

BSG-Laufgruppe beim Halbmarathon des Alfterer SC erfolgreich

Die durch das wöchentliche Training in der Sparte Laufen, Nordic-Walking, Triathlon der BSG erreichte Fitness und das gute Abschneiden beim Bonn-Marathon im Vormonat ermunterte die Teilnehmer des Lauftreffs zu weiteren Großtaten, so dass sich insgesamt eine Läuferin und sechs Läufer der Herausforderung des 36. Mittelrhein-Volkslaufs Alfter stellten und am Sonntag, 2. Mai 2004 über die Halbmarathon-Distanz an den Start gingen. Sie folgten damit auch einer Einladung von Rainer Meyer, der Mitglied des regional sehr erfolgreichen Alfterer SC ist und der diesmal wegen seiner Funktion als Betreuer nicht aktiv teilnahm.

Um 9:15 Uhr ging das fast 400 Teilnehmer

starke Feld am Herrenhaus Buchholz, oberhalb von Alfter, auf die Laufstrecke über ca. 21 km. Mit Astrid Benöhr (Euskirchen), bekannt als mehrfache

Weltmeisterin im Ultra-Triathlon, war eine von mehreren prominenten VertreterInnen des Laufsports unter der Konkurrenz.

Die Laufbedingungen waren bei angenehmer Witterung und einer überwiegend flachen Strecke ideal, so dass für alle BSG-TeilnehmerInnen gute Zeiten

Rolf Hahn, Albert Wulff und Bernd Göllner einen achtbaren 12. Platz. Aber auch die weiteren Teilnehmer Irmgard Bieler, Werner Wirtz, Friedrich Kuhlmann und Eckhard Krüger hinterließen einen guten Eindruck. Für Irmgard Bieler und Werner Wirtz war es der erste und erfolgreiche Halbmarathon unter Wettkampf-Bedingungen. Irmi

Bieler erreichte in ihrer Altersklasse einen hervorragenden 2. Platz.

Abschließenden noch eine Nachricht, die uns in letzter Minute erreicht hat: Friedel Cramer hat beim Gutenberg-Marathon in Mainz am 9. Mai 2004 die Schallmauer von 3 Stunden geknackt. Er erfüllte sich mit 2:57:39 den Traum vieler engagierter Marathonis.

Ihm und den

Teilnehmern am Alfterer Halbmarathon an dieser Stelle ein herzlicher Glückwunsch und die Ermunterung für viele weitere schöne Läufe. (rh)



herauskamen. Von Ihnen erreichte Rolf Hahn in der sehr guten Zeit von 1:33:59 als erster BSG-Läufer das Ziel. In der Mannschaftswertung belegte das Team

Skitour mit der BSG war wieder ein besonderes Erlebnis

Bei der diesjährigen Skitour vom 24. bis 31. Januar 2004 zeigten sich die Berge von ihrer besten Seite. Jede Menge Schnee bis in die Tallagen und eine in Frost und Kälte eingehüllte Winterlandschaft bildeten die optimalen Bedingungen für Ski- und Langläufer, die die gesamte Skiwoche zu einem besonderen Erlebnis für die Gruppe werden ließen.

Hierzu trug des weiteren unser Hotel Kesselgrub in Altenmark bei, in dem uns die Familie Thurner und ihr gesamtes Team durch guten Service und leckere Mahlzeiten den Aufenthalt so angenehm wie möglich gestaltete.



Die täglich wechselnden Skipisten waren eine Herausforderung, neue Skigebiete kennen zu lernen und auf schwierigem Gelände mit viel Neuschnee gut und sicher zu fahren. Wie in den vergangenen Jahren hatten sich schnell Gruppen gebildet, die mit einem Vorfahrer gemeinsam die Pisten erkunde-

ten und so täglich viele Kilometer zurücklegten. Bei nachmittäglichen Treffen an unserem Bus wurden die Erlebnisse des Tages ausgetauscht.



Auch die Skilangläufer waren begeistert, denn durch die hervorragende Schneelage im Tal konnten sie vor der „Haustür“ die Skier anschnallen und das gut präparierte Netz der Loipen je nach Leistungsgrad erkunden. Diese Situation verführte auch den ein oder anderen „Alpiner“ dazu, es einmal mit Langlaufskiern zu versuchen. Im Ergebnis gingen einmal die Skier zu Bruch (Auto fuhr über die Bretter) oder der Rest des Heimweges musste in der Dunkelheit zurückgelegt werden.

Viel Spaß und Vergnügen bereitete ein Hüttenabend mit anschließender Schlittenabfahrt auf einer neu errichteten und beleuchteten Rodelbahn und ein Eisstockschießen. An beide „Disziplinen“ gingen die Beteiligten mit großem

In eigener Sache

Zahlreiche Beiträge dieses Journals befassen sich mit Marathon und Triathlon. Manchem mag diese Ausgabe deshalb etwas „lauflastig“ vorkommen. Doch angesichts des großen Engagements der in dieser Sparte Aktiven sowie der erfolgreichen Beteiligung an verschiedenen Sportevents der Region ist die Schwerpunktsetzung in diesem Journal durchaus gerechtfertigt. Die ehemalige Sparte „Laufen“ – mittlerweile erweitert um Triathlon und Nordic Walking – erzielt derzeit mit ihren Aktivitäten eine sehr positive Außenwirkung für die BSG. Ein Beispiel für andere Sparten!

Dr. Dieter Schneider
Pressewart der BSG

Engagement heran, sei es, um andere von der Bahn zu kicken oder als erster mit dem Rodel im Tal anzukommen.

Insgesamt gesehen war die Woche wieder einmal zu schnell vorbei und der Abschied fiel bei strahlendem Sonnenschein um so schwerer. Hier und da war zu hören, dass man dies im nächsten Jahr wieder wiederholen muss. (ww)

Viele BMVELer mit dem goldenen Sportabzeichen ausgezeichnet

Fast inflationär erscheint die Bilanz des diesjährigen Sportabzeichenwettbewerbs: Von 21 erfolgreichen Teilnehmern erhielten sage und schreibe 14 das goldene Sportabzeichen. Dieser Goldsegen kommt dadurch zustande, dass man sich über die Anzahl der jährlichen Wiederholungen den Anspruch auf das goldene Sportabzeichen „verdienen“ kann. So wird beim ersten Mal und der ersten Wiederholung das bronzene, ab der dritten Wiederholung das silberne und ab der fünften Wiederholung das goldene Sportabzeichen verliehen. Da es sich bei

den meisten Teilnehmern um „Wiederholungstäter“ handelt, wird der Anteil der Goldkandidaten immer größer.

Mit Interesse muss man die Entwicklung der Sparte Sportabzeichen für das Jahr 2004 verfolgen, weil für die nunmehr möglichen Bonusprogramme der gesetzlichen Krankenkassen z.B. auch der Erwerb des Sportabzeichens anerkannt werden kann. Dies gibt einen zusätzlichen Anreiz zum aktiven Teilnehmen beim Sportabzeichenwettbewerb. (jl)

Erfolgreiche Absolventen
(nur BMVELer):

Gold: Dr. Theodor Bühner;
Friedel Cramer; Alfred Frießem; Bernd Göllner;
Dr. Christian Hubrich;
Rainer Meyer; Peter Neuland;
Reinhard Schiffner;
Dr. Karl-Wilhelm Schopen;
Karl-Wilhelm Schulze-Weslam

Silber: Rolf Meyer; Albert Wulff

Mitglieder der BSG halten dem RheinEnergie Marathon Bonn die Treue

Auch in diesem Jahr nahmen Mitglieder der BSG im BMVEL die Gelegenheit wahr, im Rahmen des 4. RheinEnergie Marathon Bonn ihre Kondition, körperliche Verfassung und Ausdauer zu testen. Am 4. April 2004 um 9.45 Uhr starteten 9 Teilnehmer (Vorjahr 10) über die klassische Laufdistanz von 42,195 km. Einige von ihnen hatten zur Vorbereitung wieder das ganzjährige Angebot der Sparte Laufen, Nordic-Walking, Triathlon genutzt. Daher waren sie auch Wettererprobt, so dass sie sich im Gegensatz zu anderen Läufern nicht von den klimatischen Kapriolen am Wettkampftag abhalten ließen. Trotzdem mussten die meisten (ebenso wie die Profis) diesen Bedingungen Tribut zollen. Bis auf wenige Ausnahmen stagnierten die Leistungen, wenn auch auf gutem Niveau.

Gegen den Trend lief allerdings Alfred Frantzen, der seine schon sehr gute Zeit vom Vorjahr noch einmal um 15 Minuten verbessern konnte und mit einer Zeit von 3:18:56 dem bisherigen Rekord-Halter im BMVEL, Friedel Cramer, dicht auf die Fersen rückte. Mit Albert Wulff gab es auch diesmal wieder einen Debütanten. Er vermied die typischen Anfänger-Fehler, ein Rennen über eine weite Distanz zu schnell anzugehen und erreichte eine unter diesem Aspekt bemerkenswerte Zeit von knapp über 4 Stunden. Erfreulicherweise erreichten auch diesmal wieder alle Teilnehmer des BMVEL (Alfred Frantzen, Rolf Hahn,

Jürgen Landgrebe, Ina Kaninski, Michael Winter, Bernd Göllner, Albert Wulff, Norbert Walter und Volker Riedel (Reihenfolge Zielankunft)) ohne größere Blessuren gesund das Ziel; keiner musste aufgeben.

Ein besonderer Dank geht auch wieder an die Kolleginnen und Kollegen, die trotz der etwas kühlen Witterung an der Laufstrecke standen und „ihre Läufer und Läuferinnen“ motivierten. Für das nächste Jahr ist möglicherweise ein neuer BMVEL-Teilnehmer-Rekord zu erwarten.

Als nächste große Lauf-Ereignisse bieten sich der Monschau-Marathon im August und der Köln-Marathon im September an. Ausführliche Informationen finden sich im Internet. Wer sich für Köln anmelden möchte, muss sich wegen der schnell knapp werdenden Teilnehmer-Plätze schon jetzt sputen.

In der 2. September-Hälfte trifft die Staffel des „Naturathlon“, der unter der Schirmherrschaft von Bundesumweltminister Jürgen Trittin steht, am Etappen-Ziel Bad Honnef ein. Hier wird sich wahrscheinlich die Gelegenheit bieten, zusammen mit dem Minister an einem Berglauf teilzunehmen. Auskunft erteilt hierzu auch gern Bernd Göllner, der in der Sporthochschule Köln am Teilnehmer-Casting für diese Staffel teilgenommen hatte.

Wer an einem besonderen Event interessiert ist, hat die Gelegenheit, eine Staffel der BSG BML am 20. Juni 2004 beim Bonn-Triathlon anzufeuern (Wechselzone an der Kennedy-Brücke). Unter dem Namen „Bauern-Power“ gehen hier die Kollegen Rolf Hahn, Albert Wulff und Bernd Göllner an den Start. (rh)

Borsdorf neuer BMVEL-Skatmeister

Der BMVEL-Skatmeister 2003 heißt Jürgen Borsdorf. Er hat mit insgesamt erzielten 4.869 Punkten Norbert Walter (4.815 Punkte) auf den zweiten Platz verwiesen. Dritter mit 4.760 Punkten wurde Harald Bachmann. Damit trug sich Jürgen Borsdorf zum ersten Mal in die Siegerliste des BMVEL-Skatgeschehens ein. An den vier Turnieren 2003 nahmen insgesamt 18 Skatfreunde, darunter fünf BMVEL-Pensionäre, teil. Silvia Schwingen hat auch 2003 die Fahne der Frauen in dieser angeblichen „Männerdomäne“ hochgehalten.

Auch in diesem Jahr werden wieder vier Turniere zur Ermittlung des BMVEL-Skatmeisters 2004 mit hoffentlich reger Beteiligung seitens der BMVEL-Bediensteten durchgeführt. Neue Mitspieler/-innen sind jederzeit herzlich willkommen. Für weitere Informationen steht interessierten Newcomern Spartenleiter Detlef Weppler (Tel.: 4253) gerne zur Verfügung. (dw)

Erstmals Nikolausfeier der BSG

Zum fröhlichen Ausklang des Sportjahres 2003 veranstaltete die BSG am 6. Dezember 2003 erstmals eine Nikolausfeier. Trotz vieler Konkurrenzveranstaltungen hatten doch etliche BSG-Mitglieder mit Partner bzw. Partnerin den Weg in die Waldau gefunden, um dort gemeinsam über alle Sparten hinweg einen vergnügten Abend zu verbringen.

Das ausgezeichnete und reichliche Buffet verschaffte ausreichend Stärkung, so dass bei flotter Live-Musik bis weit in die Nacht ganz eifrig das Tanzbein

geschwungen wurde. Sogar der Nikolaus (Dr. Hermann Pittler) erschien höchst persönlich, um die Aktivitäten der BSG im vergangenen Jahr zu würdigen und ihr für das kommende Jahr viel Glück und Erfolg zu wünschen.

Leider ging auch dieser schöne Abend einmal zu Ende. Die gute Vorbereitung durch das Organisationskomitee und vor allem die gute Stimmung, die alle Gäste mitgebracht hatten, haben dafür gesorgt, dass der Abend ein voller Erfolg wurde. Ob es eine Wiederholung gibt ??? (um)



Staffel der BSG-BML nimmt erfolgreich am Köln-Triathlon teil

Bereits in der Vergangenheit hatten Sportler der BSG-BML als Einzelstarter an Triathlon-Veranstaltungen (Mehrkampf mit Schwimmen, Radfahren und Laufen) teilgenommen. Während der regelmäßigen Lauftreffs und der Übungen zum Sportabzeichen keimte schließlich die Idee, interessierte Mitglieder für eine Staffel zu gewinnen. Rechtzeitig zum Köln-Triathlon am 7. September 2003 konnte dann eine Mannschaft für die sog. Kurzdistanz (0,7 km Schwimmen, 32 km Radfahren und 7 km Laufen) angemeldet werden, in der Bernd Göllner den Schwimm-, Albert Wulff den Rad- und Rolf Hahn den Laufsplit übernahm.

Die Veranstaltung war für die Teilnehmer ein eindrucksvolles Erlebnis. Die vorgefundene Atmosphäre war geprägt von dem beeindruckenden Terrain der Fühlinger Regattabahn und den zahlreichen Zuschauern. Es galt, sich mit insgesamt über 700 Sportlern zu messen, unter denen sich Freizeitsportler, Vereinsmitglieder aber auch etliche Spitzenathleten befanden, die sich bereits erfolgreich bei sog. Ironman-Wettbewerben (Königsdisziplin 4,5; 180; 42,2 km), u.a auch in Hawaii, bewährt hatten. So war es nicht verwunderlich, dass bei dem einen oder anderen sich doch etwas Nervosität einschlich. Neben der BSG-BML hatten sich für den Staffeltwettbewerb 18 andere Teams beworben, deren Leistungsvermögen man nicht einschätzen konnte.

Nachdem um 14.15 Uhr die erste Gruppe der Kurzdisziplin ins Rennen geschickt wurde, schlug um 14.30 Uhr für die Staffel der BSG-BML die Stunde der Wahrheit. Bernd Göllner hatte die etwas delikate Aufgabe, die erste Disziplin beim Massenstart von 200 Schwimmern im Wasser zu übernehmen. Dabei waren die Qualitäten eines Wasserballspielers gefragt; dem einen oder anderen wurde dabei schon mal die Schwimmbrille aus dem Gesicht getreten, blaue Flecken waren nicht auszuschließen. Trotzdem schaffte er es, einen vorläufigen 5. Platz unter den Staffelteil-

nehmern aus dem Wasser zu retten und übergab Albert Wulff den Zeitnahmetransponder. Der hatte zusammen mit Rolf Hahn mitgezählt und witterte Morgenluft. Entsprechend motiviert trat er in die Pedalen und lag bereits nach der ersten Runde von zu fahrenden 2 x 16 km sehr gut im Rennen. In der zweiten Runde gab er dann noch einmal alles und brachte das BMVEL-Team weiter nach vorn. Dabei ließ er sich auch nicht von einem ausgebüxten Pferd aufhalten, das sich ihm in den Weg stellen wollte.

Den letzten rennentscheidenden Teil übernahm Rolf Hahn, indem er auf die Laufstrecke über 7 km rund um den Fühlinger See ging. Er lief ein taktisch sehr kluges Rennen, gab alles und legte im Zielbereich, wo ihn seine Kollegen erwarteten, einen furiosen Endspurt hin. Damit erreichte das Team einen von allen nicht erwarteten sensationellen Platz 2 in der Staffeltwertung, verwies damit 17 andere, überwiegend lebensjüngere Teams, auf die Plätze und musste sich lediglich dem übermächtigen Siegerteam beugen.

Kollegen des Hauses, die sich ebenfalls für diese boomende Sportart interessieren, können sich gerne bei Bernd Göllner oder bei den beiden anderen Staffelteilnehmern zwecks Info's melden. Für die am Rad-Split Interessierten ist der Besitz eines Rennrades zumindest auf der Kursdistanz nicht zwingend notwendig, spätestens auf der Mitteldistanz aber vorteilhaft. (rh)

Lotzien gewinnt Deutsche Meisterschaft im Blitzschach

Bei den Deutschen Schach-Meisterschaften des Öffentlichen Dienstes, die im September 2003 in Freudenstadt ausgetragen wurden, gewann Hans Lotzien die 1. Deutsche Blitzschachmeisterschaft. Nachdem er als Nummer 8 der Setzliste nach 13 Runden mit 9:4 Punkten einen geteilten 1. Platz belegte, sicherte er sich im entscheidenden Stichkampf den Titel. (ds)

Wanderung der BSG fand großen Zuspruch

33 Personen und „3 Hunde“ trafen sich am Sonntag, dem 16. Mai 2004 am Bonner Bahnhof, um bei schönem Wetter an der Wanderung durchs Tal der „Wilden Endert“ teilzunehmen. Mit dem Zug startete man um 8.20 Uhr in die Eifel nach Kaisersesch. Vom dortigen Bahnhof, auch Endstation der Eifelquerbahn, ging es durch das Sesterbachtal vorbei an Schieferhalden zur Wallfahrtskirche Maria Martental talwärts ins Enderbachtal. An einem 7 m tiefen Wasserfall mündet der Sesterbach in die Endert. Von hier gelangten wir zur „Napoleonsbrücke“, über die die alte Poststraße Koblenz - Trier führte, und von dort in den eigentlichen Teil des Tales, der „Wilde Endert“ genannt wird.



Unsere Wanderung ging nun auf und ab über felsige und schlammige Pfade, an klammartigen Schieferfelsen vorbei und etliche Male auf Stegen über den Bach. An früheren Mühlen vorbei, die teilweise bewohnt sind, gelangten wir zur Goebelsmühle, wo eine ausgiebige Rast anstand. Von dort erreichten wir nach rund zwei Stunden Cochem. Alle waren glücklich, die ca. 20 km Wanderstrecke bewältigt zu haben und traten mit „müden Knochen“ die Heimreise an. In Gedanken versunken oder über die vielen gewonnenen Eindrücke diskutierend fuhren wir nach Bonn zurück. (ww)

Veranstaltungshinweis

Sportfest der BSG-BML am
1. September 2004 in Bonn

SPARTENSPLITTER



Badminton

Badminton wird außer in den Schulferien jeden Montag von 19.45 Uhr bis 22.00 Uhr in der Turnhalle des Berufskollegs des Rhein-Sieg-Kreises, in der Rochusstraße (gegen über BMVEL) gespielt. Wir sehen die Trainingsabende als sehr entspannte und entspannende Angelegenheit. Stress wegen notwendiger Qualifikationen für Meisterschaftsspiele kommt bei uns nicht auf.

In der Halle stehen fünf Felder zur Verfügung. Für ausreichend Bewegungsmöglichkeit ist somit gesorgt. Auch diejenigen, die bisher noch nicht Badminton gespielt haben, sind uns herzlich willkommen.



Basketball

Ein sportliches und faires mit viel Spaß versehenes Trainingsjahr 2003 wurde von unserer Basketballmannschaft mit einem gemütlichen Weihnachtssessen - wie immer bei einem Italiener - im Dezember beendet. Zu den Highlights im letzten Jahr zählte auch, dass wir trotz der im Sommer geschlossenen Halle eine gute Alternative im Freien - nämlich auf dem Außenspielplatz des Berufskollegs des Rhein-Sieg-Kreises gefunden haben. Diese Variante des Spielens gefiel den Meisten von uns, da auch ab und zu einmal ein kleines Match mit dort ebenfalls trainierenden Jugendlichen erfolgte. Oftmals konnten wir „Alten“ zeigen was in uns steckt und die Berufsschüler im Wettkampf schlagen.

Unsere Mannschaft hat mittlerweile ein relativ ausgewogenes Verhältnis zwischen Basketballerinnen und Basketballern erreicht. Die Mannschaft trainiert jeden Dienstag in der Turnhalle der Derletalschule in der Rene-Schickele-Straße 12 von 18.30 Uhr bis 20.00 Uhr. Das Motto „Fair geht vor“ sowie der Spaß am Spiel stehen bei uns im Vordergrund.



Fitneß-Gymnastik

Unsere Gymnastik findet jeden Montag von 17.45 bis 19.30 Uhr in der Turnhalle des Berufskollegs des Rhein-Sieg-Kreises, Rochusstraße 30, Bonn-Duisdorf, statt.

Die Sparte wurde 1993 zur allgemeinen Fitness der Teilnehmerinnen und Teilneh-

mer gegründet. Das Fitnessstraining stellt eine der effektivsten sportlichen Aktivitäten zur Erarbeitung oder Erhalt einer guten allgemeinen körperlichen Leistungsfähigkeit dar. Ebenso dient es der Vorbeugung so genannter Bewegungsmangelkrankheiten und trägt zum allgemeinen Wohlbefinden bei. Des Weiteren hat sich unser Fitnessstraining als sinnvolle und wichtige Vorbereitung und Ergänzung zu anderen Sportarten erwiesen. Einige Teilnehmerinnen und Teilnehmer betreiben auch noch innerhalb der BSG-BMVEL weitere Sportarten.



Nach dem Aufwärmen durch Laufen und Bewegung folgt eine Ziel gerichtete Gymnastik durch die Übungsleiterin. Ein etwa 15-20 Minuten dauernder Lauf mit unterschiedlichen Belastungsteilen wie Sprint oder Seil springen bringt dann den Kreislauf in Schwung. In den weiteren 45 Minuten folgen gymnastische Übungen zum Kräftigen der Halte- und Bewegungsmuskulatur. Integriert in die Fitness-Gymnastik sind auch Elemente der Wirbelsäulengymnastik und zur Winterzeit Übungen, die auf das Skifahren vorbereiten, um damit Unfälle beim Skifahren zu verhüten.

Eine ausgebildete Übungsleiterin plant und führt die insgesamt 90 Minuten dauernde Gymnastik durch. Etwa die Hälfte der rund 30 Frauen und Männern beteiligen sich regelmäßig. Die Sportler und Sportlerinnen kommen aus dem BMVEL und BVL, aber auch aus dem BMFSFJ, BMWA und anderen Betrieben.



Fußball

Im Mittelpunkt des Sportjahres 2003 stand für die Fußballer das Internationale Sportfest, bei dem wir, wie bereits berichtet, einen hervorragenden zweiten Platz belegten. Auch beim alljährlich stattfindenden Sportfest der BLE waren die Fußballer erfolgreich und konnten die Mannschaft der BLE deutlich mit 5:0 in die Schranken weisen. Unsere jüngsten Erfolge sind sicher auch auf die seit Herbst 2001 verbesserten Trainingsbedingungen zurückzuführen. Im

Winter steht uns seither Dienstags in der Zeit von 17.30 bis 19.30 Uhr die Turnhalle des Berufskollegs des Rhein-Sieg-Kreises, Rochusstr. 30 zur Verfügung.

Im Sommerhalbjahr, in der Regel ab den Osterferien, treffen sich die Fußballer Montags in der Zeit von 18.00 bis 20.00 Uhr auf dem Sportplatz des Helmholtz Gymnasiums. Wer also das gepflegte Kurzpaspsspiel, die körperliche Bewegung und eine gute Kameradschaft schätzt, ist an dieser Stelle herzlich eingeladen zu den genannten Zeiten aktiv in das Geschehen einzugreifen.



Ausgleichsgymnastik mit Musik

Jeden Dienstag von 17.00 bis 18.30 Uhr treffen sich die Sportlerinnen und Sportler der BSGen BML/BMWA zur Ausgleichsgymnastik in der Turnhalle der Derletalschule am Konrad-Adenauer-Damm in Duisdorf.

Ziel der Ausgleichsgymnastik ist es, den Teilnehmerinnen und Teilnehmern Spaß und Freude an der Bewegung zu vermitteln und damit zum körperlichen und seelischen Wohlbefinden beizutragen. Schwerpunkt des Gymnastikprogramms sind rückenfreundliche und rückenstärkende Übungen. Hierzu gehören Kräftigungs-, Lockerungs- und Dehnübungen. Aber auch die Beweglichkeit und Koordination wird trainiert.

Unsere Sommerwanderung ging bei schönem sonnigen Wetter an die Ahr. Im Winter stand Kulturelles auf dem Programm: Wir besuchten die Vorstellung von Anka Zink in der Springmaus in Eendenich. Selbstverständlich gab es im Anschluss an die Veranstaltungen immer eine Einkehr mit Speis und Trank.



Inline-Skaten

Aufgrund des großen Interesses an dieser neuen Sportart wurde die Sparte im Jahr 2002 gegründet. Mit dem Angebot eines Inline-Skatekurses wurden Anfänger schnell an diese Sportart herangeführt, und aus dem Kreis der Kursteilnehmer schlossen sich einige mehr oder weniger regelmäßig auch dem neu initiierten Inline-Lauftreff an. Für Rollsportler bietet Bonn mit seinen asphaltierten Radwegen am Rheinufer und im Kottenforst ja ideale Bedingungen, und bei

einem Wetter wie im letztjährigen „Jahrhundert-Sommer“ konnten wir den einen oder anderen sportlich begonnenen Nachmittag im Biergarten gemütlich ausklingen lassen.

Da bei uns zunächst der Freizeitspaß oben an steht, gibt es aus sportlicher Sicht nicht sehr viel zu berichten, aber immerhin hat ein Teilnehmer des Inline-Lauftreffs letztes Jahr in Bonn seinen ersten Marathon auf Inline-Skates mit einer Zeit unter 1h:50 min bestritten. In diesem Jahr kann die Sparte Inline-Skaten auf einen vom Deutschen Rollsport- und Inline - Verband lizenzierten Ausbilder zurückgreifen, und so wollen wir auch zum Saisonstart 2004 wieder einen Anfängerkurs und - darauf aufbauend - bei Interesse einen Fortgeschrittenen-Kurs anbieten.



Sportschießen

Beim Internationalen Sportfest 2003 in Den Haag war den Gastgebern leider aus verschiedenen Gründen die Durchführung von Schießsportdisziplinen nicht möglich.

Für Training und Wettkampf der Gruppe Sportschießen kann seit langem die Schießsportanlage der Sportschützen Odendorf genutzt werden. Folgende Schießdisziplinen können angeboten werden: Luftgewehr, Luftgewehr aufgelegt, Luftpistole, Olympisch Match, Sportpistole Kleinkaliber, Zimmerstutzen, Sportpistole Großkaliber, Armbrust, Zentralfeuerpistole, Standardgewehr, Zentralfeuerrevolver, Freie Pistole, Bogen - FITA, Bogen - Halle.

Da beim BSG-Sportfest in aller Regel zu meist ungeübte Schützen teilnehmen, wird für das diesjährige Sportfest ein Programm zusammengestellt, bei dem auch diese ein zufrieden stellendes Ergebnis erreichen können. Die Ausrüstung wird von den Sportschützen Odendorf zur Verfügung gestellt. Unter fachkundiger Aufsicht werden die Teilnehmer ihre Treffsicherheit beweisen können.

Da für einige am Schießsport Interessierte der Samstag Vormittag nicht für eine Teilnahme am Training in Frage kommt, wird vom Leiter der Schießsportgruppe nach vorheriger Absprache auch eine Teilnahme am Training der Sportschützen Odendorf jeweils am Samstag von 15 bis 18 Uhr, am Sonntag von 10 bis 12 Uhr und am Donnerstag von 19 bis 22 Uhr angeboten. Sportgeräte und Ausrüstungsgegenstände werden vom Odendorfer Verein gestellt. Ab sofort kann bei schönem Wetter auch die Bogensportanlage zu den angegebenen Zeiten benutzt werden. Auch hier stehen Sportgeräte für Anfänger und Fortgeschrittene zur Verfügung.



Laufen, Nordic-Walking und Triathlon

Die Gruppe Lauftreff hat bzw. wird ihr Angebot erweitern auf die Bereiche Nordic-Walking und Triathlon. Interessierte Läufer und Läuferinnen, Walker und Walkerinnen und Triathletinnen und Triathleten können sich bei Irmi Bieler (Laufen), Bernd Göllner (Triathlon) und Rolf Hahn (Walking) melden.



Die jüngste Sparte der BSG konnte auch im vergangenen Jahr auf erfolgreiche sportliche Aktivitäten zurück blicken (siehe extra Berichte in diesem Journal). Ein weiterer Höhepunkt wird der diesjährige Nürburg-ringlauf am 22. August 2004 mit seiner 23 km langen Nordschleife sein.

Das Lauftraining findet von Februar bis November ab 17.00 Uhr am Brüser Berg statt. In den Wintermonaten verschiebt sich der Trainingsbeginn auf 16.30 Uhr. Angeboten werden derzeit zwei Laufgruppen von 5 und 10-15 km. Jeder, der in der Lage ist, 5 km an einem Stück zu laufen, ist herzlich willkommen. Die neu gegründete Gruppe Walking trifft sich ebenfalls zur gleichen Zeit am Brüser Berg.



Kegeln

Das Training der Kegelgruppe findet weiterhin auf der Kegelbahn des Gasthauses Nolden in Bonn-Endenich statt und zwar dienstags alle 4 Wochen von 16.45 bis 19.45 Uhr. Da die Kegelgruppe inzwischen auf die Höchstzahl von 14 Mitglieder angewachsen ist, können zurzeit keine Neuaufnahmen erfolgen. Für potentielle Mitglieder haben wir eine Warteliste angelegt. Ggf. wird eine neue zweite Gruppe gegründet.

Am Internationalen Sportlertreffen 2003 in Den Haag haben wir leider nicht teilgenommen, weil die Sportarten Kegeln bzw. Bowling nicht angeboten worden sind. Im Juli nahmen wir am jährlichen BLE-Sportfest in Frankfurt/M. mit großem Erfolg teil. Auf gut gepflegten Asphaltkegelbahnen belegten die BMVEL-Teilnehmer in der Einzelwertung den ersten Platz bei den

Frauen (Ursula Böning) sowie den ersten und dritten Platz bei den Männern (Alfred Frießem und Hermann Pittler). Gleichzeitig gewannen wir auch die Mannschaftswertung. Wie üblich, ging das Sportfest mit Siegerehrung, Musik und in fröhlicher Runde zu Ende.

Bei der erstmals von der BSG-BML veranstalteten und gelungenen Nikolausfeier am 6. Dezember war unsere Gruppe zahlreich vertreten. Das Kegeljahr wurde mit einem Treffen auf dem Weihnachtsmarkt in Bonn fröhlich verabschiedet.



Tennis

Im Jahr 2003 werden sicherlich nicht die Tenniserfolge unserer Damen oder Herren in Erinnerung bleiben, sondern vor allem die über den ganzen Sommer hinweg andauernden hochsommerlichen, fast tropischen Temperaturen.

Dessen ungeachtet hatten wir - wie im letzten BSG-Journal bereits berichtet - bei unserem Sport-Höhepunkt im Jahr 2003, dem Internationalen Treffen in Den Haag, neben guter Stimmung, Kampfgeist und Entschlossenheit auch noch Erfolge zu vermelden. Aus mangelndem Interesse nahmen die Senioren erstmalig nicht an der Winterrunde und damit an den Medenspielen der Senioren in Köln teil. Wir hoffen allerdings, dass sich für die nächste Winterrunde wieder eine schlagkräftige Truppe finden wird.

Zu empfehlen ist unser Tennistraining auf den Plätzen des Berufskollegs des Rhein-Sieg-Kreises in Duisdorf. Über die gesamte Sommersaison 2003 wurde in verschiedenen Gruppen trainiert. Training bedeutet bei uns, gute Anleitung in kleinen Gruppen um damit das eigenen Spiel zu verbessern. Lernwilligen werden wir auch im Sommer 2004 Training unter der Leitung von Herrn Haase ermöglichen.



Volleyball

Montagsgruppe

Im abgelaufenen Jahr konnte der Trainingsbetrieb ohne Probleme durchgeführt werden. Die am Spielbetrieb des Betriebssportkreisverbandes Bonn (BKV) teilnehmende Mixed-Mannschaft konnte in der Saison 2002/03 trotz eines verhaltenen Starts in die Punkterunde am Ende noch den 3. Platz belegen. Neben dem sportlichen kam natürlich auch wie gewohnt der gesellige Teil nicht zu kurz.

Mittwochsgruppe

Volleyball als Freizeitspaß, unter diesem Motto trifft sich die Mittwochsgruppe Volleyball. Der Super-Sommer des vergangenen Jahres machte es möglich: Fast in den gesamten Sommerferien konnten wir im Freien spielen, und zwar auf einer Beach-Volleyball-Anlage in Bonn-Lessenich. Die Beteiligung war sehr groß. Wir haben es sehr genossen, wie „am Strand“ zu spielen, obwohl es manchmal fast schon zu heiß war. Auch die gute Gastronomie trug dazu bei, dass wir uns wie im Urlaub fühlten. So ein Sommer wird sicherlich nicht so schnell wiederkommen.

Die Volleyball-Mittwochsgruppe trainiert von 17.00 bis 20.00 Uhr in der Turnhalle der Ludwig-Richter-Schule (neben dem BMVEL). Am Beginn des Trainings steht die Gymnastik, und zwar vor allem Dehnübungen, um die Beweglichkeit zu erhöhen und die Verletzungsgefahr so weit wie möglich zu verringern. Es folgen verschiedene Volleyballübungen, bevor wir mit dem eigentlichen Spiel beginnen. Auch der gesellige Teil kommt nicht zu kurz. Hervorzuheben ist unser gemütliches Neujahrssessen „beim Chinesen“. Leider sind einige unserer Mitglieder nach Berlin umgezogen. Neue Spielerinnen und Spieler, die die Grundtechniken des Volleyballspieles beherrschen sollten, sind deshalb herzlich willkommen.



Schach

An der BKV-Einzelmeisterschaft nahm erstmals seit vielen Jahren kein Spieler unserer Schachgruppe teil. In der Mannschaftsmeisterschaft belegten wir hinter dem Landesvermessungsamt in der Abschlußtafel ungeschlagen den 2. Platz, der zum Aufstieg in die Bezirksliga berechtigt. Gegen das BMVBW, das Landesvermessungsamt sowie das BM für Bildung u. Forschung spielten wir jeweils 2 : 2. Siege gelangen gegen das BMGS (2,5 : 1,5), gegen die Ringsdorff-Werke (4 : 0), gegen die zweite Mannschaft des BMF (3 : 1) sowie gegen die Postbank (3,5 : 0,5).

Im Pokalwettbewerb konnten wir sowohl im Viertelfinale als auch im Halbfinale die jeweils klassenhöheren Mannschaften des BM des Innern und des Deutschen Bundestages mit jeweils 3 : 1 schlagen. Im Pokalfinale trafen wir auf den hohen Favoriten und oftmaligen Sieger des BM der Finanzen. In den Reihen dieser Spielgemeinschaft sind viele gute Spieler des Godesberger Schachklubs vertreten. Gegen uns traten sie mit einem Fide-Meister sowie mit dem aus verschiedenen Schachzeitungen

bekanntem Internationalen Meister Gerusel an. Nach hartem, vierstündigen Wettkampf konnte unsere Mannschaft ein 2 : 2 erzielen:

Lotzien	-	FM Okrajek	1 : 0
Müller-Boge	-	IM Gerusel	remis
Walter	-	Herfel	0 : 1
Schmaltz	-	Jäkel	remis

Damit gewann nach der sog. „Berliner Wertung“ mit dem BMVEL erstmals in der Geschichte des Betriebssports eine Mannschaft aus der Bezirksklasse den Pokal.



Squash

Die Entwicklung dieser Lieblingssportart der Orthopäden als Sparte unserer BSG widerlegt die These, dass Squash als Sportart auf dem absteigenden Ast sei. Entgegen der allgemein schwachen Auslastung der Bonner Squashanlagen notiert die Zahl der Teilnehmer an unserem wöchentlichen Spielbetrieb im „Sport Point“ in Meckenheim fest. Dabei befindet sich die Truppe in einem durchaus dynamischen Gleichgewicht, wobei ein Kern von etwa 10 festen Spielerinnen und Spielern durch eine Reihe von unregelmäßig Teilnehmenden ergänzt wird.

So hatten wir im vergangenen Jahr eine Reihe von Abgängen zu beklagen. Stellvertretend muss hier unser langjähriger Spartenleiter Erik Paetz genannt werden, der sich leider von unserer Berliner Dienststelle hat abwerben lassen, dort aber sportlich sicher weit unter seinen Möglichkeiten bleibt. Erfreulich ist hingegen, dass immer wieder neue, unerschrockene Kräfte aus dem BMVEL, aber auch aus anderen Ressorts, aus der BLE und von noch weiter draußen den Weg in unsere abgelegene Sportstätte finden und so unsere Ressourcen an Spielermaterial auffrischen.

Neben dem wöchentlichen Schlagabtausch in Meckenheim haben wir auch wieder die sportliche Herausforderung angenommen und an dem Sportfest der BLE in Frankfurt teilgenommen. Unsere Delegation konnte zwar wiederum nicht den erhofften sportlichen Triumph vermelden, der Auftritt machte aber Hoffnung auf den großen sportlichen Durchbruch beim BMVEL-Sportfest in diesem Jahr. Ein besonderes Highlight des Jahres 2003 war nach einhelliger Auffassung ein „Zwei-Schläger-Turnier“ mit anschließendem Grillen. Dabei wurde klar, dass ein guter Squasher noch lange kein guter Badminton-Spieler sein muss und dass gute Rechtshänder durchaus miserable Linkshänder sein können.

Der traditionelle Jahresabschluss wurde diesmal beim „Griechen um die Ecke“ ge-

feiert. Bei dieser Gelegenheit wurde auch wieder „schrottgewickelt“. CHRISTO¹ hätte seine helle Freude an den phantasievollen Verpackungen und TRIENEKENS² am Inhalt der Päckchen gehabt. Niemand durfte mit leeren Händen nach Hause gehen! Die Squasherinnen und Squasher mit ihrem neuen Spartenleiter Rolf Krieger können somit insgesamt auf ein Jahr voller sportlicher Aktivität mit abwechslungsreichen Events und vor allem viel Spaß beim Spiel zurückblicken. Neueinsteiger, die beim Stichwort „Squash“ eher an Spaß denn an Leistung denken, sind bei uns jederzeit herzlich willkommen.



Tischtennis

Turnusgemäß stand im Herbst die Wahl des Spartenleiters und seines Vertreters an. Dr. Dieter Schneider, der 14 Jahre lang die Sparte Tischtennis geleitet hatte, stellte sich nicht wieder zur Wahl. Zum neuen Spartenleiter wurde der bisherige stellvertretende Spartenleiter Uli Schwickert gewählt, Dr. Dieter Schneider zu seinem Stellvertreter.

Für die laufende Saison wurden diesmal 26 Spieler und 2 Spielerinnen in 3 Mannschaften gemeldet, die am Spielbetrieb des BKV Bonn teilnehmen. Nach dem Aufstieg der zweiten Mannschaft in der vergangenen Saison spielen nun erstmals zwei Mannschaften der BSG in der höchsten Spielklasse des BKV. Während die erste Mannschaft - wie im Vorjahr - die Vizemeisterschaft anstrebt und bislang nur gegen den Abonnementsieger Stadtwerke Bonn verloren hat, kämpft die zweite Mannschaft gegen oft übermächtige Gegner tapfer um den Klassenerhalt. Die dritte Mannschaft belegt in ihrer Klasse derzeit einen guten Mittelfeldplatz.

Wie in jedem Jahr traf sich die Sparte in der Adventszeit in angenehmer Atmosphäre im Restaurant „Zur Tränke“ zu einem vorweihnachtlichen Essen.

Leider nehmen nur wenige Spieler donnerstags von 17.00 bis 20.00 Uhr am Tischtennis-Training in der Marie-Curie-Straße auf dem Brüser Berg teil. Dabei ist die noch recht neue Turnhalle für den Tischtennis-sport ganz hervorragend geeignet. Es stehen dort nicht nur gute Wettkampftische und -netze zur Verfügung; auch die Turnhalle selbst (einschließlich der Sanitäranlagen!) ist für Bonner Turnhallen-Verhältnisse ausgesprochen gepflegt. Neue Mitspielerinnen und Mitspieler sind herzlich willkommen.

¹ Reichstagsverpacker (Hinweis für Bonner)

² Rheinischer Entsorgungsguru (Hinweis für Berliner)

Sportprogramm der BSG-BML



Ausgleichsgymnastik mit Musik

Dienstags von 17.00 - 18.30 Uhr
Turnhalle Derletalschule
Rene-Schickele-Str. 12
Leitung: Christel Sturm (Tel.: 3562)
Marga Seuling (Tel.: 2166)



Badminton

Montags von 19.45 - 22.00 Uhr
Turnhalle des Berufskollegs des
Rhein-Sieg-Kreises, Rochusstr. 30
Leitung: Theo Augustin (Tel.: 4365)



Basketball

Dienstags von 18.30 - 20.00 Uhr
Turnhalle Derletalschule
Rene-Schickele-Str. 12
Leitung: Angela Rosenauer (Tel.: 4153)



Fitness-Gymnastik mit Musik

Montags von 17.30 - 19.30 Uhr
Turnhalle des Berufskollegs des
Rhein-Sieg-Kreises, Rochusstr. 30
Leitung: Rainer Meyer (Tel.: 3837)



Fußball

Dienstags von 17.30 - 19.30 Uhr
Turnhalle des Berufskollegs des
Rhein-Sieg-Kreises (Winterhalbjahr)
Montags von 18.00 - 20.00 Uhr
Rasenplatz Helmholtz-Gymnasium
Helmholtzstraße (Sommerhalbjahr)
Leitung: Wolfgang Brandhoff (Tel.: 3368)



Inline-Skating

Mittwochs ab 18.00 Uhr (Sommerhalbjahr)
Treffpunkt nach Absprache
Leitung: Dr. Johannes Bender (Tel.: 6845610)



Kegeln

Dienstags (alle 4 Wochen) 16.45 - 19.45 Uhr
Gasthaus Nolden
Bonn-Endenich
Leitung: Alfred Frießem (Tel.: 3796)



Laufen, Nordic-Walking, Triathlon

Donnerstags ab 17.00 Uhr
1. Februar - 30. November
Waldparkplatz Brüser Berg
Leitung: Rolf Hahn (Tel. 3697)



Schach

Donnerstags ab 17.00 Uhr
Freier Sitzungssaal des BMVEL
Leitung: Hans Lotzien (Tel.: 3840)



Schießen

Nach Vereinbarung oder
besonderer Ankündigung
Leitung: Hans Hafenmayer (Tel.: 3309)



Skat

Nach Vereinbarung oder
besonderer Ankündigung
Leitung: Detlev Weppler (Tel.: 4253)



Sportabzeichen

Mittwochs von 17.30 - 19.30 Uhr
Sportplatz am Flodelingsweg,
Bonn-Endenich
Leitung: Jürgen Landgrebe (Tel.: 3318)



Squash

Dienstags von 17.30 - 19.00 Uhr
Sportpoint Meckenheim,
Am alten Stauwehr 2
Leitung: Dr. Rolf Krieger (Tel.: 3502)



Tennis

Montags von 18.00 Uhr - 21.00 Uhr
(Sommerhalbjahr)
Tartanplätze Berufskolleg des
Rhein-Sieg-Kreises, Rochusstr. 30
Leitung: Norbert Walter (Tel.: 4138)



Tischtennis

Donnerstags von 17.00 - 20.00 Uhr
Turnhalle Brüser Berg
Leitung: Uli Schwickert (Tel.: 4316)



Volleyball

Montags von 18.00 - 20.00 Uhr
Turnhalle Grundschule Medinghoven,
Stresemannstr. 26
Leitung: Ralf Heider (Tel.: 3529)



Volleyball, Ballspiele

Mittwochs von 17.00 - 20.00 Uhr
Turnhalle Ludwig-Richter-Schule,
Ludwig-Richter-Straße
Leitung: Rainer Hegenbart (Tel.: 3738)



Besondere Veranstaltungen

Winfried Welsch (Tel.: 3342)

Impressum:

Herausgeber: Betriebssportgemeinschaft im Bundesministerium für Verbraucherschutz, Ernährung und Landwirtschaft

Redaktion: Dr. Dieter Schneider, Tel.: 0228/529-3772

Beiträge dieser Ausgabe von: Rolf Hahn (rh), Jürgen Landgrebe (jl), Ulrich Maaß (um), Dr. Dieter Schneider (ds), Winfried Welsch (ww), Detlef Weppler (dw)