Ausgabe 2011

SPORT
in Sankt Augustin

StadtSportVerband
Sankt Augustin

stadt sankt augustin

COUNTERPART GROUP

Nur wer was auf den Augen hat, sieht unser regionales Engagement nicht.

rhenag: Ihre treibende Kraft in der Region.

Wir kümmern uns nicht nur ums Geschäft. Unsere Energie fließt ebenso in soziales Engagement, eine kulturell bunte Region und die Förderung lokaler Umweltprojekte. Warum? Weil wir uns unserer gesellschaftlichen Verantwortung bewusst sind. Und weil wir dort zu Hause sind, wo auch unsere Kunden zu Hause sind. Erfahren Sie mehr unter: **www.rhenag.de**

rhenag

RWE Rheinland Westfalen Netz

SPORTFÖRDERUNG IN DER REGION.

ENERGIE GIBT ES IN VIELEN FORMEN.
WIR FÖRDERN DIE SCHÖNSTEN.

Kaum etwas verbindet und bewegt Menschen so sehr wie die Leidenschaft zum Sport. Deshalb unterstützen wir den Sport in unserer Region. Wir fördern zum Beispiel die Jugendarbeit vieler Vereine und investieren so auch in die Zukunft des Sports. www.rwe.com

VORWEG GEHEN

Sport- und bewegungsfreundliches Sankt Augustin

Mit der 4. Auflage der Broschüre „Sport in Sankt Augustin“ präsentieren wir Ihnen eine aktuelle Übersicht über die Sportangebote und Ansprechpartner der Sankt Augustiner Sportvereine.

Als bedeutende Infrastrukturmaßnahme im Sportbereich baut die Stadt Sankt Augustin in den Jahren 2010 bis 2012 drei Tennen-Sportplätze in Kunstrasenplätze um. Begonnen wurde Ende August mit dem Umbau des Sportplatzes Niederpleis. Im Jahr 2011 folgt der Platz in Menden (Fritz-Schröder-Straße) und im Jahr 2012 die Anlage in Hangelar. In Niederpleis und Hangelar entstehen neben Kunstrasen-Fußballfeldern zusätzlich leichtathletische Einrichtungen einschließlich Kunststoff-Laufbahnen und in Hangelar zusätzlich ein Kleinspielfeld.

Sportdezernent Marcus Lübken,
1. Beigeordneter Rainer Gleß,
SSV Vorsitzender Karl Lennartz,
Bürgermeister Klaus Schumacher (v.l.)

Der demografische Wandel in der Gesellschaft hin zu immer mehr Älteren hat einen direkten Einfluss auf die Bewegungs- und Sportangebote. Diese Herausforderung verlangt zukünftig vom organisierten Sport die Schaffung immer mehr und vor allem differenziertere Bewegungs- und Sportangebote für die Zielgruppe der Älteren. Bewegungs- und Sportangebote in der Prävention und Rehabilitation für Neu- und Wiedereinsteiger, mit den an die Leistungsfähigkeit und dem Gesundheitszustand der Menschen angepassten Inhalten, werden das zukünftige Bild der Sportangebote für Ältere bestimmen. Die aktuellen Sportangebote für Menschen ab 50Plus der Sportvereine finden sie in dieser Broschüre.

Empfehlen möchten wir Ihnen auch den Sankt Augustiner „Sport- und Freizeitplan“, der sich an die vielen tausend nicht in Vereinen organisierten sportlich aktiven Menschen in unserer Stadt wendet. Neben einem Stadtplan enthält dieser Sport- und Freizeitplan einen sportlichen Wegeplan mit Vorschlägen und Strecken zum Wandern, Walken, Joggen, Skaten, Rad- und Rollstuhlfahren, die ohne größere Verkehrsgefährdung genutzt werden können. Der Plan ist beim Bürgerservice der Stadtverwaltung erhältlich.

Wir freuen uns, diese Broschüre dank großzügiger Unterstützung der „Raiffeisenbank Sankt Augustin eG.“, der „rhenag“, der „RWE“ sowie der Interessensgemeinschaft „Apotheken vor Ort“ neu auflegen zu können und wünschen uns ein abermals großes Interesse an den sportlichen Angeboten in der Stadt Sankt Augustin.

Klaus Schumacher	Dr. Karl Lennartz	Marcus Lübken
Bürgermeister	1. Vorsitzender SSV	Sportdezernent

Apotheken-vor-Ort

A-v-O

Ihre freundlichen Apotheken

Antonius
Apotheke
Steinkreuzstr.21
Tel.: 33 45 10

Falken
Apotheke
Kölnstr.93
Tel.: 20 32 16

Augustinus
Apotheke
Uhlandstr.13
Tel.: 20 42 00

Pleis
Apotheke
Niederpleiser Str.87
Tel.: 33 66 55

Kronen
Apotheke
Kölnstr.107
Tel.: 27 0 13

Schloss
Apotheke
Birlinghovener Str.8
Tel.: 33 33 00

Rosen
Apotheke
Niederpleiser Str.48
Tel.: 34 20 40

Valentin
Apotheke
Burgstr.6
Tel.: 31 45 00

Beratung:
Wir beraten Sie zu allen Fragen rund um Ihre Arzneimittel.

Gesundheitstest:
Wir messen Ihren Blutdruck, Ihren Blutzucker und Ihre Cholesterinwerte, wir errechnen Ihren BMI-Wert.

Service:
Wir entsorgen Ihre Altmedikamente, wir haben einen Botendienst, wir überprüfen Ihre Hausapotheke und Ihren Autoverbandkasten, uva.

kurz: *Wir sind stets für Sie da!*

Inhaltsverzeichnis

Adipositas	11
Aerobic	11
Ambulante Herzsportgruppe	11
Angelsport	11
Aqua-Fitness	11
Aqua-Jogging	11
Badminton	11
Beachvolleyball	11
Basketball	11
Behindertensport	11
Betriebssport (BSG)	11
Biker / Motorradsport	11
Billard	11
BOP / Callanetics	11-12
Dance Development	12
Diabetessportgruppe	12
Disco Dance	12
Fechten	12
Fitness / Workout für Jugendliche	12
Frauen- u. Mädchenfußball	12
Fußball	12-13
Gesundheitssport	13-14
Golf	14
Gymnastik / Turnen	19-20
Handball	14
Hip Hop	14
Hockey	14
Indoor Cycling	14
Inline Skater	14
Jazz Dance	14
Judo	14
Jui Jitsu / Ju Jutsu	14
Karate	14
Kickboxen	14
Kleinkinder Sportangebote	15
Klettern	15
Kung Fu / Kung Fu Dju Su	15
Laufen (Mittel- u. Langstrecke)	15
Lauftreff	15
Leichtathletik u. Kraftsport	16
Luftsport	16
Motorflug / Motorsegler	16
Mountainbiking	16
Nordic Walking	16
Prellball	16
Qi Gong	13
Radsport	16
Reiten	17
Schach	17
Schwimmen	17
Schützenvereine	18
Segelflug / Luftsport	16
Segeln / Wassersport	17
Selbstverteidigung	17
Seniorensport / Sport für Ältere	17
Skigymnastik / Skilauf	17
Sportabzeichen	17
Sportfischen	18
Sport für Ältere / Seniorensport	17
Sport für Kleinkinder	15
Sportschützen / Schützenvereine	18
Sportstätten	31
Sportstudios	18
Sportvereine / Geschäftsstellen	22-29
Stadt - Sport- u. Bäderverwaltung	7
Stadtsportverband Vorstand	7
Step Aerobic	18
Squash	18
Taekwondo	18
Taiji	18
Tanzsport	18
Tauchsport	18
Tennis	19
Tischtennis	19
Turnen / Gymnastik	19-20
Videoclip Dancing	20
Volleyball	20
Walking	20
Wandern	20
Wassergymnastik	20
Waveboard	21
WingTsun	21
Wirbelsäulengymnastik	21
Yoga	21

Artikel / Berichte

Sportjugend im Stadtsportverband	6
Integration und Sport	8
Rund um den Seniorensport	9
Das Deutsche Sportabzeichen	10
Generationen Parcour	30
Aqua-Fitness - im Trend	32
Kinder laufen für Kinder Sportvereine, Kitas, Schulen	33
Stadtsportverband - Aufgaben	34
Heinrich von der Becke Sportfotopreis	35

Sportjugend Sankt Augustin

Die Sportjugend Sankt Augustin ist die Jugendorganisation im StadtSportVerband Sankt Augustin. Sie ist der Zusammenschluss der Jugendabteilungen der Mitgliedsvereine und vertritt als Dachverband die Interessen von nahezu 5.000 Kindern und Jugendlichen.
Die Sportjugend und ihre Mitglieder sind anerkannte Träger der freien Jugendhilfe gemäß dem Kinder- und Jugendhilfegesetz.

Die Rahmenbedingungen für eine sachgerechte Aufgabenerfüllung ergeben sich aus der Jugendordnung.

Die Sportjugend nimmt keine sportlichen Belange wie Übungsarbeit und Wettkampfbetrieb wahr. Ihre Aufgaben sind vielmehr übergreifender Natur und dienen der Orientierung und Hilfestellung für die Jugendabteilungen der Sportvereine der Stadt bei der Zielsetzung, junge Menschen in deren Persönlichkeitsentwicklung zu unterstützen.

Der Vorstand der Sportjugend hat aus der Gesamtaufgabenstellung Prioritäten entwickelt und sich Schwerpunkte für seine Arbeit gesetzt, um trotz knapper personeller und materieller Ressourcen seine Ziele erreichen sowie den Mitgliedern und der Öffentlichkeit seine Absichten optimal nahe bringen zu können. Dies setzt voraus, dass dem Vorstand gut ausgebildete und hoch motivierte Mitglieder angehören. Mitwirkende sollten deshalb folgende Profilbeschreibung erfüllen:

- Allgemein Freude, sich um die Belange von Kindern und Jugendlichen zu kümmern
- Erfahrung mit sportlicher Jugendarbeit im Sportverein möglichst mit Jugend- oder Übungsleiter Ausbildung
- Interesse an jugend- und sozialpolitischer Lobbyarbeit
- Ausreichende zeitliche Ressourcen

Erfolgreiche Jugendarbeit findet niemals für sich allein statt. Sie bedarf der netzwerkartigen Zusammenarbeit mit Instanzen der eigenen Organisation, anderen Trägern der Jugendarbeit, politischen Gremien, Einrichtungen der öffentlichen Hand, der Wirtschaft, anderen gesellschaftlichen Organisationen sowie Publikationsorganen.

Wer in der Sportjugend mitarbeiten will, der melde sich bitte bei:

Vorsitzende der Sportjugend: Gabriele Wiskemann - Tel. 022 41/ 9 32 53 16
Mail: sportjugend@ssv-sanktaugustin.de
Internet: www.ssv-sanktaugustin.de

Förderer des Sports in Sankt Augustin:
Raiffeisenbank Sankt Augustin eG
VORWEG GEHEN
VR-Bank Rhein-Sieg eG
rhenag
Stiftungen der Kreissparkasse Köln

Stadtsportverband Sankt Augustin e.V. Paul-Gerhardt-Str. 5 53757 Sankt Augustin Mail: sport@ssv-sanktaugustin.de Internet: www.ssv-sanktaugustin.de	Der Bürgermeister Fachbereich Kultur- und Sport Markt 1, 53757 Sankt Augustin Mail: sportverwaltung@sankt-augustin.de Internet: www.sankt-augustin.de
1. Vorsitzender Dr. Karl Lennartz - Tel. 33 34 87 Mail: karl.lennartz@ssv-sanktaugustin.de	Sportdezernent Marcus Lübken - Tel. 243-225 Mail: marcus.luebken@sankt-augustin.de
Stellv. Vorsitzender Heinz-John Cordes - Tel. 33 13 54 Mail: john.cordes@ssv-sanktaugustin.de	Fachbereichsleiter Kultur und Sport Bert Stroß - Tel. 243-227 Mail: bert.stross@sankt-augustin.de
Schatzmeister Axel Trinks - Tel. 2 91 77 Mail: axel.trinks@ssv-sanktaugustin.de	Sport- und Bäderverwaltung Manfred Lindlar - Tel. 243-222 Mail: manfred.lindlar@sankt-augustin.de
Vorstandsmitglieder Bettina Bähr-Losse - Tel. 33 24 81 Mail: b.baehr-losse@ssv-sanktaugustin.de Andreas Becker - Tel. 33 81 82 Mail: andreas.becker@ssv-sanktaugustin.de Gustl Houtrouw - Tel. 33 88 52 Mail: gustl.houtrouw@ssv-sanktaugustin.de Manfred Huchler - Tel. 20 22 92 Mail: manfred.huchler@ssv-sanktaugustin.de Dr. Kerstin Knopp - Tel. 2 50 39 84 Mail: kerstin.knopp@ssv-sanktaugustin.de Martina Mölders - Tel. 2 34 25 55 Mail:martina-moelders@ssv-sanktaugustin.de Gisbert Schäfer - Tel. 20 49 60 Mail: gisbert.schäfer@ssv-sanktaugustin.de Heinz-Willi Schäfer - Tel. 31 53 32 Mail: h.w.schaefer@ssv-sanktaugustin.de	Sport- und Bäderverwaltung Ursula Steinmetz - Tel. 243-433 Mail: ursula.steinmetz@sankt-augustin.de
Vorsitzende Sportjugend Gabriele Wiskemann - Tel. 9 32 53 16 Mail: sportjugend@ssv-sanktaugustin.de	Impressum / Herausgeber: Stadtsportverband u. Stadt Sankt Augustin Auflage im Okt. 2010 / 5.000 Stück Redaktionelle Beiträge: Heinz-John Cordes, Manfred Lindlar, Gabi Wiskemann, Manfred H. Huchler Gestaltung und Grafik: Heinz-John Cordes, Stefan Pütz © Stadtsportverband Sankt Augustin e.V. Fotos: Horst Müller, Wolfgang Henry - General Anzeiger, Quentin Bröhl, Olaf Pohl - Rhein-Sieg Rundschau, Harald Schröder - Bad Honnef, Stefan Pütz, Paul Schell, Heinz-John Cordes, LSB-NRW - Bildarchiv
Kreissportbund Rhein-Sieg e.V. Geschäftsstelle: Tel. 02241/6 90 60 Sportjugend Rhein-Sieg e.V. Geschäftsstelle: Tel. 02241/5 80 67	Landessportbund NRW e.V. Geschäftsstelle: Tel. 0203/73 81-0 Mail: info@lsb-nrw.de Internet: www.wir-im-sport.de

Integration und Sport

Sportler wie Mesut Özil, Susianna Kentikian oder Aljona Savchenko stehen für die erfolgreiche Integration ausländischer Athleten in den deutschen Sport. Leider sind sie aber immer noch die Ausnahme. Jugendliche mit Zuwanderungshintergrund im Alter von 10-18 Jahren und hierbei insbesondere die Mädchen und junge Frauen bilden heute noch eine Randgruppe im organisierten Sport. So betreiben nur etwa 10-15 % dieser Jugendlichen Sport in einem Verein.

Der organisierte Sport ist aber ein wichtiges Handlungsfeld für die langfristig angelegte Integration. Integrationsprozesse in Sportvereinen bedeuten positive Anstöße für unser soziales Umfeld in unserer Stadt. Dabei fällt gerade im Sport die Integration leichter. Bei gemeinsamem körperlichem Erleben lernt man sich schneller kennen. Merkmale wie Nationalität, Hautfarbe oder Weltanschauung verlieren an Bedeutung. Die Sprache ist kein ausgrenzendes Element mehr.

Der organisierte Sport ist für die soziale Integration deshalb so wichtig, weil hier einheitlich definierte Regeln und soziale Normen gelten und akzeptiert werden. Wichtige persönliche Fähigkeiten und soziale Kompetenzen werden ausgebildet, der Erfolg und die Anerkennung werden durch die sportliche Leistung bestimmt.

Die Sportjugend fördert daher die Integration von Jugendlichen durch die zahlreichen Sportangebote der örtlichen Vereine und die Kooperation mit Schulen, Sportorganisationen und öffentlichen Einrichtungen.

Für die Sportvereine ist es eine Herausforderung sich am offenen Ganztag der Grundschulen (OGS) und am Ganztag der weiterführenden Schulen mit ihren qualifizierten Übungsleitern/innen zu engagieren und mit neuen Angeboten diese Zielgruppe zu erreichen.

Erwachsene, die in ihrer früheren Heimat bereits Jugendliche trainiert haben, werden von uns motiviert, um sich als Übungsleiter in den Sportvereinen zu engagieren. Sie können die sprachliche und kulturelle Hemmschwelle für eine Kontaktaufnahme mit diesen Jugendlichen senken.

Die Integration hört aber nicht mit Ende der Sportstunde auf, sondern wird in anderen Lebensbereichen wie Interessengruppen, Ausflüge, Ferienprogramme und Freizeiten weitergeführt. Wichtig ist uns dabei die Hauptmotivation „Sport zu betreiben“ nicht aus den Augen zu verlieren.

Gabriele Wiskemann
Vorsitzende der Sportjugend Sankt Augustin

Rund um den Seniorensport

„Wo ist Opa?" „Opa ist auf dem Sportplatz", „Und Oma?" „Oma übt gerade mit ihrer Gymnastikgruppe eine neue Formation für das nächste Turnfest ein". So, und wann sind die beiden dann zu Hause anzutreffen? Nun, das ist gar nicht so einfach zu beantworten.
Am Wochenende sind beide mit der Fahrradgruppe unterwegs. Am Montag ist doch der Wandernachmittag, dienstags und donnerstags ist Nordic-Walking. Aber so gegen Ende der Woche, da müssten beide eigentlich zu sprechen sein.

Ganz klar, so sind sie also unsere „jungen Alten". Immer unterwegs, unwahrscheinlich sportlich. Doch dies ist nur eine Seite der Seniorinnen und Senioren. Im Gegensatz zu den sportlich und gesellschaftlich eingebundenen älteren Mitmenschen, gibt es auch viele alte Menschen, die sind nun wirklich einsam, haben meist nicht einmal lose Kontakte. Und Sport? gar nicht daran zu denken.

Diese Botschaft ist bei diesem Personenkreis bisher noch nicht angekommen. Obwohl Sport in nahezu jedem Lebensalter möglich ist. Es muss ja nicht gleich der Einstieg in Bereiche des Wettkampf- oder Leistungssports sein. Denn Sport -Altersgerecht und mit der richtigen Dosierung aufbereitet- kann auch im Gemeinschaftsraum der Senioren-Residenz genauso viel Freude machen, genauso wirksam sein, wie in einer Sporthalle oder auf einem Sportplatz.

Als Rezept zum Wohlfühlen, zum positiven Denken, zur Selbstbestätigung, zur Ablenkung von Sorgen des Alltags, ist Sport ein Stück besonderer Lebensqualität - auch bis in das hohe Alter hinein.

Die Altersbilder in Deutschland haben sich im Laufe der Jahre stark verändert. Der demographische Wandel ist und bleibt eine große Herausforderung an den Sport. Die Weichen sind gestellt. Die Turn- und Sportvereine sollten -sie tun dies zum Teil bereits- Älteren so lange wie es nur möglich ist, ein attraktives, altersgerechtes Sportangebot unterbreiten.

Kräfte bündeln für die große Sportoffensive der Seniorinnen und Senioren.

Fit mit 100 -vor Jahren vielleicht noch von vielen belächelt- jetzt ein großes ein gesellschaftliches Ziel.

Die Sankt Augustiner Sportvereine bieten vielfältigen Senioren- und Gesundheitssport an. Informationen finden Sie in dieser Broschüre unter den Sportangeboten oder im Internet die laufend aktualisierten Sportangebote unter www.ssv-sanktaugustin.de.

Manfred H. Huchler
Seniorensport - Beauftragter im SSV

Das Deutsche Sportabzeichen

Das Deutsche Sportabzeichen gibt es seit dem 23. März 1913. Den „Grundstein" für das Abzeichen legte Prof. Carl Diem, der bei seinen Reisen in die USA und nach Schweden auf die dort ausgegebenen Auszeichnungen für besondere sportliche Fitness aufmerksam wurde. Vorbilder für das Deutsche Sportabzeichen sind die von Carl Diem mit dem Athletic-Badge (USA) und dem Idrotts-Märki (Schweden) gemachten Erfahrungen mit Auszeichnungen für Sportleistungen. Leider hat Schweden im Jahr 1977 die Ausgabe des Idrotts-Märki mangels Interesse der Bevölkerung einstellen müssen.

Der Reichsausschuss für „Olympische Spiele" beschloss am 21. März 1913, auch in Deutschland eine Auszeichnung für vielseitige Leistungen auf dem Gebiet der Leibeserziehung zu schaffen, welche dann am 07. September 1913 erstmals an 22 Männer ausgehändigt wurde.

Zunächst konnten nur Mitglieder von Verbänden und dann auch nur Männer!, dieses Abzeichen erwerben. Ab 1921 konnte die inzwischen in Deutsches Turn- und Sportabzeichen umbenannte Auszeichnung von allen (Männern und Frauen) erworben werden. Auch war eine Mitgliedschaft in einem Turn- oder Sportverein nicht mehr zwingend vorgeschrieben. Im Jahr 1934 wurde dann wieder das Deutsche Sportabzeichen verliehen, jedoch schon 1937 gab es erneut einen neuen Namen. Jetzt hieß es die Deutsche Reichsauszeichnung für Leibesübungen. Diese Bezeichnung galt dann bis zum Mai 1945.

Nach kurzer Vakanz gab es in einzelnen Landesteilen jeweils eigene Sportabzeichen. So in Nordrhein-Westfalen oder auch in Bayern. Ein Relikt aus jener Zeit ist das auch heute noch gern erworbene Bayerische Sport-Leistungs-Abzeichen.

In Sankt Augustin wurden 2009 insgesamt 998 Sportabzeichen abgelegt. Davon entfallen auf die Schulen 597 und auf die Vereine 401 verliehene Sportabzeichen.

Sportabzeichen 2009	Einwohner/ Schüler	Sport-Abzeichen	% Anteil Einwohner/Schüler
Stadt Sankt Augustin	55.701	998	1,79%
EGS Hangelar	116	55	47,41%
GGS Menden	271	109	40,22%
KGS Hangelar	128	44	34,38%
KGS Buisdorf	87	17	19,54%
Gutenbergschule	207	33	15,94%
GHS Niederpleis	271	43	15,87%
Realschule Menden	558	56	10,04%
Rhein-Sieg-Gymnasium	1052	158	15,02%
Albert-Einstein-Gymnasium	850	82	9,65%

Manfred H. Huchler
Sportabzeichen Stützpunktleiter Sankt Augustin

Sportangebote

Adipositas
praeventura e.V.
- Dietmar Schröder Tel. 33 42 00

VfL Sankt Augustin 1902 e.V.
„Schwer mobil“ für Kinder von 4-10 J.
- Doris Schelbert Tel. 1 65 44 86

Aerobic
ASV Sankt Augustin 1956 e.V.
- Martin Bramekamp Tel 0228/92987014

TuS Buisdorf 1900 e.V.
- Mechthild Mylius Tel. 6 09 30

TuS Meindorf 1966 e.V.
- Irene Karp Tel. 31 30 10

VfL Sankt Augustin 1902 e.V.
- Gabriele Wiskemann Tel. 93 25 31 6

Ambulante Herzsportgruppe
ASV Sankt Augustin 1956 e.V.
- Jürgen Banse Tel. 33 19 40

praeventura e.V.
- Dietmar Schröder Tel. 33 42 00

Angelsport
Angelsportverein Menden 1973 e.V.
- Peter-Josef Theisen Tel. 31 31 99

Aqua-Fitness
ASV Sankt Augustin 1956 e. V.
- Michaela Krüger Tel. 1 65 48 17

Aqua-Jogging
Langlaufgemeinschaft St. Augustin e.V.
- Birgit Lennartz-Lohrengel Tel. 022 46/ 91 16 47

Badminton
Praeventura e.V.
Wettkampf- u. Hobbymannschaft
- Oliver Kraheck Tel. 0160/1 67 18 57

TuS 1901 Niederpleis e.V.
Wettkampf- u. Hobbymannschaft
- Udo Rohrbach Tel. 33 74 04

Basketball
ASV Sankt Augustin 1956 e.V.
- Robert Fritsch Tel. 022 46/9 15 93 01

TuS Meindorf 1966 e.V.
- Irene Karp Tel. 31 30 10

VfL Sankt Augustin 1902 e.V.
- Klaus Bauer Tel. 01 71 / 32 62 18 1

Behindertensport
SSG Sankt Augustin e.V.
Schwimmen
- Nora Scherb-Giesler Tel. 0228/431882

Betriebssport - Gemeinschaften (BSG)
Sportangebote auf Anfrage

BSG Fraunhofer-Gesellschaft Sankt Augustin
- Hubert Große-Onnebrink Tel. 14 31 20

BSG Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung DGUV 1979 e. V.
- Dietmar Breuer Tel. 2 31-25 33

BSG Konrad-Adenauer-Stiftung
- Manfred Agethen Tel. 2 46-0

BSG SG Tennis 1. GSG Bonn e.V.
- Friedrich Schicker Tel. 33 24 00

BSG SpVgg Niederpleis 04 e.V.
- Christian Schmidt Tel. 33 72 32

BSG Tischtennisgemeinschaft im Logistikamt der Bundeswehr
- Thomas Müller e-Mail: vorsitzender@ttg-logabw.de

Biker / Motorradsport
Biker in der Bundespolizei (BIB)
- Ingulf Kersten Tel. 2 38-22 23

Billard
1. Pool-Billard-Club (PBC) e.V.
- Frank Krawinkel Tel. 01 73-2 30 56 62
- Joachim Stritter Tel. 0177/7 51 18 92
- Billard Center - Selker Tel. 20 39 99

BOP / Callanetics / Problemzonengymnastik
ASV Sankt Augustin 1956 e.V.
Problemzonengymnastik
- Angela Kau Tel. 1 65 7914

SSG Sankt Augustin e.V.
Problemzonengymnastik
- Angela Kau Tel. 1 65 7914

Sportangebote

BOP / Callanetics / Problemzonengymnastik

TV Hangelar 1962 e.V.
BOP, Ganzkörpertraining
Problemzonengymnastik
- Thorsten Peters Tel.: 0228/9 08 56 12

TuS Meindorf 1966 e.V.
- Irene Karp Tel. 31 30 10

TuS 1901 Niederpleis e.V.
BOP, Problemzonengymnastik f. Frauen
- Claudia Schmidt Tel. 33 34 93

Step-BOP
- Claudia Schmidt Tel. 33 34 93

Dance Development

SSG Sankt Augustin e.V.
ab 8 Jahre
- Aline Berchem Tel. 0171/34 77 158

Diabetessportgruppe

ASV Sankt Augustin 1956 e.V.
- Jürgen Banse Tel. 33 19 40

Disco Dance

SSG Sankt Augustin e.V.
ab 15 Jahre
- Alexander Findeisen Tel. 0171/34 77 158

TuS Meindorf 1966 e.V.
Dance U17
- Irene Karp Tel. 31 30 10

Fechten

VfL Sankt Augustin 1902 e.V.
- Margret Hellwig Tel. 33 56 81
- Doris Schelbert Tel. 1 65 44 86

Fitness / Workout für Jugendliche

TV Hangelar 1962 e.V.
Body & Dance für Mädchen ab 13 Jahre
- Thorsten Peters Tel. 0228/9 08 56 12

Frauen- und Mädchenfußball

FC Sankt Augustin 1978 e. V.
- Günter Sandhövel 34 19 60

SV Menden 1912 e.V
- Claudia Kohlen Tel. 92 14 17

Fußball

ASV Sankt Augustin 1956 e.V.
- Lars Brust Tel. 2 57 90 75
- Ernst Klänhammer Tel. 20 38 13
Jugend
- Hans-Werner Jenke Tel. 33 60 54

FC Adler 1911 Meindorf e.V.
- Uwe Herberg 31 18 70
- Rouven Stroß Tel. 2 50 27 69
Jugend
- Michael Bluhm Tel. 20 67 60

FC Kosova e.V.
- Avni Delijaj Tel. 91 61 55 o.0179-7015000

FC Sankt Augustin 1978 e.V.
Juniorinnen, Junioren, Frauen u. Senioren
- Günter Sandhövel Tel. 34 19 60
AH/Ü32
- Karsten Schierloh Tel. 33 76 02
- Hans-Werner Meisel Tel. 33 05 06

SV 1948 Birlinghoven e.V.
- Peter Nüchel Tel. 33 33 88
Senioren
- Alexander Lütz
Jugend
- Lars Gartzke Tel. 33 22 87
AH/Ü32
- Siegfried Günter Tel. 33 14 53

Sportangebote

Fußball

SV Menden 1912 e.V.
- Matthias Hofenbitzer Tel. 31 28 75
- Jörg Lindlar Tel. 31 68 65

Mädchen u. Frauen
- Claudia Kohlen Tel. 92 14 17

Junioren
- Matthias Hofenbitzer Tel. 31 28 75
- Jörg Lindlar Tel. 31 68 65

TuS Buisdorf 1900 e.V.

Senioren
- H. Ludwig Weyden Tel. 6 46 82

Junioren
- H. Georg Schopp Tel. 6 37 91

AH/Ü32
- W. Scholemann Tel. 5 69 11

VfR Hangelar 1912 e.V.

Senioren
- Rolff Wagner Tel. 29 965 o. 0228/6191532

Junioren
- Arno Schwarz Tel. 90 54 415 o. 0170/5301843
- Martin Huber Tel. 34 38 23

AH/Ü32/Ü40/Ü50
- Dieter Berndt Tel. 5 03 97

1.Bolzplatz-Verein-Sankt Augustin e.V.
- Hans-Jürgen Kandzia Tel. 0176/85 55 15 92

Gesundheitssport

ASV Sankt Augustin 1956 e.V.

Sport u. Bewegung für Diabetiker

Frauen nach Krebs

Herzsport für Erwachsene u. Kinder
- Jürgen Banse Tel. 33 19 40

Qi Gong
- Stephanie Heckmann Tel. 0221/ 30 0818 48

Langlaufgemeinschaft St. Augustin e.V.

Wassergymnastik
- Birgit Lennartz-Lohrengel Tel. 022 46/ 91 16 47

praeventura e.V.

Ambulanter Herzsport, Seniorensport, KGR- Kombiniertes Gezieltes Rückentraining

Adipositas, Qi Gong
- Dietmar Schröder Tel. 33 42 00

Reit- u. Therapieverein Niederberg e.V.

Gymnastik - Rückentraining auf dem Pferd
- Stefanie Korte Tel. 0173/2 67 79 98

SSG Sankt Augustin e.V.

Sport gegen Bluthochdruck
- Dr. Eberhard Müller Tel. 20 36 63

Beckenbodengymnastik
- Angelika Gerlach Tel. 0176/80 24 95 03

Tanzsportkreis TSK Sankt Augustin e.V.

Parkinsontanzgruppe
- Katharina Winters-Ohle 02242/91 54 494

TuS Meindorf 1966 e.V.

Fit und Gesund
- Irene Karp Tel. 31 30 10

TuS 1901 Niederpleis e.V.

Präventationsport für Frauen/Männer
- Reinhold Sander Tel. 33 23 35

TV Hangelar 1962 e.V.

Nordic Walking als präventives Herz-Kreislauftraining

Wirbelsäulengymnastik, Rückentraining als präventives Funktionstraining für das Muskel- & Skelettsystem
- Thorsten Peters Tel. 0228/9 08 56 12

TV Menden 1907 e.V.

Rückentraining für Männer
- Margarete Muhr Tel. 31 37 98

Sportangebote

Gesundheitssport

VfL Sankt Augustin 1902 e.V.
„Schwer mobil“ für Kinder von 4-10 Jahre
- Doris Schelbert Tel. 1 65 44 86
Wirbelsäulengymnastik
Wirbelsäulengymnastik
Rückenschule / Aufbaukurse
Herz - Kreislauftraining „Rundum fit“
- Helmut Rimpp Tel. 33 74 55

Golf

Internationaler Golfclub Bonn e.V.
Gut Großenbusch
- Renate Siemens-Fischer Tel. 33 25 12

Gymnastik / Turnen (siehe Seiten 19-20)

Handball

HSG Niederpleis / Sankt Augustin
HSG-Leiter
- Stefan Heesen Tel. 02242/83 956
Männerwart
- Peter Arenz Tel. 342977
Frauenwartin
- Claudia Arenz Tel. 342977
Jugendwart
- Michael Immel Tel. 20 36 73
- Andrea Rüdebusch Tel. 2 85 26

TV Hangelar 1962 e.V.
Herren
- Rainer von Büren Tel. 33 64 69

Hip Hop

SSG Sankt Augustin e.V.
- Alexander Findeisen Tel. 0171/34 77 158

Tanzsportkreis TSK Sankt Augustin e.V.
- Dr. Thomas Kokott 2 97 24

Hockey

SSG Sankt Augustin e.V.
- Achim Struth Tel. 33 28 19

Indoor Cycling

Bike & Ski Sankt Augustin e.V.
- Manfred Orthmann Tel. 33 73 77

Inline Skater

öffentliche Skateranlage (siehe Sportstätten Seite 31)
- zur Zeit liegt kein Vereinsangebot vor

Jazz Dance

ASV Sankt Augustin 1956 e.V.
- Martin Bramekamp Tel 0228/92987014

SSG Sankt Augustin e.V.
- Roswitha Feith Tel. 2 16 79

TuS Buisdorf 1900 e.V.
- Mechthild Mylius Tel. 6 09 30

TuS Meindorf 1966 e.V.
Dance U17
- Irene Karp Tel. 31 30 10

Judo

ASV Sankt Augustin1956 e.V.
- Hans Walter Hanke Tel. 2 94 70 o. dienstlich Tel. 15-27 97

Sankt Augustiner Judokas im Beueler Judoclub e.V.
- Geschäftsstelle: Tel. 0228/46 24 30 o. 0172/2 00 15 15

Jui Jitsu / Ju-Jutsu

Sankt Augustiner Judokas im Beueler Judoclub e.V.
- Thomas Klenovsky Tel. 92 24 53

Budo-Club Sankt Augustin e.V.
- Wolfgang Behrend Tel. 8 44 58 66

Sportgemeinschaft Musashi e.V.
- Wolfgang Kamps Tel. 0151/23 06 57 16

Karate

Shotokan Karate Dojo Yujo e.V.
- Daniel Börner Tel. 33 69 56 o. 0176/20 12 02 34

Kickboxen

Budokan Black Eagle e.V.
- Christian Brümmer Tel. 02645/97 27 83

Sportangebote

Kleinkinder / Vorschulalter

Adipositas

VfL Sankt Augustin 1902 e.V.
„Schwer mobil“ für Kinder von 4-10 Jahre
- Doris Schelbert Tel. 1 65 44 86

Schwimmen

ASV Sankt Augustin 1956 e. V.
Säuglingsschwimmen 8 Wo.-10 Monate
Babyschwimmen 11-24 Monate
Kleinkinderschwimmen 25-36 Monate
Eltern-Kind-Schwimmen
- Frank Hagen Tel. 84 45 914

Tanzen

ASV Sankt Augustin 1956 e. V.
Kreativer Kindertanz ab 4 Jahre
- Inga Woinkoff 2014046

SSG Sankt Augustin e.V.
Kindertanz 4-8 Jahre
- Aline Berchem Tel. 0171/34 77 158

Tanzcenter Rose
Irish Dancing, Softshoe Minis ab 3 Jahren
Tanzen für Kinder ab 2-3, 4-5, 6-7, 8 Jahre
- Gabi Rose Tel. 33 44 44

Tanzsportkreis TSK Sankt Augustin e.V.
Kindertanz
- Katharina Winters-Ohle 02242/91 54 494

Turnen

ASV Sankt Augustin 1956 e. V.
Eltern-Kind-Turnen ab 18 Monate
Vorschulturnen 4-6 Jahre
- Martin Bramekamp Tel 0228/92987014

SSG Sankt Augustin e.V.
Eltern-Kind-Turnen
- Angelika Gerlach Tel. 0176/80249503

Turnverein Hangelar 1962 e.V.
Krabbelturnen bis 18 Monate
Eltern & Kind-Turnen 1,5 - 4 Jahre
Kleinkinderturnen 4-6 Jahre
- Thorsten Peters Tel. 0228/9 08 56 12

TV Menden 1907 e.V.
Eltern u. Kind-Turnen
- Margarete Muhr Tel. 31 37 98

TuS Meindorf 1966 e.V.
Eltern u. Kind-Turnen ab 2 Jahre
- Irene Karp Tel. 31 30 10

TuS 1901 Niederpleis e.V.
Eltern-Kind-Turnen ab 1,5 - 3 Jahre
- Ulrike Klihm Tel. 2 54 03 30
Kleinkind-Turnen 3 - 6 Jahre
- Klara Böhm-Honnen Tel. 33 34 93

VfL Sankt Augustin 1902 e.V.
Eltern / Kleinkind-Turnen ab 1 1/2 Jahre
Spiel, Sport, Spaß-Kinder 3-6 und Kinder von 6-10 Jahre
- Gabriele Wiskemann Tel. 93 25 31 6

Klettern (Hochseilgarten)

CS Naturkonzepte GbR - Waldklettergarten St. Augustin
- Christoph Conzen Tel. 02425/90 92 97

Kung Fu / Kung Fu Dju Su

Budo-Club Sankt Augustin e.V.
- Wolfgang Behrend Tel. 8 44 58 66

Budokan Black Eagle e.V.
- Sebastian Herrmann Tel. 23 97 39
- Christian Grüneberg Tel. 02645/970675

Laufen (Mittel- und Langstrecke)

Langlaufgemeinschaft St. Augustin e.V.
- Birgit Lennartz-Lohrengel Tel. 02246/ 91 16 47

Lauftreff

TuS Meindorf 1966 e.V.
- Irene Karp Tel. 31 30 10

TV Hangelar 1962 e.V.
- Thorsten Peters Tel.: 0228/9 08 56 12

Sportangebote

Leichtathletik und Kraftsport

ASV Sankt Augustin 1956 e.V.
- Iris Jaschky-Sterzenbach Tel. 40 48 66

Turnverein Hangelar 1962 e.V.
- Dorothea Krombholz Tel.: 33 59 37

Turnverein Menden 1907 e.V.
- Freddy Marx Tel. 31 32 82

Luftsport – Segelflug /Motorsegler / Motorflug

aeroclub-bonn-hangelar e.V.
Segelflug, Motorsegelflug
- Willi Baum Tel. 2 13 05 o. 0228/480300

Albatros Air e.V.
Segelflug, Motor- und Ultraleichtflug
- Ulla Grote Tel. 92 37 40

BwSGH-Sportfliegergemeinschaft Hangelar
Motorflug - offen für ALLE
- Olaf W. Ruske Tel. 33 34 32

Fliegergemeinschaft Hangelar e.V.
Interessengemeinschaft der Hangelarer Flieger-Vereine
- Tobias Brenner 0228/76 62 86 4

Kölner Klub für Luftsport e.V.
Fliegen lernen oder Maschinen chartern
- Thomas Heller Tel. 2 12 33
- Josephine Buro Tel. 24 95 37

Luftsportgemeinschaft Flying Seniors e.V.
Vereinigung passionierter Flugzeughalter
- Reiner Schneider Tel. 02174/4 08 01

Luftsportgemeinschaft Siebengebirge
Segelflug, Motorsegelflug u. Ultraleichtflug
- Alexander Rübelmann Tel. 02683/ 939082

Luftsportverein Bonn Rhein-Sieg e.V.
Segelflug, Motorsegler und Motorflugzeug
- Lothar Franz Tel. 33 79 11

Mountainbiking

Bike & Ski Sankt Augustin e.V.
- Manfred Orthmann Tel. 33 73 77

Nordic Walking

ASV Sankt Augustin 1956 e.V.
- Iris Jaschky-Sterzenbach Tel. 40 48 66
- Dr. Günter Lorenz Tel. 33 26 87

Langlaufgemeinschaft St. Augustin e.V.
- Birgit Lennartz-Lohrengel Tel. 02246/ 91 16 47

praeventura e.V.
- Dietmar Schröder Tel. 33 42 00

SV 1948 Birlinghoven e.V.
- Annemarie Agethen Tel. 33 34 43

TuS Buisdorf 1900 e.V.
- Mechthild Mylius Tel. 6 09 30

TuS Meindorf 1966 e.V.
- Irene Karp Tel. 31 30 10

TV Hangelar 1962 e.V.
- Thorsten Peters Tel. 0228/9 08 56 12

TV Menden 1907 e.V.
- Margarete Muhr, Tel. 31 37 98

VfL Sankt Augustin 1902 e.V.
- Sabina Epple Tel. 34 24 61

Prellball

ASV Sankt Augustin 1956 e.V.
- Gisbert Schäfer Tel. 20 49 60

Radsport

1. RTW Sankt Augustin 1981 e.V.
- Helmut Frölich Tel. 31 28 08

Bike & Ski Sankt Augustin e.V.
- Manfred Orthmann Tel. 33 73 77

TuS Buisdorf 1900 e.V.
- Willi Schopp Tel. 6 37 91

TuS 1901 Niederpleis e.V.
- Klaus Werren Tel. 33 07 01

Sportangebote

Reiten

Reitsportverein Großenbusch e.V.
- Brigitte Neukirchner Tel. 0228/23 59 71

Reit- u. Therapieverein Niederberg e.V.
- Stefanie Korte Tel. 0173/2 67 79 98

Schach

Schachverein Turm Sankt Augustin e.V.
- Peter Kelkel Tel. 33 72 01

Schwimmen

ASV Sankt Augustin 1956 e. V.
Schwimmen lernen
Säuglingsschwimmen 8 Wo.-10 Monate
Babyschwimmen 11-24 Monate
Kleinkinderschwimmen 25-36 Monate
Eltern-Kind-Schwimmen
- Frank Hagen Tel. 84 45 914

DLRG Ortsgruppe Sankt Augustin e.V.
- Klaus Schönowski Tel. 20 64 29
- Volker Schell Tel. 3 01 68 54
- Harald Strauß Tel. 1 48 44 4

Segeln / Wassersport

Segelclub Rhein Sieg e.V.
- Johannes J. Firsbach Tel. 84 45 345

Selbstverteidigung für Erwachsene

TuS Meindorf 1966 e.V.
- Irene Karp Tel. 31 30 10

Seniorensport / Sport für Ältere

ASV Sankt Augustin 1956 e.V.
- Jürgen Banse Tel. 33 19 40

praeventura e.V.
- Dietmar Schröder Tel. 33 42 00

Segel-Club Rhein-Sieg e.V.
- Johannes J. Firsbach Tel. 33 30 82

SSG Sankt Augustin e.V.
Seniorensport
- Angelika Gerlach Tel. 0176/80 24 95 03
Fit ab 50 - Turnen/ Gymnastik/ Rückenschule
- Christa Reimann Tel. 92 69 20
Problemzonengymnastik
- Angela Kau Tel. 16 57 914

Tanzsportkreis TSK Sankt Augustin e.V.
- Dr. Thomas Kokott Tel. 2 97 24

TV Hangelar 1962 e.V.
- Thorsten Peters Tel. 0228/9 08 56 12

TV Menden 1907 e.V.
- Margarete Muhr Tel. 31 37 98

TuS Meindorf 1966 e.V.
- Irene Karp Tel. 31 30 10

TuS 1901 Niederpleis e.V.
- Klara Böhm-Honnen Tel. 33 34 93

VfL Sankt Augustin 1902 e.V.
Frauengymnastik 50 plus
- Gabriele Wiskemann Tel. 93 25 31 6

Skigymnastik/Skilauf

Bike & Ski Sankt Augustin e.V.
- Heinz Sprenger Tel. 34 19 19

SSG Sankt Augustin e.V.
- Ellen Zöllner Tel. 2 71 24

Sportabzeichen-DOSB

Stützpunktleiter Sankt Augustin
- Manfred H. Huchler Tel. 20 22 92

ASV Sankt Augustin 1956 e.V.
- Bernd Forster Tel. 23 25 27

TV Hangelar 1962 e.V.
- Dorothea Krombholz Tel. 33 59 37

TuS 1901 Niederpleis e.V.
- Klara Böhm-Honnen Tel. 33 34 93

Sankt Sebastianus-Schützenbruderschaft Menden 1642 e.V.
- Karl Josef Görtz Tel. 31 15 79

Sportangebote

Sportfischen

Angelsportverein Menden 1973 e. V.
- Peter Theisen Tel. 31 31 99

Sportschützen / Schützenvereine

SBS St. Antonius Niederpleis e.V.
- Andreas Harmke Tel. 2 50 47 19

SBS St. Georg Buisdorf e.V.
- Heinz Urmersbach Tel. 6 29 17

SBS St. Sebastianus Hangelar e.V.
- Martin Möller Tel. 20 26 64

SBS St. Sebastianus Menden e.V.
- Karl Josef Görtz
Tel. 311579

SBS St. Maria Königin Sankt Augustin-Ort
- Franz-Georg Schmitz Tel. 2 98 06

Sportstudio

Sportpark am Kreuzeck
- Informationen unter Tel. 33 42 00

Club Heide Rosendahl
- Informationen unter Tel. 31 90 60

Step Aerobic

TV Hangelar 1962 e.V.
- Thorsten Peters Tel. 0228/9 08 56 12

Squash

praeventura e.V.
- Bernd Wettlaufer Tel. 0172/2 12 39 66

Taekwondo

SSG Sankt Augustin e.V.
- Amir Sultani Tel. 2 08 63 49 o. 0176/63 11 52 40
- Gustl Houtrouw Tel. 33 88 52

Taiji & Qi Gong

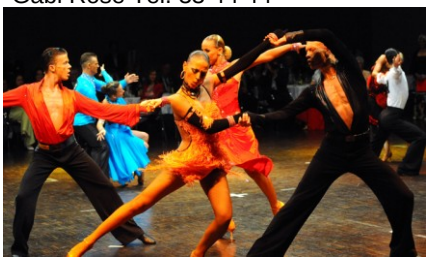
ASV Sankt Augustin 1956 e.V.
- Stephanie Heckmann Tel. 0221/ 30 08 18 48

Tanzsport

ASV Sankt Augustin 1956 e.V.
Kreativer Kindertanz
- Inga Woinkoff 2014046

SSG Sankt Augustin e.V.
Kindertanz 4-8 Jahre
Dance Development ab 8 Jahre
Videoclip Dancing ab 8 Jahre
- Aline Berchem Tel. 0171/34 77 158
Disco Dance ab 15 Jahre
Hip Hop ab 10 Jahre
- Alexander Findeisen Tel. 0171/34 77 158
Orientalischer Tanz
- Marie-Antoniella Cabrall-Braff Tel. 0228/46 38 84
Gesellschaftstanz
- Birgit Neeb Tel. 2 11 72

Tanzcenter Rose
Irish Dancing, Softshoe Minis ab 3 Jahren
Tanzen für Kinder ab 2-3, 4-5, 6-7, 8 Jahre
- Gabi Rose Tel. 33 44 44



Tanzsportkreis TSK Sankt Augustin e.V.
Gesellschafts- u. Turniertanz, Flamenco, HipHop, VideoClipDancing
- Dr. Thomas Kokott Tel. 2 97 24
Kindertanz u. Parkinsontanzgruppe
- Katharina Winters-Ohle 02242/91 54 494
Steppen
- Susanne Königstein Tel. 02273/17 59

TuS Meindorf 1966 e.V.
Moderner Kindertanz
- Irene Karp Tel. 31 30 10

Tauchsport

Tauchsportgemeinschaft Sankt Augustin
- Axel von Versen Tel. 33 05 23
- Dieter Schlauf Tel. 0228/3 50 94 33

Sportangebote

Tennis

Tennisclub Blau-Weiß Menden 1948 e.V.
- Peter Miebach Tel. 31 53 71

Tennisclub Rot-Weiß Hangelar e.V.
- Elmar Engel Tel. 2 93 47

1. Tennisclub Sankt Augustin e.V.
- Thomas Hochstetter Tel. 2 50 46 75

VfL Sankt Augustin 1902 e.V.
- Franz-Josef Kiel Tel. 33 86 43

Tischtennis

ASV Sankt Augustin 1956 e.V.
- Dirk Adamy Tel. 2 93 18
- Hans Klotz Tel. 20 58 73

TTG Sankt Augustin 1973 e.V.
- Erwin Franz Tel. 31 55 83

TuS Meindorf 1966 e.V.
- Irene Karp Tel. 31 30 10

TuS 1901 Niederpleis e.V.
- Dieter Schlemmer Tel. 5 17 01

Jugend:
- Joachim Cortmann Tel. 02244/77 82

VfL Sankt Augustin 1902 e.V.
- Jürgen Zschockelt Tel. 23 59 971

Turnen / Gymnastik / Rückentraining

ASV Sankt Augustin 1956 e.V.
Gymnastik für Frauen
Rücken-Fitness-Kurs
Body Workout
Fit & Fun
Beckenboden-Gymnastik
Eltern-Kind-Turnen
- Martin Bramekamp Tel. 0228/9298 7014

Reit- und Therapieverein Niederberg e.V.
Gymnastik - Rückentraining auf dem Pferd
- Stefanie Korte Tel. 0173/2 67 79 98

SSG Sankt Augustin e.V.
Eltern-Kind-Turnen
Seniorensport
- Angelika Gerlach Tel. 0176/80 24 95 03

Fit ab 50 -
Turnen/Gymnastik/Rückenschule
- Christa Reimann Tel.02241 / 92 69 20

SV 1948 Birlinghoven e.V.
Gymnastik für Frauen
- Annemarie Agethen Tel. 33 34 43

TuS Buisdorf 1900 e.V.
Frauen u. Kinder
- Mechthild Mylius Tel. 6 09 30

TV Hangelar 1962 e.V.
Krabbelturnen bis 18 Monate
Eltern & Kind-Turnen 1,5 - 4 Jahre
Kleinkinderturnen 4-6 Jahre
Kinderturnen ab 6 Jahre
Leistungsturnen für Mädchen
Frauenturnen / Gymnastik
Männerturnen / Gymnastik
Seniorenturnen / Gymnastik
- Thorsten Tel.: 0228/9 08 56 12

TV Menden 1907 e.V.
Kinderturnen
Leistungsturnen für Kinder
Eltern Kind Turnen
- Margarete Muhr Tel. 31 37 98

TV Menden 1907 e.V.
Gymnastik für Frauen
Fitnessgymnastik für Frauen
Rückentraining für Männer
- Margarete Muhr Tel. 31 37 98

TuS Meindorf 1966 e.V.
Kinder/Jugend
Eltern u. Kind
Erlebniswelt Sport 8-11 Jahre
Frauengymnastik
Bewegung u. Entspannung
Fit und Gesund
- Irene Karp Tel. 31 30 10

Sportangebote

Turnen / Gymnastik / Rückentraining

TuS 1901 Niederpleis e.V.
Kinder-Jugend
- Klara Böhm-Honnen Tel. 33 34 93
Eltern-Kind-Turnen
- Ulrike Klihm Tel. 2 54 03 30
Gymnastik - Turnen für Frauen / Männer
- Klara Böhm-Honnen Tel. 33 34 93
Gesundheitssportkurse für Frauen/Männer
- Reinhold Sander Tel. 33 23 35

VfL Sankt Augustin 1902 e.V.
Frauengymnastik 50 plus
Frauengymnastik Fit und Fun
Bodystyling
Frauengymnastik Fitness Mix
Fitnessgymnastik für Frauen
Mädchenturnen 6-9 und ab 10 Jahren
Mädchenturnen (Leistungsgruppe)
Fitness für Männer
Turnen, Erwachsene und Kind
Spiel, Sport u. Spaß für Jungen/Mädchen 3-6 und 6-10 Jahren
- Gabriele Wiskemann Tel. 93 25 31 6

Videoclip Dancing

SSG Sankt Augustin e.V.
- Alexander Findeisen Tel. 0171/34 77 158

Tanzsportkreis TSK Sankt Augustin e.V.
- Dr. Thomas Kokott Tel. 2 97 24

Volleyball

ASV Sankt Augustin 1956 e.V.
- Hans Hamacher Tel. 2 73 29

TV Hangelar 1962 e.V.
Weibliche Jugend, Damen, Mixed
- Kai Buchwald Tel. 1 48 27 01

TV Menden 1907 e.V.
VC Menden/Much (Spielgemeinschaft)
- Beatrix Rutkowski Tel. 20 44 28

TuS Buisdorf 1900 e.V.
männliche und weibliche Jugend, Damen, Herren, Mixed, Volleyball "just for fun"
- Rainer Hammermann Tel. 5 64 81

TuS Meindorf 1966 e.V.
- Irene Karp Tel. 31 30 10

TuS 1901 Niederpleis e.V.
- Jörg Mittenzwei Tel. 38 14 26

Walking

ASV Sankt Augustin 1956 e.V.
- Iris Jaschky-Sterzenbach Tel. 40 48 66

praeventura e.V.
- Dietmar Schröder Tel. 33 42 00

TV Hangelar 1962 e.V.
- Ilse Zürrer Tel. 2 85 33

TV Menden 1907 e.V.
- Margarete Muhr Tel. 31 37 98

Wandern

TV Hangelar 1962 e.V.
- Franz Prochno Tel. 39 69 93

Wassergymnastik

Langlaufgemeinschaft St. Augustin e.V.
- Birgit Lennartz-Lohrengel Tel. 022 46/ 91 16 47

Sportangebote

Waveboard

ASV Sankt Augustin 1956 e.V.
- Martin Bramekamp Tel. 0228/9298 7014

WingTsun

praeventura e.V.
WingTsun Kinder/Erwachsene
- Dietmar Schröder Tel. 33 42 00
- Günter Ippendorf Tel. 0 2242/72 22

Wirbelsäulengymnastik

ASV Sankt Augustin 1956 e.V.
Wirbelsäulengymnastik u. Rückenfitness
- Angelika Gerlach 0176 -80249503
- Angela Kau 1657914

praeventura e.V.
KGR- Kombiniertes Gezieltes Rückentraining
- Dietmar Schröder Tel. 33 42 00

SSG Sankt Augustin e.V.
Wirbelsäulengymnastik-Rückenschule
- Angelika Gerlach Tel. 0176/8024 95 03

Reit- und Therapieverein Niederberg
Gymnastik - Rückentraining auf dem Pferd
- Stefanie Korte Tel. 0173/2 67 79 98

SV 1948 Birlinghoven e.V.
Wirbelsäulengymnastik Frauen u. Männer
- Inge Gerding Tel. 33 17 01

TV Hangelar 1962 e.V.
Präventives Funktionstraining für das Muskel- & Skelettsystem
- Helga Kohn Tel.: 2 91 98

TV Menden 1907 e.V.
Wirbelsäulengymnastik für Frauen u. Männer
- Margarete Muhr Tel. 31 37 98

TuS Meindorf 1966 e.V.
- Irene Karp Tel. 31 30 10

TuS 1901 Niederpleis e.V.
Wirbelsäulengymnastik - Frauen
- Klara Böhm-Honnen Tel. 33 34 93

VfL Sankt Augustin 1902 e.V.
Wirbelsäulengymnastik, Rückenschule Aufbaukurs
- Helmut Rimpp, Tel. 33 74 55

Yoga

ASV Sankt Augustin 1956 e.V.
- Dr. Günter Lorenz Tel. 33 26 87

SSG Sankt Augustin e.V.
- Lutz Reichardt Tel. 0228/25 18 83

Sportverein	Ansprechpartner
1. Bolzplatz-Verein Sankt Augustin 06 e.V.	Hans-Jürgen Kandzia Mendener Str. 54 a 53757 Sankt Augustin 02241/1688581 o. 0176/85551592 hans-juergen.kandzia@web.de www.bolzplatz-augustin.de
1. Pool Billard-Club (PBC) Sankt Augustin e.V.	Frank Krawinkel Kronprinzenstr. 30 53332 Bornheim 0173/2305662 info@pbc-sanktaugustin.de www.pbc-sanktaugustin.de
1. RTW Sankt Augustin-Menden 1981 e.V.	Holger Dreesbach Freie Buschstraße 22 a 53757 Sankt Augustin 02241/805991 rtw@kleinfamilie-dreesbach.de www.rtw-menden.de
1. Tennisclub Sankt Augustin e.V.	Thomas Hochstetter Am Park 66 53757 Sankt Augustin 02241-2504675 hochstetter@netcologne.de www.tc-sankt-augustin.de
aeroclub-bonn-hangelar e.V.	Willi Baum Postfach 3220228 53205 Bonn 02241/21305 o. 0228/480300 w.baum@acbh.de www.aeroclubbonnhangelar.de
Albatros Air e.V.	Ulla Grote Richthofenstr. 130 53757 Sankt Augustin 02241/923740 info@albatros-air.de www.albatros-air.de
Angelsportverein Menden 1973 e.V.	Peter-Josef Theisen Siegburgerstr. 109 53757 Sankt Augustin 02241/313199 asv-menden-1973ev@t-online.de www.asv-menden-1973ev.de.vu
ASV Sankt Augustin 1956 e.V.	Dr. Günter Lorenz Lahnstr. 18 53757 Sankt Augustin 02241/332687 1.vorsitzender@asv-sankt-augustin.de www.asv-sankt-augustin.de

Sportverein	Ansprechpartner
Augustiner Judokas im Beueler Judo-Club e.V.	Rainer Wolff Frankenweg 26a 53225 Bonn 0228/462430 o. 0172/2001515 info@beueler-judo-club.de www.beueler-judo-club.de
Biker in der Bundespolizei (BIB)	Ingulf Kersten Bundesgrenzschutzstr. 100 53757 Sankt Augustin 02241/238-2223 BikerimBGS@aol.com www.biker-im-bgs.de
Bike & Ski Sankt Augustin e.V.	Manfred Orthmann Rautenstrauchstr. 40 53757 Sankt Augustin 02241/337377 info@bikeundski.de www.bikeundski.de
BSG- Fraunhofer-Gesellschaft Sankt Augustin e. V. 71	Hubert Große-Onnebrink Postfach 13 16 53757 Sankt Augustin 02241/14-3120 grosse-onnebrink@sit.fraunhofer.de bsg.izb.fraunhofer.de
BSG- Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung DGUV 1979 e. V.	Dietmar Breuer Alte Heerstraße 111 53754 Sankt Augustin 02241/231-2533 dietmar.breuer@hvbg.de
BSG- Konrad-Adenauer-Stiftung	Manfred Agethen Postfach 14 20 53757 Sankt Augustin 02241/246-0 Manfred.Agethen@gmx.de
BSG- SG Tennis 1. GSG Bonn e.V.	Friedrich Schicker Pappelweg 54 53757 Sankt Augustin 02241/332400 o. 0178/2718524
BSG- SpVgg Niederpleis 04 e.V.	Christian Schmidt Eibenweg 47 53757 Sankt Augustin 02241/337232 haribo49@gmx.net www.spvgg-niederpleis.de
BSG- Tischtennisgemeinschaft im Logistikamt der Bundeswehr e.V.	Alte Heerstraße 81 53757 Sankt Augustin vorsitzender@ttg-logabw.de www.ttg-logabw.de

Sportverein	Ansprechpartner
BSG- Tischtennisgemeinschaft im Logistikamt der Bundeswehr e.V.	Thomas Müller Alte Heerstraße 81 53757 Sankt Augustin vorsitzender@ttg-logabw.de www.ttg-logabw.de
Budo-Club Sankt Augustin e.V.	Wolfgang Behrend Wacholderweg 6 53757 Sankt Augustin 02241/8445866 wolfgang.behrend@polizei.bund.de
Budokan Black Eagle e.V.	Sebastian Herrmann Thüringer Allee 39 53757 Sankt Augustin Tel.: 02241/239739 sebastian.herrmann@bbeev.de www.budokan-black-eagle.de
BwSGH-Sportfliegergemeinschaft Hangelar e.V.	Olaf W. Ruske Richthofenstraße 120 53757 Sankt Augustin 02241/333432 roruske@tiscalimail.de www.bwsgh.de
Club Heide Rosendahl	Kamal Hmamouchi Marie-Curie Str. 11-17 53757 Sankt Augustin 02241/319060 info@club-heide-rosendahl.de www.club-heide-rosendahl.de
CS Naturkonzepte-Waldklettergarten Sankt Augustin	Christoph Conzen / Cramershof Bonner Str. 2 52385 Nideggen 02425/90 92 97 o. 0174/77 63 793 christoph.conzen@cs-naturkonzepte.de www.waldklettergarten.de
DLRG-Ortsgruppe Sankt Augustin e.V.	Klaus Schönowski Im Spichelsfeld 35 53757 Sankt Augustin 02241/206429 geschaeftsfuehrung@st-augustin.dlrg.de www.st-augustin.dlrg.de
Fachhochschule Bonn-Rhein-Sieg in Sankt Augustin	Vorsitzender Asta Grantham-Allee 20 53757 Sankt Augustin 02241/865-660 vorsitz@asta-h-brs.de www.asta-fh-brs.de

Sportverein	Ansprechpartner
FC "Grizzlys" Sankt Augustin e.V.	Bernhard Simon Hohenzollernstraße 111 53721 Siegburg 02241/60507 bernhard.simon@rhein-sieg-kreis.de
FC Adler 1911 Meindorf e.V.	Rouven Stroß Hofgartenstr. 1 53757 Sankt Augustin 2241/2502769 o. 0170/1865186 stross@fc-adler-meindorf.de www.fc-adler-meindorf.de
FC Kosova e.V.	Avni Delijaj Landgrafenstr. 13 a 53842 Troisdorf 02241/916155 o.0179/7015000 fc@kosova.de www.fc.kosova.de
FC Sankt Augustin 1978 e.V.	Günter Sandhövel Feuerbachstraße 1 53757 Sankt Augustin 02241/341960 o. 0177/4645073 sandhoevel-fca@t-online.de www.fc-sanktaugustin.de
Fliegergemeinschaft Hangelar e.V.	Günter Forneck Azaleenweg 8 D 53639 Königswinter 02244/5988 o. 0170/8368812 g.forneck@fg-hangelar.de www.fg-hangelar.de
HSG Niederpleis / Sankt Augustin e.V. (TuS 1901 Niederpleis e.V./ VfL Sankt Augustin 1902 e.V.)	Stefan Heesen Auf der Harth 4 53773 Hennef 02242/83956 heesen.sb@t-online.de www.hsg-niederpleis-sanktaugustin.de
Internationaler Golfclub Bonn e.V.	Renate Siemens-Fischer Konrad-Adenauer-Straße 100 53757 Sankt Augustin 02241/332512 info@gcbonn.de www.gcbonn.d
Kölner Klub für Luftsport e.V.	Thomas Heller Richthofenstraße 130 53757 Sankt Augustin 02241/21233 info@KKFL.de www.KKFL.de

Sportverein	Ansprechpartner
Langlaufgemeinschaft St. Augustin e.V.	Birgit Lennartz-Lohrengel Feldstraße 4 53797 Lohmar 02246/911647 Info@LLG-St-Augustin.de www.llg-st-augustin.de
Luftsportgemeinschaft Siebengebirge e.V.	Alexander Rübelmann Auf der Bitz 5 53577 Neustadt/Wied 02683/939082 RMB-Neustadt@t-online.de
Luftsportverein Bonn Rhein-Sieg e.V.	Dr. Lothar Franz Am Pleiser Wald 41 53757 Sankt Augustin 02241/337911 www.lsv-bonn-rhein-sieg.de
praeventura e.V.	Dietmar Schröder Am Kreuzeck 2a 53757 Sankt Augustin 02241/334200 praeventura@gmx.de http://praeventura.wir-im-sport.de
Reit- und Therapieverein Niederberg e.V.	Stefanie Korte Konrad Adenauer Str. 65 53757 Sankt Augustin 0173/2677998 therapeutisches_reiten@web.de
Reitsportvereins Großenbusch e.V.	Brigitte Neukirchner Konrad-Adenauer-Str. 100 53757 Sankt Augustin 02241/332512 info@Reitsportanlage-Gut-Grossenbusch www.rv-grossenbusch.de
Schachverein "Turm" Sankt Augustin e.V.	Peter Kelkel Distelweg 6 53757 Sankt Augustin 02241/337201 pkelkel@web.de www.sv-turm-sankt-augustin.de.vu
Schützenbruderschaft "St. Antonius" 1926 Niederpleis e.V.	Andreas Harmke Bussardstraße 92 53757 Sankt Augustin Tel: 02241/2504719 nc-harmkean2@netcologne.de www.schuetzen-niederpleis.de

Sportverein	Ansprechpartner
Schützenbruderschaft „St. Sebastianus“ Hangelar 1970 e.V.	Martin Möller Gießereiweg 7 53757 Sankt Augustin Tel. 02241/202664 geschaeftsfuehrer-hangelar@schuetzen-hangelar.de www.schuetzen-hangelar.de
Schützenbruderschaft "St. Sebastianus" Menden 1642 e.V.	Karl Josef Görtz Siegstr. 4 53757 Sankt Augustin 02241/311579 1.Brudermeister@schuetzen-menden.de www.schuetzen-menden.de
Schützenbruderschaft „St. Georg“ Buisdorf e.V.	Heinz Urmersbach Andreas-Hofer-Str. 17 53757 Sankt Augustin 02241/62917 klaus-guenter.rautenberg@web.de
Schützenbrüderschaft „St. Maria Königin“ 1985 Sankt Augustin Ort e.V.	Franz-Georg Schmitz Hamm Str. 13 53757 Sankt Augustin 02241/29806 f-g.schmitz@t-online.de www.schuetzen-sankt-augustin-ort.de
Segel-Club Rhein-Sieg e.V.	Johannes J. Firsbach Berliner Str. 112 53757 Sankt Augustin 02241/8445345 o. 0228/4292020 info@segel-club-rhein-sieg.de www.segel-club-rhein-sieg.de
Shotokan Karate Dojo Yujo e.V.	Daniel Börner Rotdornweg 78 53757 Sankt Augustin 02241/336956 o. 0176/20120234 info@dojo-yujo.de www.dojo-yujo.de
Spiel- und Sportgemeinschaft Sankt Augustin e.V. (SSG)	Gustl Houtrouw Goldregenweg 28 53757 Sankt Augustin 02241/338852 gustel@houtrouw.com www.ssg-sanktaugustin.de
Spielverein Menden 1912 e.V.	Jörg Lindlar Augustinusstraße 57 53757 Sankt Augustin 02241/316865 joerg.lindlar@t-online.de www.svmenden.de

Sportverein	Ansprechpartner
Sportgemeinschaft Musashi e.V.	Wolfgang Kamps Bergische Str. 32 53773 Hennef 0151/23065716 wolfgang-kamps1@web.de www.sg-musashi.de
Sportpark am Kreuzeck	Dietmar Schröder Am Kreuzeck 2a 53757 Sankt Augustin 02241/334200 sport@sportpark-kreuzeck.de www.sportpark-kreuzeck.de
Sportverein 1948 Birlinghoven e.V.	Hansjörg Kuhl Am Pleistalwerk 43 53757 Sankt Augustin 02241/333066 o. 0151/58909429 hjkuhl@freenet.de www.sv-birlinghoven.de
Tanzsportkreis Sankt Augustin e.V.	Dr. Thomas Kokott Am Kreuzeck 2b 53757 Sankt Augustin 02241/29724 info@tsk-sankt-augustin.de www.tsk-sankt-augustin.de
Tanz-Center Gabi Rose	Gabi Rose Hauptstrasse 44 53757 Sankt Augustin Tel. 02241/334444 tanzrose@t-online.de www.tanzrose.de
Tauchsportgemeinschaft Sankt Augustin e.V.	Dieter Schlauf Habichtweg 4 53343 Wachtberg 0228/3509433 verein@tsg-augustin.de www.tsg-augustin.de
Tennisclub „Blau-Weiß“ Menden e.V.	Peter Miebach Boschstr. 9 53757 Sankt Augustin 02241/315371 tcbwmenden@t-online.de www.tc-bw-menden.de
Tennisclub „Rot-Weiß“ Hangelar e.V.	Elmar Engel Konrad Adenauer Str. 57 53757 Sankt Augustin 02241/29347 ed-engel@web.de www.tennisclub-hangelar.de

Sportverein	Ansprechpartner
Tischtennisgemeinschaft Sankt Augustin 1973 e.V.	Erwin Franz Auf der Mirz 2 53757 Sankt Augustin 02241/315583 o. 0175/7254384 e.franz@ttg-sankt-augustin.de www.ttg-sankt-augustin.de
Turnverein Hangelar 1962 e.V.	Reinhard Staszyk Erfurtstrasse 12a 53757 Sankt Augustin 02241/338814 info@tvhangelar.de www.tvhangelar.de
Turnverein Menden 1907 e.V.	Jürgen Kamp von Galen Str. 55a 53757 Sankt Augustin 02241/313416 juergen.kamp@tv-menden.de www.tv-menden.de
TuS Buisdorf 1900 e.V.	Hans-Ludwig Weyden Uferstr. 13 53757 Sankt Augustin 02241/64682 nc-schoppha4@netcologne.de www.tus-buisdorf.de
TuS Meindorf 1966 e.V.	Irene Karp Akazienweg 15 53757 Sankt Augustin 02241/313010 info@tus-meindorf.de www.tus-meindorf.de
TuS Niederpleis 1901 e.V.	Hildegard Beck Eibenweg 3 53757 Sankt Augustin 02241/336560 wh.beck@t-online.de www.tusniederpleis.de
VfL Sankt Augustin 1902 e.V.	Brigitte Dettke-Esser Zedernweg 71 53757 Sankt Augustin 02241/344072 info@vfl-sankt-augustin.de www.vfl-sankt-augustin.de
VfR Hangelar 1912 e.V.	Rolff Wagner Parsevalstr. 26 53757 Sankt Augustin. 02241/29965 o. 0228/6191532 vfr.hangelar@unitybox.de www.vfr-hangelar.de

Generationen-Parcour am Sportzentrum Sankt Augustin

Seit März dieses Jahres wird den Menschen der Region Bonn-Rhein-Sieg im Rahmen der Regionale 2010 eine Vielzahl von kulturellen und sportlichen Aktivitäten angeboten. In diesem Rahmen hat die Stadt Sankt Augustin gemeinsam mit den Kommunen Alfter, Bornheim, Niederkassel und Troisdorf das Grüne C entwickelt, in dem die Landschafts- und Freiräume der beteiligten Kommunen unabhängig von Stadt- oder Gemeindegrenzen miteinander verbunden werden. So wird nicht nur die Region zum Zwecke der Naherholung erschlossen, sondern auch der Naturschutz und die Landwirtschaft langfristig gesichert.

Der sogenannte Link verbindet die einzelnen Freiflächen im Grünen C miteinander. Er ist als asphaltierter Weg gestaltet und lädt zum Spazierengehen, Radfahren, Joggen oder Inlineskaten ein. Auf Sankt Augustiner Stadtgebiet führt der Link durch die „Grüne Mitte“, einen bisher landwirtschaftlich genutzten Bereich westlich des Stadtzentrums, in unmittelbarer Nachbarschaft zur Hochschule Bonn-Rhein-Sieg, dem Sportzentrum in der Nähe des Rhein-Sieg-Gymnasiums und nah der Frida-Kahlo-Schule sowie der Heinrich-Hanselmann-Schule.

Auf einem etwa 3.000 Quadratmeter großen Grundstück am Link wurde im Oktober 2010 ein Generationen-Parcours eingeweiht, auf dem Outdoor-Fitnessgeräte aufgestellt wurden. Die Fitnessgeräte können von Menschen aller Altersklassen und mit unterschiedlichen körperlichen Voraussetzungen genutzt werden. Jedes der elf verschiedenen Sportgeräte ist mit einer leicht verständlichen Anleitungstafel ausgestattet, auf der die jeweilige Übung und die drei möglichen Schwierigkeitsstufen erklärt werden. Auf diesem Wege können sowohl Kinder als auch Menschen aus der Generation 50Plus die Geräte zielgerichtet und effektiv nutzen.

Die wartungsarmen Geräte wurden zusammen mit der Sporthochschule München nach neuesten sportwissenschaftlichen Erkenntnissen und modernsten Anforderungen an die Freizeitnutzung entwickelt. Auf dem „Heißen Draht“ kann beispielsweise der Gleichgewichtssinn, die Umstellungsfähigkeit und die Auge-Hand-Koordination individuell trainiert werden. Der „Heiße Draht“ ist eine Balancierstrecke, bei der zeitgleich zum Balanceakt ein Führungsring entlang eines gewundenen Handlaufs geführt werden muss.

Die Baukosten für die Anlage des Generationen-Parcours im Sankt Augustiner Zentrum betrugen rund 140.000 Euro, die zu 80% vom Land NRW, dem Bund und der EU gefördert werden.

Sportstätten in Sankt Augustin

Birlinghoven

Sportplatz Birlinghoven
Am Pleistalwerk 43 - Tel. 33 32 33

Buisdorf

Schießsportanlage Buisdorf
Oberdorfstraße 45 - Tel. 6 82 18
Sportplatz Buisdorf
Uferstraße 20 - Tel. 6 69 47
Turnhalle der Kath. Grundschule
Michaelsbergstraße 27 - Tel. 6 56 94

Hangelar

Golf Course Bonn/Sankt Augustin
Gut Großenbusch, Konrad-Adenauer Str. 100 - Tel. 39 88-0
Gymnastikhalle Grundschule Hangelar
Udetstraße 28 - Tel. 20 40 40
Reitsportanlage Gut Großenbusch
Konrad-Adenauer-Straße 100
Tel. 33 25 12
Schießsportanlage Hangelar
Kapellenstraße 2 a
Sportplatz Hangelar
Fritz-Pullig-Straße - Tel. 2 14 51
Turnhalle Hangelar
Graf-Zeppelin-Straße - Tel. 2 91 56

Meindorf

Mehrzweck- und Gymnastikhalle der Kath. Grundschule Meindorf
Rubensstraße 2 a - Tel. 31 15 27
Sportplatz Meindorf
Am Weiher - Tel. 31 57 30

Menden

Dreifach-Sport-, Turn- u. Gymnastikhalle Menden Süd (Schulzentrum)
Siegstraße 119 - Tel. 31 30 90
Hallenbad Menden
Siegstraße 119 - Tel. 31 88 69
Kleinspielfelder-Tennis Menden am Schulzentrum
Siegstraße 119 - Tel. 31 30 90
Schießsportanlage Menden
Sankt-Sebastianus-Platz Tel. 31 50 11
Sportplatz Menden (alt)
Fritz-Schröder-Str. 40 Tel. 312875
Sportplatz Menden Süd (neu)
Auf dem Acker - Tel. 31 30 90

Mülldorf

Gymnastikhalle der Grundschule Mülldorf
Gartenstraße - Tel. 20 35 55
Mehrzweckhalle Mülldorf
Bonner Str. 102 - Tel. 20 39 97
Turnhalle Mülldorf
Schiffsstraße Tel. 20 27 66

Niederpleis

6-fach-Halle u. 3 Gymnastikhallen im Schulzentrum Niederpleis
Alte Marktstraße 7 - Tel. 39 93 43
Gymnastikhalle der Grundschule Niederpleis
Freie Buschstraße - Tel. 33 45 25
Hallenbad Niederpleis
Alte Marktstraße 7 (Schulzentrum)
Tel. 399350
Kleinspielfelder-Tennis Niederpleis am Schulzentrum
Alte Marktstraße - Tel. 39 93 43
Schießsportanlage Niederpleis
Am Eichelkämpchen - Tel. 33 37 03
Sportplatz Niederpleis
Alte Marktstraße (Schulzentrum)
Tel. 33 41 23
Tanzsportanlage TSK
Am Kreuzeck 2 b - Tel. 33 64 31
Turnhalle Niederpleis
Schützenweg - Tel. 33 34 00

Sankt Augustin - Ort

Dreifach-Sporthalle Sankt Augustin (Rhein-Sieg-Gymnasium)
An der Post 80 - Tel. 20 49 42
Freibad Sankt Augustin
Husarenstraße 49 - Tel. 2 90 13
Gymnastikhalle der Gutenbergschule
Pauluskirchstraße 12 - Tel. 20 40 48
Lehrschwimmbecken Sankt Augustin
Pauluskirchstraße 1 a - Tel. 20 29 29
Schießsportanlage Sankt Augustin-Ort
Husarenstraße 47 - Tel. 33 43 24
Skateranlage am Freibad
Husarenstr. - am Kreisverkehr Freibad
Sportzentrum Sankt Augustin, Sportplatz u. Turn-Mehrzweckhalle
Grantham Allee 27 – Tel. 20 49 42
Turnhalle der Grundschule Sankt Augustin
Pauluskirchstraße 1 a - Tel. 2 91 55

Aqua-Fitness - Trainieren gegen den Wasserwiderstand

Wassergymnastik ein Seniorensport? Von wegen: Aqua-Jogging, Aqua-Walking und Aqua-Pilates sind voll im Trend. Sie fördern die Ausdauer, kräftigen die Muskeln, straffen das Gewebe und schonen dabei die Gelenke, Bänder und Sehnen.

Joggen ist anstrengend und schweißtreibend. Im Wasser geht vieles leichter - Aqua-Fitness liegt deshalb im Trend liegt. Verheißungsvoll locken neue Wassersportarten wie Aqua-Balancing, Aqua-Jogging und Aqua-Fatburner. Diese Schlagworte klingen sehr vielversprechend. Doch was steckt dahinter?

Bei Aqua-Fitness können selbst Menschen mitmachen, die schon lange keinen Sport mehr getrieben haben. Selbst Übergewichtige bewegen sich hier leichter, denn im Wasser spürt man nur ein Zehntel des eigenen Körpergewichts. Dafür sorgen die Schwerkraft im Wasser und der Auftrieb. Fitnessgymnastik im kühlen Nass ist ein schonendes, effektives Ganzkörpertraining. Und das Beste: die Fett-Verbrennung wird angekurbelt, und es werden um die 40 Prozent mehr Kalorien verbrannt. Wer sich leichter und schlanker fühlt im Wasser, ist oft auch motivierter. Regelmäßiges wöchentliches Training und eine Ernährungsumstellung können die Pfunde purzeln lassen.

Bei Aqua-Jogging muss man erst ein Aqua-Belt, eine Art Schwimmgürtel, umbinden und dann geht's rein ins tiefe Wasser. So ausgerüstet schwebt man mühelos im kühlen Nass. Mitmachen können damit auch Nicht-Schwimmer, sofern sie nicht ängstlich sind. Festen Boden unter den Füßen gibt es beim Aqua-Jogging nicht.

Das Verletzungsrisiko im Wasser ist gleich null. Im Gegenteil, nach Sportverletzungen gibt es kein besseres Aufbautraining als das im Wasser. Kaum ein Element ist schonender für die Gelenke, Bänder und Wirbelsäule. Einzige Schwierigkeit ist, im Zustand der Schwerelosigkeit die Balance zu halten. Das will erlernt sein. Wenn der Körper versucht, sich vorwärts gegen das Wasser zu bewegen, wirken Widerstandskräfte auf ihn zurück. Um das Gleichgewicht zu halten, muss man deshalb den Bauch anspannen und die Pobacken zusammenzwicken. Das können Fortgeschrittene auch ohne Aqua-Belt. Unterschenkel vorziehen, den Fuß strecken, mit dem Bein wieder nach hinten schreiten. Dabei drückt die Fußsohle das Wasser weg und sorgt für Vortrieb. Das kann man auch mit einigem Tempo machen. Mit klassischer Wassergymnastik hat das dann nichts mehr zu tun. Aqua-Jogging ist viel leichter zu erlernen als Schwimmen, in zwei, drei Stunden hat man die Bewegungen erlernt.

Ein weiteres Plus: das nasse Element hat eine sehr hohe Leitfähigkeit, der Körper gibt bis zu 4 Mal mehr Wärme ans Wasser ab als an die Luft. Das aktiviert den Stoffwechsel, der hier um ein dreifaches höher ist als an Land. Das stärkt die Immun-Abwehr.

Aqua-Fitness hat den herkömmlichen Sportarten einiges voraus. Der Trainingseffekt ist weit größer. Es lässt sich in kürzerer Zeit mehr für Figur, Gesundheit und Wohlbefinden tun. Es ist eine gute Alternative zu den üblichen Outdoor-Sportmöglichkeiten wie Radfahren oder Joggen. BR/HJC/2010

Kinder laufen für Kinder – Sportvereine, Kitas und Schulen

Im Jahr 2009 haben wir mit großem Erfolg die Veranstaltung „Fit am Ball Africa“ zusammen mit der Deutschen Sporthochschule Köln organisiert. Die Kinder erliefen für afrikanische Schulprojekte 16.000 Euro. Wir waren Erster bei Städten vergleichbarer Größe und Zweiter bei den Veranstaltungsorten insgesamt. Bei den Schulen erhielten wir bundesweit einen ersten und einen dritten Preis.

Jetzt drückte uns ein neues Problem, bei dessen Lösung die Kindergärten und die Grund- und weiterführenden Schulen mit einem vom SSV ausgerichteten Sponsorenlauf helfen können. Immer mehr bedürftige Kinder schaffen es nicht mehr die Beiträge für einen Sportverein zahlen. Auch fehlt es an der nötigen Ausrüstung, wie Sport- oder Fußballschuhe, Trainingsanzüge usw. Wir meinen, wenn schon Urlaub, Zoo- und Kinobesuch gestrichen werden müssen, sollte wenigsten noch Sport getrieben werden können.

Wir riefen die Aktion „Kinder laufen für Kinder“ mit dem Motto „Läufst du schon? Oder sitzt du noch“ ins Leben. Ein Sponsorenlauf wurde mit Unterstützung der Schulen und Kitas ins Rollen gebracht, um bedürftigen Kindern zu helfen.

Am 24. September 2010 war es soweit. Zwei Kitagruppen und 34 Schulklassen mit 704 Kindern gingen an den Start. Sie liefen 8.740 Runden a. 500 Meter (4.370 Km), eine Strecke von Sankt Augustin nach Lissabon und zurück. Eine bemerkenswerte Leistung der Kinder, die sich sehen lassen kann und ihre Sponsoren kräftig zur Kasse bittet.

„Kinder laufen für Kinder“ war ein großartiger Erfolg für das Hilfsprojekt des Stadtsportverbands Sankt Augustin, das mit Unterstützung der Energieversorger rhenag AG und RWE AG durchgeführt wurde.

Der Erlös ist für bedürftige Kinder, die nicht im Abseits stehen sollen, sondern mit ihren Freunden gemeinsam Sport treiben, zusammen mittagessen, an Klassenfahrten teilnehmen können und vieles mehr, vorgesehen.

Auch im Jahr 2011 wollen wir erneut „Kinder laufen für Kinder“ im Steyler Klosterbereich durchführen und hoffen auf eine noch größere Beteiligung an dem Hilfsprojekt.

Weitere Projekte in der Zusammenarbeit mit den Sankt Augustiner Schulen sind, die jährlichen Fußball-Meisterschaften für Jungen und Mädchen, die Förderung des Sportabzeichens und der Übungsleiterpool für Bewegungsangebote an den Offenen Ganztagsgrundschulen (OGS).

Heinz-John Cordes
Stellv. Vorsitzender im SSV

Aufgaben des Stadtsportverbandes

Der Stadtsportverband Sankt Augustin ist der Dachverband des Sports für die Sportvereine der Stadt, die hier auf freiwilliger Basis zusammen geschlossen sind.

Der Stadtsportverband Sankt Augustin steht selbst unter dem Dach des Kreissportbundes (KSB), des Landessportbundes (LSB) und des neu gegründeten Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB).

Der Stadtsportverband tritt dafür ein, dass allen Einwohnern der Stadt Sankt Augustin die Möglichkeit geboten wird, unter zeitgemäßen Bedingungen Sport im Verein zu treiben.

Er unterstützt die Sportvereine bei ihrem Anliegen der Förderung und Pflege des Sports sowie bei der Jugendhilfe. Er ist Bindeglied zwischen den Sportvereinen und der Stadt Sankt Augustin.

Um diese Ziele zu erreichen, gibt sich der Stadtsportverband Sankt Augustin insbesondere folgende Aufgaben:

- Förderung, Koordination und Sicherung der Zusammenarbeit aller Sportvereine der Stadt Sankt Augustin, manifestiert im „Pakt für den Sport“, durch den Bürgermeister und den Stadtsportverband am 10. Juli 2006.
- Akquisition und Verteilung von Sportfördermitteln.
- Interessenvertretung seiner Mitglieder gegenüber Rat und Verwaltung der Stadt Sankt Augustin sowie der Öffentlichkeit.
- Koordinierendes Mitwirken beim Aufstellen von Belegungsplänen für alle Sportstätten der Stadt Sankt Augustin.
- Beratung über Förderung des Sportstättenbaus einschließlich der Ausstattung und Unterhaltung.
- Bewertung und Abgabe von sportfachlichen Stellungnahmen zu Anträgen der Vereine an die Stadt Sankt Augustin.
- Mitwirkung in der Sportkommission der Stadt bei der Sportentwicklungsplanung.
- Vertretung im Sportausschuss des Rates der Stadt Sankt Augustin.
- Koordination bei der Planung, Organisation und Durchführung der jährlichen Sportabzeichenaktion, von Stadtmeisterschaften in Kooperation mit Stadt und Vereinen, von Sportlerehrungen im 2-Jahres-Rhythmus, sportspezifischer Anteile an kulturellen Veranstaltungen, von Bildungs- und Fortbildungsveranstaltungen für Vereinsmitarbeiter und Vereinsmitarbeiterinnen.
- Förderung der Zusammenarbeit zwischen Schulen und Vereinen, Koordination von Breiten- und Gesundheitssport, Information der Vereine über Beschlüsse und Aktivitäten des LSB, des KSB und der Stadtverwaltung in Angelegenheiten, die den Sport betreffen.

Heinrich von der Becke - Sportfotopreis 2009

Der Stadtsportverband Sankt Augustin hatte einen Fotopreis für Journalisten, den „Heinrich von der Becke-Preis“, der an den berühmten Sportfotografen erinnern soll, ausgeschrieben. Aus den von sechs Teilnehmern eingereichten Sportfotos zum Thema „Sport in Sankt Augustin und der näheren Region“ hat eine Jury die Sieger ausgewählt.

Den ersten Preis erhielt Horst Müller für sein Foto mit einer Kampfszene aus dem Jugendfußball. Der zweite Preis ging an Wolfgang Henry für seine Zweikampfszene aus dem Ringersport. Den dritten Preis durfte Olaf Pohl für sein Foto eines Tischtennisspielers in voller Aktion entgegen nehmen.

1.Preis Horst Müller General-Anzeiger

2.Preis Wolfgang Henry General-Anzeiger

3.Preis Olaf Pohl Rhein-Sieg Rundschau

Sportpark am Kreuzeck
Am Kreuzeck 2a, 53757 Sankt Augustin
Internet: www.sportpark-kreuzeck.de
E-Mail: info@sportpark-kreuzeck.de
02241/334200 Zentrale

Wir machen den Weg frei.

Wie schaut es in Sachen Absicherung und Zukunftsplanung bei Ihnen aus? Mit unserem VR-Finanzplan helfen wir Ihnen, Ihre Träume zu verwirklichen.
Sprechen Sie persönlich mit Ihrem Berater: Rufen Sie an (0 22 41/ 23 08 0) oder gehen Sie online: www.raiffeisenbank-sankt-augustin.de

Raiffeisenbank Sankt Augustin eG
über 125 Jahre freundlich und fair