sein, dem einen oder anderen Aktiven ein weiteres sportliches Erfolgserlebnis zu ermöglichen, welches er ansonsten wahrscheinlich nie erreicht hätte.

Ich darf Sie also bitten, sich alle angesprochen zu fühlen und darf Sie als SSF-Mitglied darum bitten, dieses wohlgemeinte Objekt „SSF-Schwimmschule“ zu unterstützen, wo Sie glauben, die Möglichkeit zu haben.

Ich stehen Ihnen selbstverständlich zu weiteren Ausführungen jederzeit zur Verfügung. Sollten Sie dies wünschen, so darf sich Sie bitten, mich darauf anzusprechen.

In der Hoffnung, verstanden worden zu sein, verbleibe ich mit SSF-Gruß

Hermann Nettersheim / Schwimmwart



## Wer hat Lust zum Modernen Fünfkampf?

Der Moderne Fünfkampf ist ein Vielseitigkeitssport, der den ganzen Menschen fordert und formt.

Hier finden sie eine Übersicht über die Anforderungen der verschiedenen Altersklassen:

Jugend C 2 / 10 bis 13 Jahre (männlich und weiblich)  
100 m Freistil Schwimmen; 1.000 m Laufen.

Jugend C 1 / 13 bis 15 Jahre (männlich und weiblich)  
100 m Freistil Schwimmen; 1.000 m Laufen; 10 Schuß  
Luftpistole auf 25 m Distanz auf eine Figurenscheibe.

Jugend B / 15 bis 16 Jahre (männlich und weiblich)  
200 m Freistil Schwimmen; 2.000 m Laufen; 20 Schuß  
Luftpistole auf 25 m Distanz auf eine Figurenscheibe;  
Fechten jeder gegen jeden auf 1 Treffer.

Jugend A / 17 bis 18 Jahre (männlich)  
300 m Freistil Schwimmen; 3.000 m Geländelaufen;  
20 Schuß Luftpistole auf 25 m Distanz auf eine Figuren-  
scheibe; Fechten jeder gegen jeden auf 1 Treffer; Reiten  
12 Sprünge, Springreiten bis zu 105 cm Höhe, zeitlich.

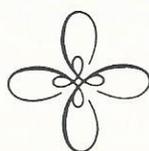
Jugend A / 17 bis 18 Jahre (weiblich)  
200 m Schwimmen; 2.000 m Laufen; die anderen Dis-  
ziplinen wie oben.

Junioren 19 bis 21 Jahre (männlich)  
300 m Freistil Schwimmen; 3.000 m Laufen; 20 Schuß  
Schnellfeuerpistole, drehende Scheibe, 25 m Distanz;  
Fechten jeder gegen jeden auf 1 Treffer; Reiten, 15 Sprünge  
Höhe 120 cm, Zeitlimit.

Junioren 19 bis 21 Jahre (weiblich)  
200 m Freistil Schwimmen; 2.000 m Laufen; die anderen  
Disziplinen wie oben.

Senioren ab 21 Jahre (männlich)  
300 m Freistil Schwimmen; 4.000 m Laufen; die anderen  
Disziplinen wie bei Junioren.

Senioren ab 21 Jahren (weiblich)  
200 m Schwimmen Freistil; 2.000 Laufen; die anderen  
Disziplinen wie bei Juniorinnen.



### Anfängerkurs Moderner Fünfkampf

Dieser Kurs wendet sich an alle Mitglieder ab 10 Jahre !  
Also mitmachen !!!

Was ?  
Laufen.

Wann ?  
Donnerstags, 15.00 Uhr bis 16.00 Uhr.

Wo ?  
Im Stadion des Sportpark Nord.

Was ?  
Schwimmen.

Wann ?  
Donnerstags 16.00 Uhr bis 17.00 Uhr.

Wo ?  
Schwimmhalle Sportpark Nord.

Die Leitung übernimmt unser bewährter Übungsleiter  
Michael Scharf, Telefon: 02 21 / 49 53 36 oder 02 28 /  
67 52 27.

Der Kurs beginnt ab sofort; jeder kann jederzeit einsteigen.

### Trainingsplan für Jugend A und B, Junioren und Senioren

Montags  
7.15 Uhr bis 18.30 Uhr  
Laufen mit Michael Scharf im Stadion oder auf dem Venus-  
berg;  
18.45 Uhr bis 20.00 Uhr  
Schwimmen bei Klaus Papke im Sportpark Nord.

Dienstags  
18.45 Uhr bis 20.00 Uhr  
Schwimmen bei Klaus Papke im Sportpark Nord.

Mittwochs  
16.30 Uhr bis 17.30 Uhr  
Laufen mit Michael Scharf im Stadion oder auf dem Venus-  
berg;  
17.30 Uhr bis 18.30 Uhr  
Fechten mit Michael Scharf in der Fechthalle;  
18.45 Uhr bis 20.00 Uhr  
Schwimmen bei Klaus Papke im Sportpark Nord.

Donnerstags  
17.00 Uhr bis 18.00 Uhr  
Schießen bei Michael Scharf im Poststadion, Lievelingsweg;  
18.45 Uhr bis 20.00 Uhr  
Schwimmen bei Klaus Papke im Sportpark Nord.

Freitags  
18.45 Uhr bis 20.00 Uhr  
Schwimmen bei Klaus Papke im Sportpark Nord.

Reiten nach Abmachung mit Herrn Schmidt, Telefon:  
46 43 54.



## Kanusport im Frühjahr und Sommer

Mit einem prächtigen Wasserablaß aus der Perlbach-Talsperre konnte Mitte April die sportliche Bezirksfahrt auf der oberen Rur bei Monschau aufwarten, die alle teilnehmenden Kanuten in Stimmung zu bringen vermochte. Als Vorbereitung und Einstimmung für die Osterfahrt war dies ein willkommener Auftakt. Die Gruppe der Osterfahrer machte sich am zweiten Ferienwochenende bei bestem Wetter und guter Stimmung auf den Weg nach Südfrankreich in die Cevennen, wo hochsommerliche Temperaturen – von einer kurzen Mistral-Windeinlage begleitet – fast schon als zu warm empfunden wurden. Wenngleich hier die Schneeschmelze bereits abgeklungen war und einige Flüsse recht zusammengefallen waren, konnte doch eine Anzahl hübscher Flüsse in den landschaftlich eindrucksvollen Karstregionen des südlichen französischen Zentralmassivs befahren werden, unter denen die 30 km lange Schlucht der Ardeche als die bekannteste gilt. Aber auch einige östliche Nebenflüsse der Rhone konnten den Kanuten sehr schöne sportliche und landschaftliche Reize vermitteln, wobei besonders die Flüsse Roanne und Aigues erwähnt werden sollten. Die Freude über die Fahrten dieser Wochen wurde durch zwei unglückliche Verletzungen – Fußbruch und ausgekugelter Arm – leider getrübt.

Für die Daheimgebliebenen hielten die Anfang April niedergegangenen kräftigen Schneefälle eine nette Überraschung bereit, denn die meisten Klein- und Mittelflüsse führten bis nach Ostern gute Wasserstände und ermöglichten hübsche Fahrten auf Sieg, Agger, Ahr, Nister und den belgischen Ardennenflüssen Ourthe, Ambleve, Lienne und Aisne. Ende April wurde es dann allerdings sehr schnell trocken auf den kleinen Flüssen, so daß Mitte Mai die mit Wasserablaß aus der Bigge-Talsperre bedachte Lenne-Rallye wieder einmal in den Blickpunkt des Interesses rückte. Das gleiche galt für die traditionelle Bezirksfahrt auf der Agger am Vatertag mit einem gleich guten Wasserzuschuß, woran sich dann schon die Vorbereitungen für die diesjährige Pfingstfahrt anschlossen.

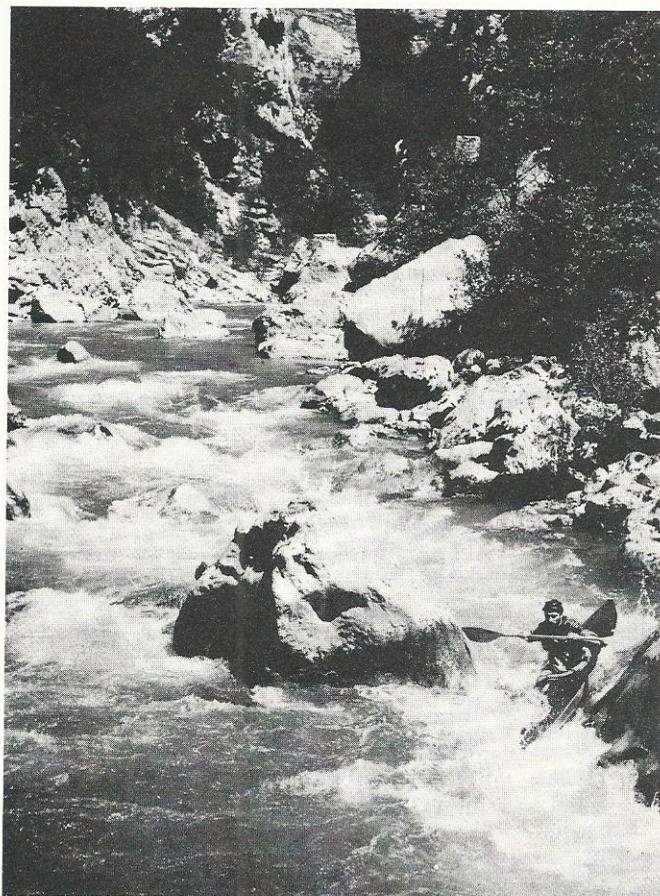
Hubert Schrick

Verblocktes Wildwasser hoher Schwierigkeitsgrade schlägt die wildwassergeübten Kanuten jedes Jahr erneut in seinen Bann – hier bei einer sommerlichen Befahrung des Grand Canyon des Verdon in den französischen Seealpen, einem der klassischen und zugleich schwierigsten Wildflüsse Europas.

aktuelle mode  
w. hau  
bonn

**AKTUELLE MODE**  
**W. HAU**  
BONN  
STERNSTRASSE 51  
WENZELGASSE 7

**TOPMODE**  
FÜR  
SIE + IHN





## Budo-Abteilung

Wenn Du nicht willst, daß man Dir Böses tu' . . . ,  
lern' Dich zu verteidigen mit: Ju – Jutsu !

Nach dem überraschenden Werbeerfolg anlässlich des Marktplatzfestivals 1983 trainieren unter diesem Motto etwa 40 Mitglieder der Budo-Abteilung unter Leitung von Erich Hentschel, 2. Dan, jeden Dienstag in der Gymnastikhalle der Theodor-Litt-Schule in Kessenich, jeweils von 19.00 Uhr bis 22.00 Uhr. Anfänger werden in die kleinen Geheimnisse fernöstlicher Abwehrtechniken jeden Donnerstag von 20.00 Uhr bis 22.00 Uhr eingewiesen.

Um immer noch einen Trick mehr zu können als ein möglicher Angreifer, besuchten mehrere Mitglieder der Ju-Jutsu-Abteilung einen Bezirkslehrgang. Was ihnen dort von Willi Vollberg, 5. Dan, und Peter Menzlin, 2. Dan, an neuen Techniken vermittelt wurde, muß nun an vielen schweißtreibenden Trainingsabenden solange geübt werden, bis auch ein Mädchen oder eine Frau jederzeit in der Lage ist, einen eventuellen unsittlichen Angriff auf offener Straße, zum Beispiel mit einem „Schirm-Stich“ oder einem gezielten „Knie-Stoß“ erfolgreich abwehren zu können.

Um die erlernten Kenntnisse unter Beweis zu stellen, wird auch in diesem Jahr wieder eine Gürtel-Prüfung vor den Sommerferien abgehalten.

Sollten auch Sie sich gegen tätliche Angriffe zum Beispiel Ihres Ehepartners wehren müssen, in der Ju-Jutsu-Abteilung zeigen wir Ihnen neben den vielen kleinen nützlichen Gemeinheiten auch, wie Sie die Kondition bekommen, um, erforderlichenfalls, Reißaus zu nehmen !

Franz Elbern



## Judokas in Oxford

SSF - Judokas über Ostern in Oxford

Zum zweiten Mal wurde von der Judoabteilung eine Begegnung mit unseren Oxforder Freunden organisiert. Vom 6. April 1984 bis 11. April 1984 fuhr eine Jugendmannschaft unter der Betreuung von Martin Vogt und Franz Eckstein nach Oxford.

Mit Bus / Bahn / Schiff ging es am 6. April in den Abendstunden ab Bonn-Hauptbahnhof in Richtung London-

Viktoria-Station, wo wir nach einer lustigen und unruhigen Nacht in den frühen Morgenstunden eintrafen.

Als wir gegen 10.00 Uhr in Oxford ankamen, wurden wir von unserem dortigen Ansprechpartner und ständigen Betreuer Graham Godby begrüßt und zu unserem Quartier, der Jugendherberge von Oxford, gebracht. Aber statt die erhoffte Ruhe zu finden, ergab sich auf Grund eines Mißverständnisses eine etwas peinliche Situation für unsere Gastgeber, da die Jugendherberge tagsüber geschlossen war, und der Verantwortliche keine Ausnahme zuließ. Innerhalb kürzester Zeit wurde jedoch eine Ruhemöglichkeit in einer Schule geschaffen, so daß die Sache schnell und mit Humor vergessen wurde.

Am Abend luden uns die Oxforder zu einem Essen in einem Oxforder Restaurant ein, das die ersten Kontakte herstellte. Danach fielen wir, wieder in der Jugendherberge angekommen, todmüde in die Betten.

Am Sonntag gab es ein Freundschaftsturnier mit den in Oxford und der Umgebung ansässigen Judo-Vereinen. Dieses Turnier der Judokas aus Bonn und einer Jugendauswahl aus Oxford gewannen ganz knapp die SSF-Judokas in fairen und äußerst spannenden Kämpfen. Anschließend kam es noch zu einem kurzen Training aller Teilnehmer. Nach der „Arbeit“ dann das Vergnügen: In den Klubräumen des Morris Motors Judo Club war für alle Teilnehmer und deren Angehörige ein kaltes Büffet aufgetischt worden. Innerhalb dieses privaten Rahmens wurden von den Jugendlichen aus Bonn und Oxford die ersten, zum Teil zaghaften, freundschaftlichen Kontakte geknüpft. Für die SSF-ler ihre erste Bewährungsprobe in der englischen Sprache, da die meisten als Schüler noch nie in England gewesen sind. Aber es klappte vorzüglich, und innerhalb kürzester Zeit wurden die interessantesten Gespräche mit den Oxfordern geführt.

Nach dieser Begegnung stand der Rest des Sonntages zur freien Verfügung, der für erste Erkundungen von Oxford genutzt wurde.

Am Montag war ein überaus langes Programm vorgesehen. Gegen 9.30 Uhr fanden wir uns in der Radio-Station BBC Oxford ein. Nach der Besichtigung ging es zum Rathaus von Oxford, wo ein Empfang mit der Bürgermeisterin von Oxford stattfand. Nach einer kurzen „Konversation“ zeigte uns eine deutschsprachige Führerin die Oxforder Stadt. Unter anderem sahen wir eine der Originalurkunden der Magna Carta und die prächtigen Colleges.

Nach einem freien Nachmittag wurde seitens unserer Gastgeber ein Training für unsere Mannschaft angeboten, das von Graham Godby und einem Trainer des Britischen Judo-Verbandes, eine Art Stützpunkt-Trainer, geleitet wurde. Über dieses Training wurde uns ein eindrucksvoller Einblick in die Trainingsmethoden und die zu Bonner Verhältnissen eher bescheidenen Trainingsmöglichkeiten gegeben. Diese Eindrücke wurden im Anschluß bei einem Glas Bier / Limo diskutiert.

Am Dienstag hatten wir einen freien Tag, der in London verbracht wurde. Am Abend bot sich den Älteren unserer Mannschaft nochmals ein Senioren-Training beim Aere Harwell an, das auch genutzt wurde. Der andere Teil der Mannschaft verbrachte einen gemütlichen Abend in der Stadt.

Am Mittwoch, in aller Frühe, wurden wir von unserem ständigen Begleiter Graham Godby in Oxford verabschiedet. Gegen 22.00 Uhr trafen wir nach einer lustigen Bahn-Schiffs-Fahrt wohlbehalten in Bonn ein.

Zu dieser Fahrt ist abschließend noch folgendes anzumerken: Von den Judokas der SSF war dies die erste Fahrt mit einer Jugendmannschaft. Ziel dieser Fahrt war es, einen ersten Schritt für einen regen Freundschaftsaustausch mit Jugendlichen aus Bonn und Oxford zu tun. Da in England der Judo-Sport nicht so verbreitet ist wie in der Bundesrepublik, und von daher nicht so viele Jugendliche diesen Sport ausüben, werden weitere Begegnungen vorerst einseitig bleiben, jedoch haben wir unseren Oxforder Gastgebern eindeutig zu verstehen gegeben, daß Besuche jugendlicher Judokas in Bonn von uns jederzeit erwünscht sind und unser Besuch als eine Art erster Schritt in diese Richtung zu werten ist. Eine entsprechende Einladung wurde ausgesprochen.

Diese Einladung wurde auch auf die Stadt Bumbry ausgedehnt, die die Partnerstadt von Hennef ist und dort bei Besuchen keine Möglichkeit zum Judo hat. Ein solches Treffen würde dann im privaten Rahmen ablaufen.

Vor wenigen Tagen fand eine „Nachbereitung“ der Fahrt bei einem privaten Treffen statt, wo abschließend festgestellt wurde, daß die Fahrt allen Judokas viel Spaß gemacht hat und viel zu früh zu Ende ging. Aber es wurde auch festgestellt, daß unser Oxforder Begleiter Graham Godby einen erheblichen Teil zum Gelingen dieser Fahrt beitrug und daß ihm deshalb unser besonderer Dank gebührt.

Martin Vogt



## Jugendabteilung

### Ferienaktion Malen-Basteln-Spielen

Die Aktion der Jugendabteilung lief vom 9.4.1984 bis zum 13.4.1984 in den Osterferien.

Leider war die Resonanz sehr klein. Doch hatten die vier anwesenden Kinder und die betreuenden Eltern viel Spaß beim Herstellen von Mobiles, Kreppblumen und Tieren aus Pompons. Anklang fanden auch die gemeinsamen Spiele sowie der gemütliche Ausklang mit Waffeln und Kaffee.

Eine weitere Aktion ist in den Herbstferien vom 8.10.1984 bis zum 13.10.1984 und für die Adventszeit geplant.

Brigitte Habelt

## Städtepartnerschaft Bonn/Oxford

Ostern 1984

Städtepartnerschaft Bonn – Oxford  
sowie eine Gastmannschaft aus Nahariya / Israel.

Zum Rückbesuch kam die Mannschaft vom Harcourt Oxfordian Swimming Club am Gründonnerstag um 20.00 Uhr am Sportpark-Nord an. Nach einer kurzen Begrüßung wurden die Schwimmer und Schwimmerinnen auf die Gastfamilien verteilt.



Karfreitag trafen sich die beiden Mannschaften zum gemeinsamen Training im Bad. Hiernach wurde der Oxford-Klub mit der Bundeshauptstadt Bonn durch eine Stadtrundfahrt bekanntgemacht.

Frau Schmitz (von der Stadtinfo) führte uns an den wichtigsten Sehenswürdigkeiten vorbei nach Bad Godesberg. Dort gingen wir auf die Godesburg und den Aussichtsturm, wo weitere Erklärungen zur Lage der Stadt abgegeben wurden. Nach einer Fahrt durch das Regierungsviertel, am Bundeskanzleramt und Bundespräsidentenamt vorbei, ging es zum Sportpark Nord zurück. Unsere Gäste waren von dieser Fahrt begeistert, und dies war der guten Führung zu verdanken.

Am Nachmittag und Abend waren unsere Gäste in den Familien. Samstagvormittag war für den Einkauf und Stadtbummel frei. Gegen 13.00 Uhr traf man sich im Bad des Sportparks Nord. Hier begann gegen 14.00 Uhr der Städtevergleichsschwimmwettkampf Bonn / Oxford sowie einer Gastmannschaft aus Nahariya.

Zu Beginn begrüßten Herr Peter Riegel (Bezirksvorsteher der Stadt Bonn) und unser Vorsitzender Herr Werner Schemuth die Gäste. Dann wurden die Gastgeschenke ausgetauscht, und der Wettkampf konnte beginnen. Hierbei wurde zwischen den Mannschaften Bonn / Oxford das Oxfordschild ausgeschwommen. Dazu kam noch ein Sonderpreis zwischen den Mannschaften Bonn / Oxford / Nahariya. Alle Schwimmer und Schwimmerinnen erhielten außerdem noch eine Einzelurkunde für jede geschwommene Disziplin.

Am Schluß ergab sich folgender Punktestand:

Bonn / Oxford = 244 : 225 Punkte,  
Bonn / Oxford / Nahariya = 317 : 299 : 265 Punkte.

Die Mannschaft der SSF Bonn 05 e. V., überwiegend trainiert von Michael Feldgen, konnte beide Wertungen gewinnen. Dies war ein schöner Doppelerfolg für diese Mannschaft, in welcher auch viele Nachwuchsleute eingesetzt waren.

Am Abend fand dann die große Disco-Party im Collegium Josephinum statt. Hier hatte der Koch der Firma HARIBO, Herr Buslei, mit Hilfe einiger Eltern ein kaltes Buffet aufgebaut, welches allen gut geschmeckt hat und großen Anklang fand. Man hatte vor lauter Begeisterung versucht, die Dekoration, die wie Butter aussah, mit zu verspeisen!

Für heiße Rhythmen sorgte Holger Euteneuer auf einer durch die Familie Euteneuer geliehenen Anlage. Nach anfänglichem Zögern kam der große Ansturm auf die Tanzfläche. Es wurde einzeln, paarweise und in Gruppen getanzt, so daß die gesamte Fläche ausgefüllt war. Gegen 23.45 Uhr klang der Abend aus. Zu Beginn der Disco hatte Herr Pater Dr. Steinmetzer, Rektor der Realschule, die Anwesenden begrüßt und der Veranstaltung einen guten Verlauf gewünscht.

Ostersonntag traf man sich mit zwei Bussen zur großen Rundfahrt Bonn – Königswinter – Neuwied – Maria Laach – Altenahr – Bonn. Hierbei wollten wir unseren Gästen die Landschaft und die Sehenswürdigkeiten unserer Heimat zeigen. Vom Drachenfels aus schaute man ins Rheintal und über die Orte und Höhen hinweg. Mit den Bussen ging es dann weiter den Rhein entlang bis Neuwied und dann zum Kloster Maria Laach. Hier konnte man sich das Kloster, die Gärten und andere Dinge ansehen oder am See ausruhen.

Durch die Eifel fuhren wir zum bekannten Weinort Altenahr. Mehrere Gäste benutzten den Sessellift und fuhren auf den Berg, um ins Ahrtal zu sehen. Am Abend kehrten alle geschlaucht, aber zufrieden, nach Bonn zurück.

Ostermontagsmorgen wurde sich zum gemeinsamen Abschlußtraining im Bad getroffen. Einige Schwimmer erschienen leider nicht. Mit diesem Verhalten war der englische Trainer nicht einverstanden, und die Organisatoren schlossen sich dieser Meinung an, da danach und am Abend kein Programm mehr war.

Unsere Eltern trafen sich mit den englischen Eltern am Abend im Sportpark Nord zu einem gemütlichen Abschluß der schönen Tage, und ein Teil der Jugendlichen feierten den Abschluß in einer Disco.

Herr Nettersheim übergab an Herrn Dr. Williams die Ehrennadel des Vereins und an Herrn Dr. Green (Trainer), Frau Marsland (Betreuerin) und Herrn White (Fahrer) die Vereinsnadel der Schwimm- und Sportfreunde.

Mit dankenden Worten und der offiziellen Einladung für 1985, welche Herr Nettersheim annahm, klang der Abend aus.

Am Dienstag brachten die Eltern ihre Gäste zur Abreise zum Sportpark Nord. Mit Umarmungen und Winke, Winke fuhren unsere Freunde aus Oxford ab.

Die Organisatoren möchten sich bei allen Eltern und Mithelfern bedanken und hoffen, daß sie trotz anstrengender Tage viel Freude mit unseren Gästen gehabt haben.

Kopka / Sprock (Jugendwarte)

## Sport im Kindesalter

Schlagworte

Die Athleten, die im Sport zu Meisterehren kommen, werden immer jünger. Ältere Sportler, zum Teil gerade über 20 Jahre alt, werden als „Sportopas“ oder „Sportomas“ abqualifiziert. Im Schwimmen sind derzeit fast alle Weltrekordler unter 18 Jahre alt. Diese Leistungen setzen viele Jahre Leistungs- bzw. Höchstleistungstraining voraus. Das Schlagwort „Kinderarbeit im Sport“ macht die Runde.

8 Jahre alt sind die Kinder im Durchschnitt bei „Trainingsbeginn“. Sehr schnell steht ein mehrstündiges Trainingsprogramm auf dem täglichen Stundenplan, Freizeit und Kontakte zu Freunden bleibt weitgehend auf der Strecke. Das alles geht natürlich nur, wenn die Eltern mitziehen. Viele von ihnen haben ein ausgeprägtes Leistungs- und Erfolgsdenken, ihr eigener Ehrgeiz vermittelt sich oft auch ihren Kindern.

Nicht minder ehrgeizige Trainer führen in jungen Jahren die Sportler an den Höchstleistungssport heran. „Fremdbestimmung“, ein weiteres Schlagwort, das dem Leistungssport mit Kindern anhaftet.

**Germania Pilsener**  
Echte Braukunst findet Freunde.

SEIT 1864 BRAUTRADITION

Sieg-Rheinische  
Germania-Brauerei AG  
Hersel/Wissen

Premium-Klasse

## Erkenntnisse

Gesicherte Erkenntnisse über Dauerschäden nach Abschluß der Sportkarriere gibt es noch nicht, weil es vor allem an Langzeitstudien fehlt. Ebenso fehlt es in den meisten Fällen an der erforderlichen gründlichen und kontinuierlichen sportmedizinischen Betreuung.

Im prestigeträchtigen Kampf um Medaillen und Titel werden Kinder nicht selten zu Objekten ehrgeiziger Interessen der Sportverbände. Immer mehr Kinder werden in Bundes- und Landeskadern auf nationale und internationale Wettkämpfe vorbereitet.

Keine Einwände werden gegen eine möglichst breite Bewegungs- und Körpererziehung erhoben. Dies wird auch in den vielen tausend Sportvereinen mit einem Sportangebot für Kinder tagtäglich verwirklicht.

## Tendenzen

Aufgeschreckt durch negative Begleiterscheinungen beim Kinderleistungssport haben sich in letzter Zeit viele Gremien im Sport bis hin zum Deutschen Sportbund mit Erklärungen zum Leistungssport mit Kindern beschäftigt. Bei einer Reihe von Sportarten besteht die Meinung, man müsse bereits im Kindesalter ein gezieltes Leistungstraining durchführen, um möglichst früh Höchstleistungen herbeizuführen, weil kindliche Körperbauformen und kindliche Beeinflussbarkeit besonders günstige Leistungsvoraussetzungen darstellen. Hierfür gibt es keine pädagogische Legitimation. Denn der untrennbar damit verbundene, von Kindern und für Kinder nicht verantwortbare Zwang zum Wettkampf auf nationalem und internationalem Niveau führt zu extrem hoher physischer Trainingsbelastung und zu extremen psychischem Streß in der der Wettkampfsituation, wobei die Abhängigkeit von öffentlicher Meinung und Verbandsorganisation eine große Rolle spielt. Wegen der unkontrollierbaren Auswirkungen auf andere Lebensfunktionen und -bereiche der betroffenen Kinder kann ein solches „Höchstleistungstraining“ nicht verantwortet werden.

Bei einigen Sportverbänden läßt sich bereits eine Trendänderung erkennen, wie zum Beispiel der Beschluß zur Heraufsetzung des Mindestalters für die Teilnahme an Wettkämpfen. Trainingszeiten sollten so bemessen sein, daß Kindern genügend Zeit bleibt, um in ihrer Freizeit auch anderen Interessen nachzugehen. Interessenblockaden, die auf Grund überzogener Trainingszeiten entstehen, müssen aus pädagogischer Sicht als Beschneidung kindgemäßer Entwicklungsmöglichkeiten abgelehnt werden.

Der Grad der Verpflichtung, ein Training für einen längeren Zeitraum beizubehalten, darf für Kinder nicht zu hoch angesetzt werden. Dem Kind muß eine inhaltliche Umorientierung, selbst zu nichtsportlichen Aktivitäten hin, möglich sein, ohne daß es Repressalien ausgesetzt wird. Mit zunehmender Einsicht in die und mit zunehmendem Verständnis für die Trainings- und Wettkampfpraxis kann auf Grund der eigenen Entscheidung eines Sportlers der Grad der Verpflichtung zum Training und Wettkampf ansteigen.

## Forderungen

- 1.) Übungsprogramme und körperliche Belastungen, die zu Spätschäden führen können, sind nicht vertretbar.

- 2.) Kinder, die sich in Trainingsprozessen befinden, sollten zugleich befähigt werden, zu sportlicher Betätigung und Leistung ein distanziertes und reflektiertes Verhältnis zu wahren.
- 3.) Training mit Kindern kann wohl ein vernünftiges Maß der Leistungsoptimierung, nicht aber eine unbedingte Erfolgsmaximierung als Ziel haben.
- 4.) Das Training mit Kindern muß Freiräume erschließen, in denen die unmittelbaren Bedürfnisse des Kindes befriedigt werden können.
- 5.) Die Individualität des Kindes und vielseitige Möglichkeiten zu seiner Weiterentwicklung müssen vom Trainer erkannt und als wesentliche Bedingung seiner Trainingsorganisation berücksichtigt werden. Die Verantwortung für die Gesamtentwicklung des Kindes muß Vorrang vor Trainings- und Wettkampfnormen haben. Der Tagesablauf des Kindes darf nicht völlig durch Schule und Sport ausgefüllt sein.
- 6.) Das Wettkampfangebot sollte altersabhängige, regionale Begrenzungen haben, um einerseits einem unangemessenen Erfolgsdruck durch das Streben nach Titeln und Höchstleistungen vorzubeugen und um andererseits eine gerne damit verbundene Überbewertung der Person und ihrer Wettkampfergebnisse zu vermeiden. Entsprechend sind Mannschaftswettbewerbe besonders zu fördern und das Ausmaß an Einzelmeisterschaften ist zu überdenken.
- 7.) Die Trainer der Kinder im Leistungssport benötigen deshalb eine gründliche pädagogische und kinderpsychologische Ausbildung. Sie sind von Erfolgswängen freizuhalten und verpflichtet, nach kindgemäßen Trainingsmethoden zu suchen und danach sportlich auszubilden.

## Umsetzungen

Im Westdeutschen Schwimm-Verband sollte:

- 1.) bei der Übungsleiter- und Trainerausbildung eine gründliche pädagogische und kinderpsychologische Ausbildung erfolgen;
- 2.) beim Wettkampfangebot auf amtlichen Veranstaltungen die Altersklassen angehoben werden;
- 3.) die Altersklassen für die Bildung von Kadern ebenfalls heraufgesetzt werden;
- 4.) angestrebt werden, auf Bundesebene die Altersklassen entsprechend heraufzusetzen;
- 5.) auf die Vereine eingewirkt werden, daß der sportliche Aufbau im Training so erfolgt, daß persönliche Höchstleistungen erst im Erwachsenenalter erreicht werden;
- 6.) die Umwelt des Sports so gestaltet werden, daß neben dem Sport auch das persönliche Erleben anderer Dinge (außersportliche Angebote) stattfinden kann;
- 7.) im Kindesalter mehr breiten- und freizeitsportliche Aktivitäten angeboten werden.

Aus: WSV-Jugendinfo 2 / 84 (Manfred Peppekus)

# Das Sportangebot des Klubs



## SCHWIMMEN

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

Sportbecken: 50 m lang, 20 m breit  
Wassertiefe 1,80 m / 3,50 m  
Taucherglocke 8,50 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 bis freitags	7.00 – 8.00
	auf den Bahnen	9.00 – 11.00
	1 – 3	12.00 – 21.30
	samstags	8.00 – 12.00
	sonntags	8.00 – 12.00
	feiertags	8.00 – 12.00

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: Hedi Schlitzer

Trainingszeiten:	für Fortgeschrittene	14.00 Uhr
	für Anfänger	15.00 Uhr
		15.45 Uhr
		16.30 Uhr

Anmeldung: Metta Schönagel, Telefon 48 51 93  
oder  
im Frankenbad montags und  
donnerstags (Lehrschwimmbecken)  
donnerstags (Lehrschwimmbecken)



## BADMINTON

Sportstätte: Hans-Riegel-Halle, Hermann Milde Straße 1  
5300 Bonn 1, Telefon 23 47 71

Geschäftsst.: Dieter Kirstein, Akazienweg 27, 53 Bonn 2  
Telefon 32 12 87 (ab 17.00 Uhr)

Training für samstags 15.00 – 17.00  
Mitglieder:

Sprech- montags 18.30 – 19.30  
stunden freitags 20.00 – 20.30  
im Büro Hans-Riegel-Halle



## WASSERBALL

Sportstätte: Schwimmhalle, 53 Bonn 1, Kölnstraße 250

Auskunft: Klaus Nobe, Telefon 64 44 33  
Manfred Schreiner, Telefon 0 22 41/31 23 30

Trainings- Dienstag und Donnerstag 19.15 - 22.00  
zeiten: Samstag 17.00 - 18.00



## SPORTTAUCHEN

Sportstätte: Schwimmhalle, 53 Bonn 1, Kölnstraße 250  
Tauchcaisson, 7 m tief

Auskunft: Gerd Grodeck, Telefon 65 91 42  
Dagmar Wekel, Telefon 44 11 30

Trainingszeit: montags und donnerstags 20.00 – 21.15  
samstags (Jugend) 17.00 – 18.00



## TANZEN

Auskunft: Hans Schäfer, Telefon 34 25 14

Sportstätten: montags und donnerstags ab 18.00 Uhr  
Gottfried-Kinkel-Realschule, 5300 Bonn 1  
August Bier Straße 2

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



## KANUFAHREN

Sportstätte: Schwimmhalle, 53 Bonn 1, Kölnstraße 250

Bootshaus: Rheinaustraße 269, 5300 Bonn 3 (Beuel)

Auskunft: Otto Gütgemann, Telefon 21 37 52  
Hubert Schrick, Telefon 77 34 24



## MODERNER FÜNFKAMPF

Sportstätte: Sportpark Nord, 53 Bonn 1, Kölnstraße 250  
Poststadion, 53 Bonn 1, Lievelingsweg

Auskunft: Wolfgang Schmidt, Telefon 46 43 54  
Reinhold Meidow, Telefon 67 03 93

# Blumenfachgeschäfte

Blumenhaus  
*Deipenbrock*

Inh. Margret Wolber



Blumenhaus  
*Günter Wolber*

Gartenbauingenieur (grad.)

Breitestraße 110 Tel. 636731  
gegenüber St. Johannes Hospital

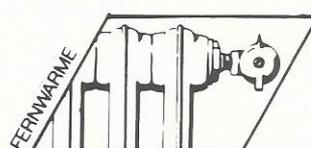
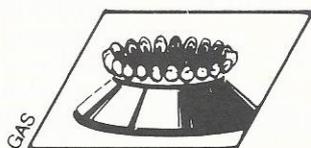
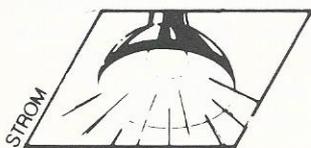
Kölnstraße 51 Tel. 639138  
Nähe Stiftsplatz

*mit Spezialshop für Hydroplanzen*

BONN Kölnstraße 51



## Wir sorgen für Sie!



### IHRE STADTWERKE BONN

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



## SKI

Sportstätte: Turnhalle der Kaufmännischen Bildungsanstalten, Kölnstraße 235, 5300 Bonn 1

Ski-Gymnastik: mittwochs 19.00 – 21.00

Auskunft: Günter Müller, Telefon 28 28 81

Jugend-Gymnastik: mittwochs 18.00 – 19.00

Auskunft: Andreas Roßrucker, Telefon 0 22 44/48 68



## KARATE

Sportstätte: Gottfried Kinkel Realschule, 5300 Bonn 1 August Bier Straße 2

Trainingszeit: montags 18.00 – 20.00

Sportstätte: Theodor Litt Schule, Eduard Otto Straße 9 5300 Bonn 1

Trainingszeit: mittwochs 18.30 – 22.00

Sportstätte: Kardinal Frings Gymnasium, 5300 Bonn 3 Elsa Brandström Straße

Trainingszeit: donnerstags 20.00 – 22.00



## VOLLEYBALL

Abteilungsleiter: Fritz Hacke, Telefon 0 22 44 / 33 86

stellvertr. Hans Hacke, Telefon 25 58 46

Abteilungsleiter:

Auskunft: Rolf Henneberger, Telefon 23 65 78

Jugend männlich + weiblich: Peter Nonnenbroich, Tel. 02 21 / 49 64 65 (Apparat 0819)

Damen: Karl-Heinz Brandt, Telefon 65 92 07

Herren: Fritz Hacke, Telefon 0 22 41 / 85 34 68

Herren-Hobby-Volleyball

Sportstätte: Gottfried Kinkel Realschule, August Bier Straße 2, 5300 Bonn 1

Auskunft: Hartwig Maassen, Telefon 65 19 55

Hobby-Volleyball (Mixed-Gruppen): Fritz Hacke, Telefon 0 22 44 / 33 86



## BREITENSPORT

Fitness-Training für alle

Sportstätte: Turnhalle der Theodor-Litt-Hauptschule, Eduard-Otto-Straße, Bonn-Kessenich

Trainingszeit: dienstags 18.00 – 20.00

Auskunft: Käthe Ziertmann, Telefon 66 92 86

Frauengymnastik

Sportstätte: Gottfried Kinkel Realschule, August Bier Straße 2, Bonn-Kessenich

Trainingszeit: montags 20.00 – 22.00

mittwochs 20.00 – 22.00

Auskunft: Marlene Eckstein, Telefon 47 13 98

Vorbereitung und Abnahme des Sportabzeichens

a) Leichtathletik

Sportstätte: Sportplatz des Schulzentrums Tannenbusch, Hirschberger Straße (Nähe Gustav-Heinemann-Haus)

Trainingszeit: in den Monaten Mai bis September dienstags und freitags ab 18.00

b) Schwimmen

Sportstätte: Schwimmhalle im Sportpark Nord

Trainingszeit: in den Monaten Mai bis September sonntags 9.00

Auskunft: Käthe Ziertmann, Telefon 66 92 86

## FREIZEIT- UND SENIORENSPORT

Sportstätte: Schwimmhalle im Sportpark Nord

Trainingszeit: dienstags Gymnastik 19.00 – 19.45

Schwimmen 19.45 – 20.30

freitags Schwimmen 18.30 – 19.30

Gymnastik 19.30 – 20.00

Auskunft: während der Trainingszeiten

Schwimmkurse für Erwachsene

Sportstätte: Schwimmhalle im Sportpark Nord (Lehrbecken)



## BUDO

Judo / Ju – Jutsu

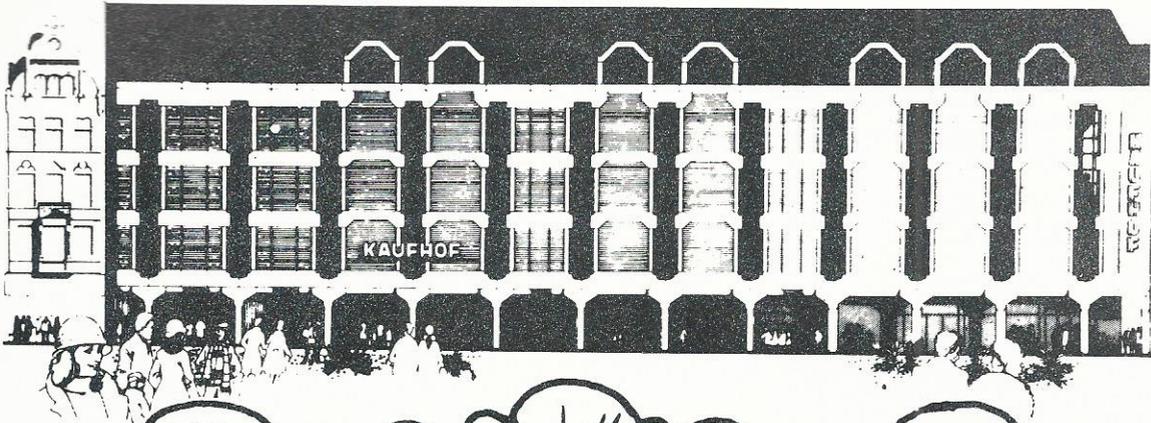
Sportstätte: Theodor-Litt-Hauptschule, 5300 Bonn 1, Edward-Otto-Straße 9

Trainingszeit: montags – freitags 17.00 – 22.00

Auskunft: Franz Eckstein, Telefon 47 13 98

# Der KAUFHOF

und das schönere Bonn.



In unserer großen  
**Sport- und Freizeit Etage**  
im 4. Obergeschoß

Sportbekleidung  
führender Firmen  
Adidas - Arena - Lacoste  
Dunlop usw.

Freu Dich auf

**KAUFHOF**

Der Kaufhof bietet  
tausendfach alles unter  
einem Dach

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

Z 4062 F

**Bayerische Motoren Werke AG**  
**Niederlassung Bonn Telefon 6 07 — 0**  
**Vorgebirgsstraße 94—98**

