

BSG BML stellt sich neuen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern vor



In den letzten Jahren wurden sowohl in Bonn als auch in Berlin besonders viele neue Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter eingestellt. Dies ist eine erfreuliche Entwicklung und der Trend wird sich sicher auch im Jahr der deutschen EU-Ratspräsidentschaft so weiter fortsetzen. Die Betriebs-sportgruppe hat dies als Anlass genommen, sich und ihr vielfältiges Angebot an beiden Standorten bei den „Neuen“ vorzustellen. Dazu wurden die Neueinstellungen der letzten zwei Jahre angeschrieben und sie sind der Einladung – zum Grillen in Bonn bzw. zum Pizzaessen in Berlin – auch gerne und zahlreich gefolgt. In ungezwungener und lockerer Atmosphäre gab es so die Gelegenheit, die verschiedenen Sparten an den beiden Standorten vorzustellen. Zudem wurde dabei deutlich, dass es der BSG weniger um sportliche Höchstleistungen, sondern vor allem um Gesundheit, Spaß, Geselligkeit und die Förderung eines kollegialen Miteinanders geht. In Berlin haben auch die Yoga- und Pilates-trainerin ihre Arbeit vorgestellt.

Gleichzeitig wurde für den Standort Berlin die Chance genutzt, um Werbung für die Einrichtung etwaiger weiterer Abteilungen zu machen. Die Teilnehmenden wurden gebeten, weitere sportliche Interessen ihrerseits kundzutun und konnten sich dazu in entsprechende Listen eintragen, und siehe da, wir haben auch in Berlin Volleyball, Basketball,

Radsport und Boulder Interessierte. Dafür bedarf es aber wiederum engagierter Kolleginnen und Kollegen, die sich bereit erklären, eine derartige neue Sparte zu „leiten“; am besten als Tandem. Auch dieser Apell wurde vorgebracht und erste Interessenten sondiert. Bei den sich daraus ableitenden Formalitäten (Intranetaufruf, Platz- oder Hallensondierung etc.) unterstützt die BSG BML selbstverständlich gerne.

Auch in Bonn hat die BSG ihr sportliches Angebot ausgeweitet. Neu hinzugekommen sind Tanzen, Freiwasserschwimmen und Geocaching. Die Fit for Work-Kursangebote wurden verstetigt (auch in Berlin). Zudem wird die Möglichkeit, Beachvolleyball zu spielen, im kommenden Jahr eröffnet. Das vielfältige Angebot der BSG kann aber nur dann aufrechterhalten bzw. weiterentwickelt werden, wenn der dafür notwendige organisatorische und zeitliche Aufwand nicht nur von einigen wenigen Personen geschultert wird. Es bedarf der aktiven Mitarbeit und des Engagements vieler BSGler, um sicherzustellen, dass es auch zukünftig eine funktionierende Betriebssportgemeinschaft im Bundesministerium geben wird. Deshalb ist es dringend erforderlich, dass sich weitere BSGler bereit erklären, durch ihre Mitarbeit den Vorstand tatkräftig zu unterstützen. (gs/ds)

Einzel- und Staffelstarter der BSG beim Bonn Triathlon erfolgreich

Der Bonn Triathlon startete zwar erst am 9. Juni 2019 um 9:15 Uhr. Zuvor stand aber schon am 3. Juni 2019 das Probeschwimmen im Rhein an. Startpunkt war das Rheinufer in der Nähe der Südbrücke. Geschwommen wird gemeinsam unter der Aufsicht der DLRG bis zur Höhe des China-Schiffes. Für Erstteilnehmer ist das Probeschwimmen ein Muss, um das Wasser und die Strömungen des Rheins kennen zu lernen.

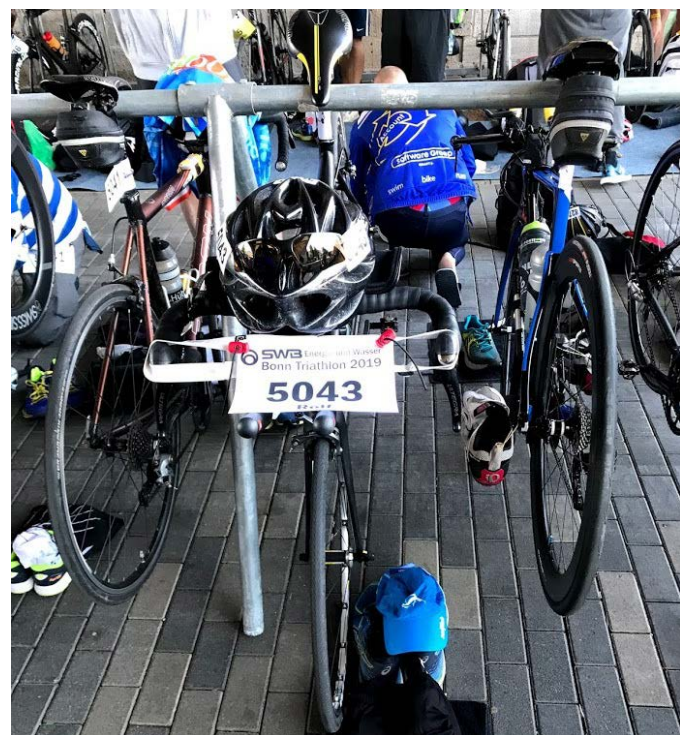
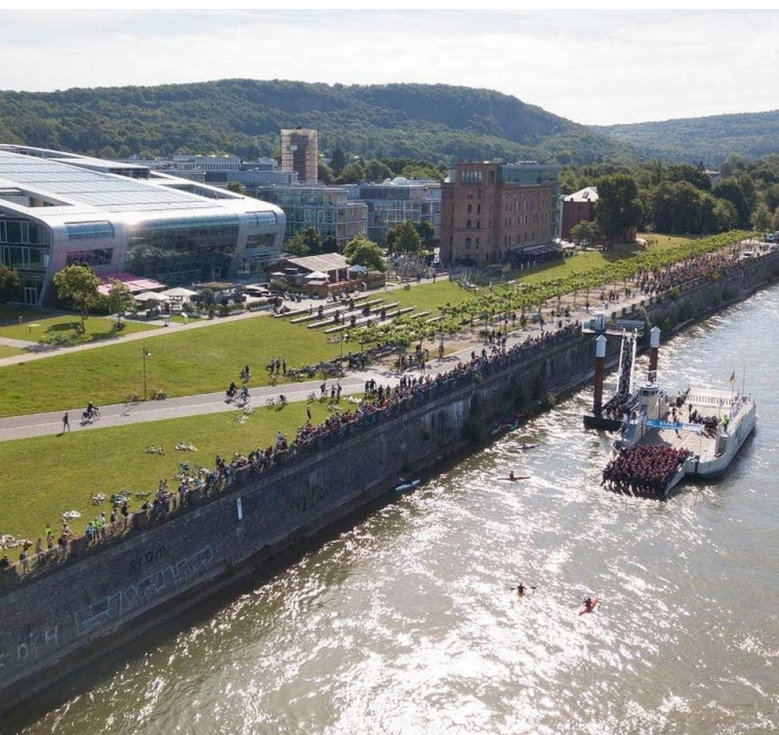
In diesem Jahr musste die BSG BML Staffel beim Bonn Triathlon ohne Rolf Hahn auskommen, der erstmals mit Sylvia Hahn zusammen als Einzelstarter auf der Gesamtdistanz von 3,8 km Schwimmen, 60 km Rad und 15 km Laufen gemeldet war. Die BSG Staffel startete erstmals mit dem Schwimmer Reiner Witzel von der BLE, danach - wie gewohnt - Albert Wulff mit dem Rad und als Schlussläuferin Maike Siebel.

Alle strahlten: Bei Premium-Wetter, reibungslosem Ablauf, einem Programm für alle Altersklassen und einer Stimmung, die die Sportler beflügelte, erlebten die Zuschauer genauso wie die Aktiven beim 29. SWB Energie und Wasser Bonn-Triathlon einen Pfingstsonntag ganz

nach ihrem Geschmack. Die „Lächelprobe“ der Moderatoren vom ausrichtenden PSV Bonn Triathlon bestand an diesem Tag jeder. „Wenn ihr lächelt, seid ihr gut drauf“, stellten Robert Stabrey und Jochen Baumhorst fest und blickten in lauter lächelnde Gesichter.

Es war ein sehr schöner Triathlon vor toller Kulisse. Es hat mega-viel Spaß gemacht. Schwimmen im Rhein ist für viele eine neue Erfahrung gewesen und die Radstrecke war hart, aber cool. Das kurvige Auf und Ab ist mal was anderes. Wahnsinn, wie gut die Stimmung der Leute an der Strecke war und wie alle mitfiebert, auch wenn man nicht aus der Gegend ist.

Bei den Einzelstartern konnte Rolf Hahn die 4-Stundenmarke mit 3 Stunden 58 Minuten unterbieten und belegte in einem sehr starken Teilnehmerfeld den 821. Platz. Sylvia Hahn wurde sogar in ihrer Altersklasse neunte und kam mit einer Zeit von 4:25 Std. ins Ziel. Die neu formierte Staffel konnte an den erfolgreichen Zeiten vergangener Jahre anknüpfen. Mit einer Zeit von 3:48 Std. belegte man im Mixed-Gesamtergebnis den 35. Platz. (rh)



BSGler bei gelungener Premiere des Eifel Hero Triathlons

Nicht nur die Sonne hat bei der Premiere des Eifel Hero Triathlons am 29. Juni 2019 alles gegeben - alle sechs Teilnehmerinnen und Teilnehmer der BSG BML/BLE erbrachten beim ersten ausschließlich auf Gemeindegebiet ausgetragenen Triathlon trotz fast unerträglicher Hitze sportliche Meisterleistungen und erzielten hervorragende Ergebnisse in ihren jeweiligen Startklassen. Eine tolle Veranstaltung, nicht zuletzt dank der vielen ehrenamtlichen Helfer und Unterstützer. Entsprechend begeistert waren Teilnehmer und Zuschauer von der Premiere des sportlichen Super-Events der Gemeinde Blankenheim am Freilinger See. Eine schnelle und leichte Erreichbarkeit, ein See in wunderschöner Lage mit sehr guter Wasserqualität, eine anspruchsvolle Radstrecke und eine Laufstrecke direkt am See, mit all dem konnten die Veranstalter insgesamt rund 700 Sportler zu einer Teilnahme an der Premiere des Eifel Hero Triathlons bewegen.

Die Teilnehmer der BSG starteten auf der Volksdistanz (500 m Schwimmen – 25 km Rad fahren – 5 km Laufen). Alle Startplätze waren in kürzester Zeit ausgebucht. Bei sommerlicher Hitze mit zum Teil über 30 Grad hieß es bei der ersten Station, der Schwimmstrecke, aufgrund der bereits um 8.45 Uhr gemessenen Wassertemperatur von 23 Grad für alle erst einmal schwimmen ohne Neopren-Anzug.

Pünktlich um 10.00 Uhr erfolgte der Startschuss für die erste Schwimmgruppe aus Volksdistanz- und Staffelfstarter durch Bürgermeister Rolf Hartmann. Der Anblick der großen Schwimmgruppe, die sich motiviert auf den im See abgesteckten Kurs begab, war schon beeindruckend für die zahlreichen Zuschauer auf der Liegewiese. Nachdem alle Starter in der großen Wechselzone auf dem Parkplatz ihre Fahrräder gefunden hatten, begab sich der Tross auf die Radstrecke, die an Reetz vorbei Richtung Blankenheim

und von dort über Nonnenbach und Ripsdorf wieder zurück an den See führte. Diese anspruchsvolle Strecke bot für die Sportler einige interessante Anstiege und herausfordernde Kurven.

Zurück am Freilinger See war dann noch die abwechslungsreiche Laufstrecke um den See zu bewältigen. Da der normale Badebetrieb uneingeschränkt weiterlief, mussten auch hier etliche Helfer für ein geordnetes Nebeneinander von Badegästen und Läufern sorgen. Trotz großer Hitze und offensichtlicher großer Kraftanstrengung einiger Starter erreichte das Teilnehmerfeld ohne große Komplikationen bzw. Zwischenfälle den Zielbogen, wo allen Teilnehmern eine Medaille und ein Eifel Hero T-Shirt als Anerkennung und Erinnerungsstück überreicht wurde.

Vor allem die Frauen konnten diesmal vordere Plätze belegen. Inge Bayer wurde 1. in ihrer Altersklasse (AK), Sylvia Hahn 2. und Steffi Hollberg (BLE) 5. Auch Rolf Hahn (6. AK) und Reiner Witzel (BLE/22. AK) waren mit ihren Platzierungen zufrieden. (rh)



Großes Interesse an der Schnupperstunde Geocaching

Nachdem Geocaching das erste Mal beim Sommerfest 2018 angeboten wurde und die BSG so viel positive Rückmeldungen der Geocacherinnen und Geocacher erhalten hat wurde in diesem Jahr in Bonn eine neue Abteilung Geocaching gegründet.



Geocaching was ist das? Geocaching, auch GPS-Schnitzeljagd genannt, ist eine Art elektronische Schatzsuche oder Schnitzeljagd. Die Verstecke werden anhand geographischer Koordinaten im Internet veröffentlicht und können anschließend mit Hilfe eines GPS-Empfängers gesucht werden. Mit genauen Landkarten ist auch die Suche ohne GPS-Empfänger möglich. Ein Geocache ist in der Regel ein wasserdichter Behälter, in dem sich ein Logbuch sowie verschiedene kleine Tauschgegenstände befinden. Der Besucher kann sich in ein Logbuch eintragen, um seine erfolgreiche Suche zu dokumentieren. Anschließend wird der Geocache

wieder an der Stelle versteckt, an der er zuvor gefunden wurde. Der Fund kann im Internet auf der zugehörigen Seite vermerkt und gegebenenfalls durch Fotos ergänzt werden. So können auch andere Personen – insbesondere der Verstecker oder „Owner“ – die Geschehnisse rund um den Geocache verfolgen.

Im August fand die erste Schnupperstunde statt, an der sowohl BSG Mitglieder als auch Nichtmitglieder teilnehmen konnten. Zusammen wurden Rätsel gelöst, um die Koordinaten des Verstecks herauszufinden. Mit den richtigen Koordinaten konnte der Cache auch schnell gefunden werden. Wir hatten sehr viel Spaß gemeinsam die Rätsel zu lösen, die uns Stück für Stück näher an den Geocache gebracht haben.

Geocaching richtet sich an Alle! Jeder kann hierbei Spaß haben, der es liebt auf „Schatzsuche“ zu gehen, Rätsel zu lösen und sich in der Welt und in der freien Natur herumzutreiben. Die nächste GPS-Schnitzeljagd wird im Intranet und auf der Internetseite der BSG bekannt gegeben. (ek)

Freiwasserschwimmen dient der Triathlon-Vorbereitung

Für Triathleten ist das von der BSG angebotene Freiwasserschwimmen am Laacher oder Fühlinger See eine optimale Vorbereitung. Aber auch Nicht-Triathleten finden daran Gefallen. In unregelmäßigen Abständen treffen sich nach kurzer Absprache Schwimmerinnen und Schwimmer mit ihren Familien und schwimmen dann in Gruppen – je nach Trainingsstand und Laune – zwischen 1 km und 3,5 km. Neben dem eigentlichen Schwimmen steht auch der Austausch mit und das Begleiten durch erfahrene Schwimmerinnen und Schwimmern im Vordergrund. Aber auch das anschließende Picknick und das gemütliche Zusammensein sind ein weiterer Grund, diese Treffen öfters zu organisieren.

Beim **Swim and Run** am Fühlinger See am 2. Juni 2019 hatte man die Gelegenheit, sich vor dem ersten Triathlon an das Freiwasser zu gewöhnen. Steffi Hollberg von der BLE zeigte bereits eine herausragende Frühform. Das 1 km Schwimmen und den 7 km langen Lauf beendete sie mit dem 5. Platz bei den Frauen und den ersten Platz in ihrer Altersklasse (AK). Sylvia Hahn wurde 7., Nadja Druzenheimer 3. in ihrer AK und Rolf Hahn 12. in seiner AK. (rh)



BSG erneut Teamsieger beim Bonner Nachtlauf

Die mittlerweile 10. Auflage des Bonner Nachtlaufs am 19. Juni 2019 bescherte der BSG BML einen großen Erfolg. Sie wurde als das teilnehmerstärkste Team – die Läuferinnen und Läufer der BSG waren leicht an ihren IN FORM T-Shirts zu erkennen - ausgezeichnet. Die Strecke führte vom Rathenauufer entlang des Rheinufer, ehe es nach einer Schleife durch die Rheinaue wieder retour zum Rathenauufer ging. Insgesamt waren es exakt zehn Kilometer, die die 4.000 Teilnehmer laufen mussten. Die Siegerzeit lag bei etwas über 33 Minuten.

Der Kletterpark Bad Neuenahr-Ahrweiler stellte auch in diesem Jahr Preise für die drei teilnehmerstärksten Teams zur Verfügung, u. a. für das größte Team bis zu vier Klettertage à 20 Personen. Es war dieses Jahr sehr knapp, aber wir wurden erneut und das bereits zum 3. Mal Champion vor dem Team Rotaract und Blueline Performance.

Unser Dank gilt allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern, die erneut bewiesen haben, dass Laufen im Team immer noch am schönsten ist! (rh)



Hier die Ergebnisse:

Steffi Hollberg (BLE)	3. Platz AK	46:06
Rolf Hahn	5. Platz AK	46:58
Dr. Friedrich Wilhelm Kuhlmann		52:01
Andreas Zenker (BLE)		52:41
Levi Che Bientreau		48:45
Thomas Hölscher (BLE)		49:43
Dr. Bettina Uhlig (BLE)		50:22
Dr. Ernst Bleibaum		53:08
Tanja Schmidt		54:33
Judith Spielmanns		57:34
Sandra Dornauf		58:08
Mario Dornauf		58:13
Dr. Carlo Prinz		58:40
Reiner Witzel (BLE)		1:01:41
Valerie Kersting (BLE)		1:04:02
Ingeborg Beyer		1:05:01
Bernhard Osterfeld		1:05:40
Melanie Junge (BLE)		1:06:59
Kerstin Helena Jungbluth (BLE)		1:08:01
Anne Grothmann (BLE)		1:10:44
Dr. Sybille Hohenester		1:10:50
Tom Schönwald		1:10:50



Teams des BMEL und BVL beim Berliner Firmenlauf



Zwei Teams des BMEL und sechs Teams des BVL sind beim Berliner Firmenlauf 2019 gestartet. Bei der Laufveranstaltung am 22. Mai 2019 war eine 5,5 Kilometer Strecke rund um den Tiergarten zurückzulegen. Nach dem Start am Brandenburger Tor ging es durch Berlins Mitte – vorbei am Berliner Sitz des BMEL, dem Potsdamer Platz, Bauhaus-Archiv, den Nordischen Botschaften und der Siegessäule bis zum Ziel am Brandenburger Tor. An dem Lauf beteiligten sich nach Angaben des Veranstalters etwa 19.000 Sportlerinnen und Sportler. Für die Teilnahme hatten mehr als 1.100 Unternehmen, Organisationen und Behörden ihre Mannschaften gemeldet.

Beide Teams des BMEL starteten unter dem Namen „IN FORM“ – ausgestattet mit Laufshirts der gleichnamigen BMEL-Initiative zur gesunden Ernährung hatten alle trotz der sehr niedrigen Temperaturen von 13°C mit leichten Windböen genügend Energie, um die Strecke in weniger als 30 Minuten zu absolvieren. Für das BMEL hatte die Betriebssportgruppe (BSG BML) die Teilnahme am Fir-

menlauf organisiert und ermöglicht. Dazu zählten neben der Bereitstellung eines IN FORM Shirts auch ein Zuschuss zur Startgebühr für BSG-Mitglieder.

Fabian Paas erfolgreichster Läufer

Aus dem BMEL belegten Tanja Schubert (Einzelzeit 00:24:18 h), Rolf Hahn (00:24:17 h), Gerhard Stiens (00:24:14 h) und Fabian Paas (00:22:17 h) mit einer Netto-Zeit von 1:10:49 h den 343. Rang in der Mannschaftswertung. Birgit Gräber (00:29:02 h), Udo Koep (00:28:20 h) und Niko Wald (00:27:06 h) sicherten sich mit einer Zeit von 1:24:28 h den 1724. Mannschaftsrank. Bestplatziertes BMEL-Läufer wurde Fabian Paas – er erreichte den 564. Platz in der Gesamtwertung, entsprechend Platz 163 in seiner Altersklasse M20. Ebenfalls sehr erfolgreich waren die 19 motivierten Läuferinnen und Läufern des benachbarten Bundesamts für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit (BVL), die im türkisfarbenen BVL-Laufshirt mit insgesamt sechs Laufteams antraten. Das schnellste Team des BVL landete auf dem 624. Platz. (gs)

Weißer Woche in Altenmarkt

Mit einem neuen Busfahrer ging's mal wieder zu einem neuen Ziel. Busfahrer Christian konnte sich dabei nicht nur am Lenkrad bewähren, sondern auch als Skilehrer auf der Piste und beim Après-Ski am Bus mit Glühwein und bissfesten Kalorien. Bewährt hat sich erneut das professionelle Techniktraining zum Start in eine sportliche Woche. Die bot zudem wieder abwechslungsreiche Skigebiete mit tollen Wetter- und Pistenverhältnissen. Prima, dass sich Christian auch noch vor Ort gut auskennt und einige

Geheimtipps parat hatte. Für Ausgleich abseits der Piste sorgte ein eiskaltes Eisstockschießen – der anschließende Glühwein wärmte uns jedoch schnell wieder auf und sorgte für ausgelassene Stimmung. Unser Hotel präsentierte sich nicht nur mit seiner attraktiven Wellness-Welt sondern vor allem mit einer großartigen Küche. Das hat uns überzeugt und so starten wir am 24. Januar 2020 erneut nach Altenmarkt ins Hotel Kesselgrub. Interessenten wenden sich bitte an Georg Jäger (Tel. 0228/99 529 3843). (gj)



Saisonabschluss beim Rhein-Ahr-Triathlon

Zum Abschluss der diesjährigen Triathlon-Saison starteten fünf Athleten/innen der BSG BML/BLE bei Dauerregen und kühlen Temperaturen beim Rhein-Ahr-Triathlon am 30. August 2019 in Sinzig, zwei von Ihnen zum ersten Mal über die Olympische Distanz.

Die Schwimmdistanz über 2,8 km im Rhein war von der Fähranlegestelle Kripp bis zur Ausstiegsrampe am Brückenturm Remagen zu bewältigen. Der Start erfolgte in zwei Startgruppen. Beim anschließenden Radfahren (44 km) musste ein selektiver Rundkurs zweimal gefahren werden. Die Radstrecke führte wieder in alt bekannter Weise nach Sinzig über den langen Anstieg Richtung Königfeld, anschließend erfolgte die Abfahrt nach Schloss

Ahrental. Der Rundkurs der Laufstrecke (10,5 km), der dreimal durchlaufen werden musste, erstreckte sich über die Rheinpromenade und bis zur Innenstadt von Remagen. Das Ziel, das die ersten Sportler nach gut zwei Stunden erreichten, war wie jedes Jahr an der Rheinhalle Remagen.

Teilgenommen haben in diesem Jahr Rolf Hahn (2:59:50 Stunden; 7. Platz AK), Steffi Hollberg (BLE 3:02:11 Stunden; 3. Platz AK), Dr. Bettina Uhlig (BLE 3:06:41 Stunden; 2. Platz AK), Inge Beyer (3:38:26 Stunden; 1. Platz AK) und Reiner Witzel (BLE 3:37:28 Stunden; 17. Platz AK). (rh)

Schäuble gibt den Startschuss für den Bundestagslauf

Die Sportgemeinschaft Deutscher Bundestag e.V. hatte nach mehrjähriger Pause am 8. Mai 2019 erstmals wieder zum Berliner Bundestagslauf eingeladen. Der Lauf führte bei herrlichem Wetter durch den Tiergarten. Den Startschuss für die 7,5 km Laufstrecke gab kein geringerer als der Bundestagspräsident, Herr Dr. Wolfgang Schäuble, persönlich.

Viele Lauffreudige aus Bundestagsverwaltung, der Regierung und den Fraktionen haben sich gefreut, endlich wieder an den Start gehen zu können. Aber nicht nur diese, auch Botschaften, darunter Frankreich, Österreich, Finnland, Schweiz, Madagaskar, Botswana, El Salvador, Malediven und Chile waren sportlich vertreten.

Unter den mehr als 500 Teilnehmenden waren auch 13 Sportlerinnen und Sportler der 2017 gegründeten Laufsparte der Betriebssportgruppe des BMEL in Berlin dabei, die als IN FORM Team antraten. Darunter auch zahlreiche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des BVL.

Für die beste Läuferin und den besten Läufer der BSG, Lea Herges und Fabian Paas, sowie die beste Läuferin und den besten Läufer des BMEL, Tanja Schubert und Stefan Heine, hat die BSG großzügiger Weise Pokale zur Verfügung gestellt. Als Highlight hat Frau Bundesministerin Klöckner diese beim Hoffest in Berlin persönlich übergeben. (gs)

Ergebnisse:

Stefan Heine	32:49 min
Fabian Paas	33:09 min
Gerhard Stiens	33:18 min
Rolf Hahn	33:57 min
Lea Herges (BVL)	35:58 min
Tanja Schubert	36:27 min
Robert Haferkorn-Starke (BVL)	38:33 min
Christel Geiges (BVL)	39:52 min
Ulrich Gerbracht (BVL)	41:31 min
Corina Geiß	43:36 min
Christina Bredtmann (BVL)	45:12 min
Jens Wischhusen (BVL)	45:15 min



Vor dem Lauf ist nicht nach dem Lauf - zwei Sportlerinnen der BSG auf dem Siegereppchen

Bei schönstem Spätsommerwetter starteten am 15. September 2019 zwei Sportlerinnen der BSG BML e.V. beim 4. Intersport Olympia Lauf Potsdam. Entlang ging es nach Start an der St. Peter und Paul Kirche vorbei an einigen der Sehenswürdigkeiten Potsdams durch die Innenstadt bis zum Ziel vor der Kirche, wo zahlreiche Sportbegeisterte die Läuferinnen und Läufer bei ausgelassener Stimmung anfeuerten. Vorsorglich standen die beiden BSG-Frauen schon vor dem Lauf auf dem Siegereppchen. Nach dem Lauf reichte es für den Schritt auf eine der Stufen zwar nicht ganz, aber mit 49:23 Minuten erreichte Anne Loos als Erste in ihrer Altersklasse das Ziel und Lea Herges sprintete nach 49:57 Minuten über die Ziellinie.

Die beiden freuen sich schon auf weitere Trainingseinheiten im Tiergarten mit der BSG-Laufgruppe, die sich jeden Mittwoch um 17:30 Uhr vor dem BMEL in Berlin, Französische Straße trifft. Laufbegeisterte Kolleginnen und Kollegen sind herzlich willkommen. (lh)



In eigener Sache

Internationale Sportfeste mit BSG-BML-Beteiligung gibt es mittlerweile seit vielen Jahrzehnten. Auch wenn die teilnehmenden Nationen im Zeitverlauf gewechselt haben, so kristallisierte sich in den letzten Jahren ein „harter“ Kern heraus, zu dem neben Deutschland noch Österreich und Ungarn gehören. Da die Sportfeste alle zwei Jahre stattfinden, ist somit jedes Land alle sechs Jahre auch Veranstalter.

In diesem Jahr hätte das Sportfest in Ungarn stattfinden sollen. Leider kam es erstmals in der Historie der internationalen Sportlertreffen der Ernährungs- und Landwirtschaftsministerien zu einer Absage der Veranstaltung. Sowohl die BSG des österreichischen als auch die des deutschen Ministeriums sagten ihre Teilnahme ab. Gründe hierfür gab es sicherlich einige. Ein gravierender war aber die lange Zeit bestehende Unsicherheit hinsichtlich des Austragungstermins sowie der ausgewählten Sportarten. Wegen der sehr späten Ankündigung durch die ungarische BSG gelang es den BSGen in Österreich und Deutschland zeitlich nicht mehr, genügend Aktive zu finden, die bereit waren, an diesem Event teilzunehmen.

Um künftig solche Geschehnisse zu vermeiden ist es sinnvoll, dass sich alle beteiligten BSGen zusammensetzen und die bestehende Vereinbarung, die Leitfaden für die Durchführung dieser Sportfeste ist, einer kritischen Prüfung unterziehen. Grundvoraussetzung für den künftigen Erfolg dieser Sportfeste ist dabei aus hiesiger Sicht vor allem, dass das gastgebende Land frühzeitig sowohl den Termin als auch die geplanten Sportarten benennt. Nur so ist es den anderen teilnehmenden Nationen möglich, mit genügendem zeitlichen Vorlauf die eigene Teilnahme zu planen.

Mit freundlichen Grüßen

Dr. Dieter Schneider

Berlin after work — Beachvolleyball



12 Sportlerinnen und Sportler der BSG BML haben sich am 27. August 2019 erstmals nach der Arbeit zum Volleyball in „Beach Mitte“ getroffen. Wir haben auf zwei Feldern in gemischten Dreier-Teams gespielt und immer wieder auch untereinander gewechselt. Viele von uns hatten bereits seit der Schulzeit nicht mehr wirklich Volleyball gespielt, aber es war erstaunlich, wie schnell die verborgenen Fähigkeiten wieder abrufbar und was für Fortschritte im Laufe des Abends erkennbar waren; man hat sich gegenseitig nichts geschenkt!

Trotz Temperaturen von über 30 Grad und hoher Luftfeuchtigkeit sah man nach zwei schweißtreibenden Stunden nur glückliche Gesichter und sämtliche Teilnehmenden waren sich einig, dass es dringend wiederholungsbedürftig ist, auch wenn der zweite Termin - wegen dann leider schlechtem Wetter - gecancelt werden musste. Aber es war ganz sicher nicht das letzte Mal, dass wir so den Büroalltag ausklingen lassen werden, zumal es sich nach dem Spiel dort auch noch ganz gut in einer wirklich sehr gemütlichen Bistrotrocke chillen lässt. (gs)

Staffellauf der Berliner Wasserbetriebe fiel ins Wasser....

Am Mittwoch, den 9. Juni 2019, hätte es wieder soweit sein sollen, die Laufgruppe der Betriebssportgruppe in Berlin wollte mit fünf Teams (2018 waren wir noch zwei Teams) am 5 x 5 km Staffellauf der Berliner Wasserbetriebe teilnehmen – ein schönes Event mit anschließendem Picknick im Tiergarten. Wir standen gerade allesamt hochmotiviert im In-Form-Läuferdress für das obligatorische Gruppenfoto vor dem BMEL parat, als uns leider die Absage vom Veranstalter wegen eines aufziehenden Unwetters erteilte. Und dass die Läufe am Donnerstag- und Freitagabend bei bestem Wetter dann stattfinden konnten, machte es nicht wirklich besser....

Unglaublich schade, aber zweifelsohne die richtige Entscheidung, denn das Unwetter war keine Stunde später mit

Orkanböen und Sturzregen da. Wir hatten gerade noch unsere kleine allmittwöchliche Laufrunde von knapp 5 km im Tiergarten trocken und heil beenden können, für die wir uns als Ersatz entschieden hatten. Nach dem Lauf haben wir es uns nicht nehmen lassen, noch die fünf vom Veranstalter gestellten Picknickkörbe in wirklich netter Runde im Foyer des BMEL zu leeren. Rotwein, Käse und Baguette mundeten sehr gut und so war am Ende auch alles gut, dient so ein Event doch eh in erster Linie der Förderung des Teamgedankens und des besseren Kennlernens und soll Spaß machen und all das hat es erreicht. Ich glaube sagen zu dürfen, 2020 sind wir ganz sicher wieder dabei und hoffentlich erneut mit fünf starken Teams – wir zählen auf euch! (gs)

Kooperation mit der FitX Deutschland GmbH ein voller Erfolg

Auf außerordentlich positive Resonanz ist das neue Fitness-Angebot gestoßen, dass die BSG BML seit gut einem Jahr mit dem Kooperationspartner FitX anbietet. Zahlreiche Mitglieder der BSG nutzen mittlerweile diese Möglichkeit.

Sport hält gesund, fit, hilft gegen Stress und motiviert zu besseren Leistungen – auch im Beruf. Die BSG unterstützt seit Jahren das Betriebliche Gesundheitsmanagement im BMEL durch seine Vielfalt an sportlichen Aktivitäten und Kursen (z.B. Rückenschule) am Arbeitsplatz. Daneben bringt die BSG nun auch das Thema Fitness allen interessierten Mitarbeiter/innen und Kollegen/Kolleginnen näher. Die Kooperation mit FitX stellt eine ideale Ergänzung zum übrigen sportlichen BSG-Angebot dar.

Die FitX betreibt in Deutschland aktuell 71 Fitnessstudios, u. a. in Bonn-Duisdorf, demnächst in Troisdorf und an 6 Standorten in Berlin (Alexanderplatz, Tempelhof, Moabit, Schöneberg, Südkreuz). Eine Liste aller Standorte findet man unter www.fitx.de. Die Fitnessstudios sind 24 Stunden

am Tag geöffnet und das an 365 Tagen im Jahr. Trainingsbetreuung gibt es täglich zwischen 6 und 22 Uhr, zudem werden 36 Kurse in der Woche mit ausgebildeten Traineeinnen und Trainern angeboten. Mittels der persönlichen X-Card kann man in allen FitX Studios deutschlandweit trainieren.

Alle Mitglieder der BSG BML zahlen einen reduzierten monatlichen Beitrag von 15 € statt der normal gültigen 20 €. Bereits bestehende Mitgliedsverträge bei FitX können in diesen Tarif überführt werden. Ebenso entfällt die einmalige Zahlung von 29 € für das Starterpaket. Jeder Interessent kann ein Probetraining bei FitX vereinbaren. Egal ob Einsteiger, Fortgeschrittener oder Profi. Die Trainer entwerfen ein individuell gestaltetes Programm. FitX räumt allen Mitgliedern ein Sonderkündigungsrecht von 14 Tagen ein, wenn ein Beschäftigter aus dem BMEL ausscheidet oder die Mitgliedschaft in der BSG BML endet. Ansprechpartner im BMEL ist Rolf Hahn (0228/99 529 3697). (ds)



Adress- und Kontoänderungen mitteilen

Aus gegebenem Anlass bittet die BSG alle Mitglieder für den Fall, dass sich die private Adresse oder Bankverbindung geändert hat, dies auch der BSG mitzuteilen (Kontoänderungen am besten per E-Mail an antje.baumann@bmel.bund.de, Adressänderungen bitte an rolf.krieger@bmel.bund.de).

Die sonst fehllaufenden Abbuchungen der Mitgliedsbeiträge verursachen unnötigerweise Bankgebühren, die den betroffenen Mitgliedern in Rechnung gestellt oder von der BSG und damit von allen Mitgliedern getragen werden müssen.

ABTEILUNGSSPLITTER



Adventure

Wer Lust hat, gemeinsam mit Gleichgesinnten ein Abenteuer zu erleben, kann sich unserer Gruppe anschließen und gemeinsam mit uns an Events unterschiedlichster Art teilnehmen. Das kann man in einem Zweier-team (Cross-Duathlon – Biken und Cross-Laufen) oder als Einzel- oder Teamstarter bei Hindernislauf-Events erfolgen. Geplant sind für 2020 folgende Events:

01.02.2020 Meerhardt Extreme in Gummersbach

Anspruchsvoller, landschaftlich reizvoller Crosslauf.

25.05.2020 Eifeler Cross-Duathlon in Schleiden

Dort werden Distanzen von 8,8 km Trailrun gefolgt von 25 km Mountainbike (MTB) und dem abschließenden 4,1 km Crosslauf angeboten, die man auch in Zweierteams bewältigen kann. Seit 2016 haben die Streckenscouts eine attraktivere Streckenführung sowohl auf dem MTB als auch auf der Laufstrecke ausgegraben. Dabei führt sie mehrmals an Start/Ziel vorbei und ist damit extrem zuschauerfreundlich. Die Athleten bekommen durch die vielen Anfeuerungsrufe in der Wechsel- bzw. Zielzone zusätzliche Motivation.

21.06.2020 Urban Trail in Bochum

Laufen mit Unterhaltungsprogramm! Das bietet der Bochum Urban Trail. Ganz ohne Leistungsdruck und ohne Zeitmessung geht es durch Deutschlands Innenstädte – und vor allem DURCH Ihre Gebäude! Gemeinsam genießt man ein Kulturerlebnis der besonderen Art – auf Laufschuhen. Mit über 3.000 anderen Läuferinnen und Läufern werden 19 Streckenhighlights von Bochum erkundet. Der Bochum Urban Trail beweist, dass man Sport

und Kultur verbinden kann – ohne Leistungsdruck, dafür mit jeder Menge Spaß!

30.08.2020 Tough Mudder NRW in Mechernich

Tough Mudder ist ein Extrem-Hindernislauf-Event, bei dem Einzelteilnehmer oder Teams versuchen, einen ca. 16–18 Kilometer langen Hindernislauf durch den Schlamm zu absolvieren, der die mentale und körperliche Stärke, Teamgeist und Ausdauer der Teilnehmer testen soll.

22.09.2020 SwimRun Düsseldorf

SwimRun ist ein neues und spannendes Wettkampfformat aus Schweden. Mit über 150 Events ist es dort ein richtiger Volkssport. Weltweit sind es inzwischen weit über 400 Events, Tendenz klar steigend! SwimRun heißt Freiwasser-Schwimmen und Querfeldein-Laufen im mehrfachen fliegenden Wechsel. Es wird traditionell in Zweier-Teams gestartet, mit Schuhen geschwommen und im Neoprenanzug gelaufen. (rh)



Basketball

Im Jahr 2019 waren wir Körbchenjägerinnen und Körbchenjäger wieder sportlich und fair unterwegs und hatten vieeel Spaß als Basketballmannschaft. Wie bei jeder sportlichen Aktivität scheiden Spielerinnen und Spieler aus, neue kommen hinzu. Derzeit sind wir im Team 4 Basketballerinnen und 15 Basketballer, wobei nicht immer jeder dienstags kommen kann. Mal sind es dienstliche Belange, mal Elternversammlungen in der Schule oder auch Schwächungen des Immunsystems, die uns dann statt 6 gegen 6 eben nur 4 gegen 4 spielen lassen.

In der Basketballmannschaft könnte noch ein ausgewogeneres Verhältnis zwischen Frauen und Männern

herrschen – das wäre unser Wunsch. Insofern sind Frauen herzlich als Mitspielerinnen willkommen. Gespielt wird in einer gemischten Mannschaft (nicht nur geschlechter-, sondern auch altersgemischt, von Ende 20 bis Mitte 50 ist alles dabei ☺). Die Mannschaft trainiert jeden Dienstag (außer in den Ferienzeiten) in der Sporthalle des Berufskollegs Bonn-Duisdorf, Rochusstr. 30 von 18.30 Uhr bis 20.00 Uhr, ab dem neuen Jahr von 18.00 Uhr bis 20.00 Uhr. Das Motto „Fair geht vor“ sowie der Spaß am Spiel stehen bei uns im Vordergrund.

Um sich gegenseitig - und nicht nur beim Basketballspielen - besser kennenzulernen, setzen wir uns auch manchmal nach dem Spiel gesellig zusammen. Ob Gespräche in der Umkleidekabine, draußen vor der Tür bevor es nach Hause geht oder beim Einkehren in einer gemütlichen Umgebung, alles trägt dazu bei, neue Kontakte zu knüpfen oder alte auszubauen. Einige leidenschaftliche Spieler gehen auch öfter einmal zu Basketballspielen der Telekom-Baskets.

Wer also Lust und Laune bekommen hat, sich das ganze einmal anzuschauen und mitzumachen, kann sich einfach melden. (ar)



Fitness-Gymnastik

In der Sporthalle des Berufskollegs des Rhein-Sieg-Kreises, in Bonn-Duisdorf in der Rochusstraße gegenüber dem BMEL, finden wir jeden Montag die richtige Gymnastik, um uns fit für den Alltag zu halten. Über 90 Minuten heißt es, den Bewegungsapparat und die Rumpfmuskulatur unter professioneller Anleitung zu dehnen und zu stärken. Die Übungen sind so gehalten, dass sie in Abhängigkeit der jeweiligen persönlichen Konstitution ausgeführt werden können. Insofern eine gute Gelegenheit, um die persönliche Fitness zu halten oder weiter auszubauen. (cb)



Laufen

Die Laufgruppe der BSG BML trifft sich nach Absprache jeweils mittwochs und donnerstags um 17:00 Uhr auf dem Parkplatz in der Nähe der Tennisplätze am Brüser Berg. Martin Biehl hat aus familiären Gründen die Leitung des Lauftreffs abgegeben. Derzeit wird die Gruppe mittwochs von Inge Bayer und donnerstags von Rolf Hahn geleitet. Im Frühjahr 2020 startet mittwochs mit Inge Bayer der Lauftreff für Einsteiger und Wieder-einsteiger (Distanzen um die 5-6 km). Der Donnerstag bleibt den ambitionierten Läuferinnen und Läufern vorbehalten. Nähere Informationen hierzu werden Anfang 2020 im Intranet oder im Internet bekannt gegeben.

Einige Läuferinnen und Läufer nahmen an folgenden Veranstaltungen teil:

Siebengebirgshalbmarathon in Bad Honnef, Silvesterlauf Bonn, Insellauf Grafenwert in Königswinter, Winterlaufserie Porz, Bonn Halbmarathon, Köln Halbmarathon, Bonner Nachtlauf, Drei-Brücken-Lauf Bonn. (rh)



Radfahren

Bis auf Abwesenheiten wegen Urlaub oder Dienstreisen fanden auch 2019 immer mittwochs die Ausfahrten per Rennrad statt. Gestartet wurde meistens um 17.00 Uhr im BMEL mit einer Zustiegsmöglichkeit im Kottenforst. Dabei ging es je nach Zusammensetzung und Motivation der Gruppe rund um Meckenheim mit der allseits beliebten Einkehr im Bahnhof Kottenforst oder durch das Wachtberger Ländchen zum Rhein nach Remagen und zurück. An den langen

Sommertagen standen auch längere Touren an die Ahr und die angrenzende Eifel auf dem Programm und an Tagen mit schlechterem Wetter auch mal kürzere Runden Richtung Swisttal. Je nach Topographie lagen die Durchschnittsgeschwindigkeiten zwischen 23 und 27 km/h und die Streckenlängen zwischen 30 und 70 km. Die Streckenführung wurde immer so geplant, dass gegen Ende der Runde die Möglichkeit der Regulierung des Flüssigkeitshaushaltes gegeben war. Um die erradelte Form über den Winter zu konservieren, bestehen Überlegungen, in der kalten Jahreszeit die Mittwochsrunden im Kottenforst auf dem MTB mit Beleuchtung fortzusetzen. (gb)



Schwimmen

Sieben Schwimmerinnen und Schwimmer der BSG haben in diesem Jahr den Deutschen Schwimm-pass von Bronze bis Gold erworben. Die Abnahmen fanden über mehrere Monate verteilt während der normalen Trainingszeiten im Frankenbad statt. Ihre Ausweise bekamen die Teilnehmenden überreicht beim Essen zum Saisonabschluss im Brauhaus „Macholds“ in der Bonner Altstadt. (kb)



Skat

Die Skatrunde bei der BSG-BMEL findet viermal im Jahr, also einmal pro Quartal nach besonderer Ankündigung statt. Sie beginnt immer um 16.00 Uhr im Raum über der Kantine des BMEL und endet jeweils um ca. 20.00 - 20.30 Uhr, abhängig von der Zahl der teilnehmende Mitspieler. Die Skatrunde besteht z.Zt. aus 12 Mitspielern. Es wird nach den Regeln des deutschen Skatverbandes gespielt, also ohne „Re und Contra“. Die Ergebnisse der vier Spielrunden werden am Ende des Jahres addiert, wobei das schlechteste Ergebnis aus den vier Runden gestrichen wird, so dass nur drei Runden in die Gesamtwertung einfließen.

In diesem Jahr wurde die letzte Runde am 19. November gespielt. Dabei ist Herr Harald Bachmann (5.520 Punkte) vor Herrn Detlef Wepler (4.682 Punkte) und Herr Rainer Luginsland (3.854 Punkte) Skatmeister des Jahres 2019 geworden und hat den Pokal in Empfang genommen.

Im Jahr 2020 sind auch wieder vier Spielrunden geplant, im März, Juni, September und November. Wenn sich neue Mitspieler finden würden, wäre dies ganz in unserem Sinne. (rl)



Tanzen

Die BSG BML hat in diesem Jahr in Zusammenarbeit mit dem Projekt „Betriebliches Gesundheitsmanagement“ am Dienstsitz in Bonn im Foyer des Haus 12 zwei Tanzkurse angeboten. Mit Spaß locker und ungezwungen tanzen lernen, dies ist das Ziel dieses BSG-Angebotes.

E-Mail-Adressen mitteilen

Künftig sollen Informationen, z. B. Hinweise auf BSG-Veranstaltungen, nur noch per E-Mail versendet werden. Bitte teilen Sie uns sofern Sie nicht im BMEL tätig sind – soweit noch nicht geschehen – Ihre aktuelle E-Mail Adresse mit (an rolf.hahn@bmel.bund.de).

Beim „Tanzkurs für Einsteiger und Wiedereinsteiger“ können je nach Wunsch verschiedene Tänze gelernt werden, z. B. Disco Fox, Langsamer Walzer, Wiener Walzer, Rumba oder Tango. Gerne können private Tanzpartner mitgebracht werden. Spezielle Tanzschuhe sind nicht erforderlich.

Der „TanzFit-Kurs“ richtet sich an Personen, die keinen Tanzpartner haben. Tanzen in der Gruppe, ohne Partner, aber trotzdem zu Walzer-, Disko Fox-, und Rumba-Melodien und viele andere Tänze mehr.

Die Kurse werden geleitet von Susanne Weier aus der Tanzwelle - Die Tanzschule (Rheinbach). Es ist beabsichtigt, die Kurse auch im nächsten Jahr anzubieten. Gerne sind auch neue Teilnehmer willkommen.



Tennis

Die Tennisaktivitäten sind in diesem Jahr leider etwas zu kurz gekommen, woran auch der Ausfall des internationalen Sportfestes in Ungarn als zuvor fest eingeplanter Saisonhöhepunkt - schließlich sind wir „Titelverteidiger“ - seinen Anteil hatte. Wir sind jedoch guten Mutes und wollen mit neuem Schwung im nächsten Jahr in die Sommersaison starten. Mit Meike und Anne sind zwei junge dynamische Tennisspielerinnen zu unserer Gruppe gestoßen, mit deren Unterstützung wir wieder Kurse für Anfänger und Fortgeschrittene anbieten wollen - noch ist offen, ob es einmal mehr beim Blau-Weiß Duisdorf sein wird. Zudem steht unser nationales Sportfest an. Es lohnt sich also, aufmerksam zu sein und zu Beginn des Jahres die Angebote der BSG im Blick zu behalten. Wir werden rechtzeitig über die Kurse informieren und würden uns über eine rege Teilnahme freuen. (mk)



Triathlon

Die Triathlon Gruppe ist ein Team aus den beiden Betriebssportgemeinschaften der BSG BML und der BSG BLE. Wir trainieren gemeinsam und nehmen als Team an einzelnen Sportveranstaltungen teil (siehe separate Berichte im Journal). Im Vordergrund stehen der Teamgeist und der Spaß. Wir freuen uns immer wieder über neue Teilnehmer/innen. Man muss auch nicht die Gesamtdistanz absolvieren, sondern kann auch in einer Staffel den Lauf-, Rad- oder Schwimmpart übernehmen.

Viele Teilnehmer bereiten sich bereits Anfang des Jahres auf die einzelnen Events vor. Hierzu gehören die Teilnahme am Lauftreff der BSG BML und der BSG BLE, das regelmäßige Schwimmtraining montags im Frankenbad und vom Frühjahr bis zum Herbst beim Radtraining mittwochs ab dem Dienstgebäude in Bonn und freitags ab dem Dienstgebäude in der BLE in Bonn-Mehlem. Ohne das gemeinsame Training ist es kaum möglich, seine Leistung im Laufe des Jahres zu steigern.

Ein erster Gradmesser sind die Teilnahme an den Winterläufen, u. a. beim Insellauf Grafenwerth und die Winterlaufserie in Porz. Ein Höhepunkt der Wintervorbereitung ist die Teilnahme am Bonn Halbmarathon mit der man sich dann gezielt auf einzelne Triathlon-Wettkämpfe vorbereiten kann.

Erstmals werden wir im kommenden Jahr ein Trainingscamp am Freilingen See in der Nähe von Blankenheim (Eifel) organisieren. Vom 21. Mai (Christ Himmelfahrt) bis zum 24. Mai 2020 werden neben dem Schwimmen und Laufen im und um den Freilingen See Radtouren organisiert. Übernachtet wird auf dem Campingplatz unmittelbar am See. Ansprechpartner ist Reiner Witzel von der BLE. Auch die Teilnahme an einzelnen Tagestouren ist möglich. (rh)

Für 2020 sind folgende Teilnahmen vorgesehen:

- 25.04.2020 Eifeler Crossduathlon Schleiden
- 21.05. – 24.05.2020 Trainingscamp Freilingen See
- 31.05.2020 Swim and Run am Fühlinger See
- 07.06.2020 Bonn Triathlon
- 21.06.2020 Indeland Triathlon
- 27.06.2020 Eifel Hero
- 24. – 26.07.2020 Rad am Ring
- 16.08.2020 Allgäu Triathlon
- 06.09.2020 Sinzig Triathlon



Nordic-Walking

Auch dieses Jahr erlaubte es uns das Wetter wieder Anfang März mit unserer Nordic-Walking-Runde auf dem Brüser Berg zu starten. Nach dem Aufruf im Intranet gab es auch Nachfragen interessierter Kolleginnen und Kollegen, die ein Probetraining absolviert haben. Im Großen und Ganzen haben dieses Jahr wieder die altbekannten BSG-Sportler den Kern der Nordic-Walking-Truppe gebildet.

Die Saison gestaltete sich auch in diesem Jahr wettertechnisch durchaus spannend. Wir konnten bei sehr schönem Wetter im Frühjahr starten und hatten fast keine Ausfälle aufgrund von Regen oder Gewitter. Allerdings gab es mehrere Absagen in der sehr heißen Phase bei Temperaturen jenseits der 35 Grad im Juli. Aber insgesamt war es eine schöne Saison, die ihren Abschluss wieder mit einem gemeinsamen Essen fand. (mw)



Tischtennis

Beim Tischtennis auf dem Brüser Berg in Bonn haben wir Spaß! Donnerstags abends tut es gut, den Kopf frei zu bekommen und sich ganz auf das Spiel zu konzentrieren. Wir spielen Doppel, Einzel oder auch gegen die Ballmaschine. Mit unseren Ballsammlern heben wir die vielen Bälle zügig wieder auf.

Hast Du Lust auf Tischtennis? Du bist herzlich eingeladen. Komm zum Training vorbei. Ruf an bei Nicole Lichtschlag unter 0228/99 529 3437. Oder du schreibst eine E-Mail an nicole.lichtschlag@bmel.bund.de. (nl)



Volleyball

Die Volleyball-Abteilung der BSG-BML ist eine Hobby-Mixed-Gruppe mit breitem Altersprofil, die Volleyball als Freizeitspaß begreift. Wir trainieren immer mittwochs von 17.00 bis 20.00 Uhr in der Turnhalle der Ludwig-Richter-Schule in der gleichnamigen Straße (direkt neben dem BMEL). Das Training besteht im Wesentlichen aus Technik- und Taktikübungen und dem anschließenden Spiel. Neue Spielerinnen und Spieler, die die Grundtechniken des Volleyballspiels beherrschen sollten, sind herzlich willkommen. Bitte wenden Sie sich einfach an Rolf Krieger.

Unser Spielbetrieb wird durch Spiele gegen andere Hobby-Mixed-Gruppen von Bonner Betriebssportgemeinschaften ergänzt. Pro Jahr spielen wir gegen fünf bis sechs Teams jeweils ein Heim- und ein Auswärtsspiel.

In den Schulferien können wir „unser“ Halle leider nicht nutzen. Deshalb weichen wir in den Sommerferien regelmäßig auf eine Beach-Volleyball-Anlage in Bonn-Lessenich aus (wenn es das Wetter erlaubt). Dort haben regelmäßig alle viel Spaß „wie am Strand“ zu spielen. (rk)

Weihnachts- und Neujahrswünsche

Ein frohes Weihnachtsfest, zum Jahresausklang ein paar Tage der Entspannung sowie ein gutes neues Jahr 2020 wünscht der Vorstand der BSG BML e.V. seinen Mitgliedern sowie allen Leserinnen und Lesern dieses Journals. Wir freuen uns auch im kommenden Jahr auf zahlreiche gemeinsame BSG-BML-Aktivitäten.

Im Namen des Vorstandes der BSG BML e. V.

Rolf Krieger Nicole Lichtschlag Udo Krieger



Sportprogramm der BSG-BML e.V.



Adventure

Nach Vereinbarung oder besonderer Ankündigung
Leitung: **Rolf Hahn**
(Tel.: 0170/5615522)



Geocaching

Nach Vereinbarung oder besonderer Ankündigung (Sommerhalbjahr)
Leitung: **Elisabeth Karl**
(Tel. 0228/99 529 4765)



Badminton

Montags von 19.45 – 22.00 Uhr
Turnhalle Berufskolleg Rhein-Sieg-Kreis,
Rochusstr. 30
Leitung: **Albert Wulff**
(Tel.: 0228/99 529 3939)



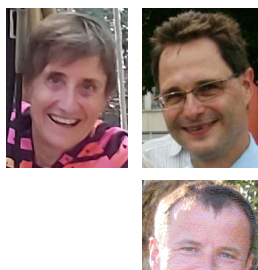
Klettern

Montags, ab 19.00 Uhr
BRONX ROCK Kletterhalle Wesseling
Leitung: **Matthias Chapman-Rose**
(Tel. 0228/99 529 4344)



Basketball

Dienstags von 18.00 – 20.00 Uhr
Turnhalle Berufskolleg Rhein-Sieg-Kreis,
Rochusstr. 30
Leitung: **Angela Rosenauer**
(Tel.: 0228/99 529 4153)



Laufen

Bonn: Treffpunkt Waldparkplatz Brüser Berg
Mittwochs ab 17.00 Uhr
Leitung: **Ingeborg Beyer**
(Tel.: 0228/99 529 3848)
Donnerstags ab 17.00 Uhr
Leitung: **Rolf Hahn**
(Tel.: 0228/99 529 3697)
Berlin: Tiergarten
Leitung: **Dr. Gerhard Stiens**
(Tel.: 030/18 529 3329)



Fitness-Gymnastik

Montags von 18.00 – 19.30 Uhr
Turnhalle Berufskolleg Rhein-Sieg-Kreis,
Rochusstr. 30
Leitung: **Dr. Claus Bormuth**
(Tel.: 0228/99 529 4347)



Nordic-Walking

Donnerstags ab 16.30 Uhr
Waldparkplatz Brüser Berg
AP: **Markus Wunderlich**
(Tel.: 0228/99 529 3496)



Fit for Work

Kursangebote
(z. B. Yoga, Pilates, Rückengymnastik,
Faszien, Ausgleichsgymnastik) nach besonderer Ankündigung

Bonn: **Dr. Sybille Hohenester**
(Tel.: 0228/99 529 3514)
Berlin: **Rebecca Kik**
(rebeccakik@gmail.com)



Radsport

Sommermonate Mittwochs ab Treffpunkt
16.45 Uhr Fahrbereitschaft
17.15 Uhr Waldparkplatz Röttgen
Leitung: **Gerhard Becker**
(Tel.: 0228/99 529 4233)



Fußball

Mittwochs von 18.00 – 20.00 Uhr
Rasenplatz Helmholtz-Gymnasium
Helmholtzstraße (Sommerhalbjahr)
Turnhalle Berufskolleg Rhein-Sieg-Kreis,
Rochusstr. 30 (Winterhalbjahr)
Leitung: **Bernd Schwang**
(Tel.: 0228/99 529 4266)



Schwimmen

Montags 19.00 Uhr (Treffpunkt 18.45 Uhr)
Frankenbad, Bonn
Leitung: **Karin Bethmann**
(karin.bethmann@bpjm.bund.de)



Skat

Nach Vereinbarung oder besonderer Ankündigung
Leitung: **Rainer Luginsland**
(rlugi55@gmail.com)



Tischtennis

Bonn: Donnerstags von 17.00 – 20.00 Uhr
Turnhalle Brüser Berg
Leitung: **Nicole Lichtschlag**
(Tel.: 0228/99 529 3437)



Sportabzeichen

Nach Vereinbarung oder besonderer Ankündigung
Sportplatz am Flodelingsweg,
Bonn-Endenich
Leitung: **Jürgen Landgrebe**
(Tel.: 0228/99 529 3318)



Triathlon, Freiwasserschwimmen

Nach Vereinbarung oder besonderer Ankündigung
Freiwasserschwimmen im Laacher und Fühlinger See
Leitung: **Rolf Hahn**
(Tel.: 0170/5615522)



Sportschießen

Nach Vereinbarung oder besonderer Ankündigung
Leitung: **Antje Baumann**
(Tel.: 0228/99 529 3995)



Volleyball

Mittwochs von 17.00 – 20.00 Uhr
Turnhalle Ludwig-Richter-Schule,
Ludwig-Richter-Straße
Beachvolleyball nach Vereinbarung
Leitung: **Dr. Rolf Krieger**
(Tel.: 0228/99 529 3502)



Tanzen

BMEL, Haus 12 Foyer
Donnerstags 18.30 – 19.15 Uhr Tanz Fit
Donnerstags 19.30 – 21 Uhr Einfach Tanzen
Ansprechpartnerin: **Iris Troll**
(iris_troll@web.de)



Wandern

Nach Vereinbarung oder besonderer Ankündigung
Leitung: **Helen Giménez**
(fortunata66@web.de)



Tauchen

Nach Vereinbarung oder besonderer Ankündigung
Ansprechpartner: **Dieter Körfgan**
(Tel.: 0175/4609156)



Golf

Nach Vereinbarung oder besonderer Ankündigung, Golfanlage Schloss Miel
Ansprechpartner: **Winfried Welsch**
(bsgbml@gmx.de)



Tennis

Dienstags von 17.00 Uhr – 19.00 Uhr
(Sommerhalbjahr)
TTC Blau-Weiß Duisdorf
Leitung: **Dr. Michael Koehler**
(Tel.: 0228/99 529 3622)



Kulturprogramm

Dr. Ernst Bleibaum
(ernst.bleibaum@t-online.de)
Kathrin Kowalewski
(Tel.: 0228/99 529 3672)

Impressum:

Herausgeber: Betriebssportgemeinschaft im Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft

Redaktion: Dr. Dieter Schneider, Tel.: 0228/678617, E-Mail: schneider.dur@t-online.de **Gestaltung & Druck:** Druckerei BMEL

Bildnachweis: Titel: BSG; S. 2 Mitte & u.l.: General Anzeiger Bonn; S. 2, u.r., S. 3 - 9: BSG; S. 10: FitX GmbH; S. 11-14: Sportpiktogramme © 1976 by ERCO; S. 12: BSG.

Beiträge von: Gerhard Becker (gb), Karin Bethmann (kb), Dr. Claus Bormuth (cb), Rolf Hahn (rh), Lea Herges (lh), Dr. Georg Jäger (gj), Elisabeth Karl (ek), Dr. Rolf Krieger (rk), Dr. Michael Koehler (mk), Nicole Lichtschlag (nl), Rainer Luginsland (rl), Angela Rosenauer (ar), Dr. Dieter Schneider (ds), Dr. Gerhard Stiens (gs), Markus Wunderlich (mw).