



SPORT im BMU

eine Kooperation der Betriebssportgemeinschaft
und
des betrieblichen Gesundheitsmanagements



WIR BEWEGEN ETWAS!

Der Vorstand der
Betriebssportgemeinschaft (BSG-BMU e.V.) des BMU:



Vorsitzende **Franziska Thomas** Tel.: 2134
Stellv. Vorsitzende **Claudia Goeke** Tel.: 2313
Schriftführer **Lorenz Schmidt** Tel.: 2617
Kassierer **Klaus Engels** Tel.: 3118

**Nutzen Sie das vielfältige Sport - und Kursangebot
der Sportgemeinschaft des BMU oder unserer
Kooperationspartner!**

**Werden Sie Mitglied unserer Sportgemeinschaft,
die seit 1987 besteht.**

Kontakt:

sportgemeinschaft@bmu.bund.de

Der Mitgliedsbeitrag beträgt im Kalenderjahr 10,23 Euro.

Es besteht zwischen der BSG des BMU und der des BMELV sowie
BMVBS je eine Kooperationsvereinbarung, die es den Mitgliedern der
einen oder anderen BSG ermöglicht, das Angebot der jeweils anderen
Sportgemeinschaft zu den gleichen Konditionen wie die jeweils
eigenen Mitglieder zu nutzen.

(www.bsg-bvm.de und www.bsg-bml.de)

Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) im BMU



Das BGM liegt in der Zuständigkeit der
AG ZG I 1.
Ihr Ansprechpartner hier ist Herr **Volker Britz**
(Tel.: 2126), der Ihnen jederzeit gern für
Informationen rund um das Gesundheits-
management im BMU zur Verfügung steht.



Kegeln



In regelmäßigen Abständen bietet die BSG im BMU die
Möglichkeit an, gemeinsam zu kegeln. Darüber hinaus
kann die Kegelbahn jederzeit von privat angemietet werden
(3h = 15 €, Anmeldung bei ZG I 4 Geschäftszimmer).



Wo: RSP 3, Raum U 1.700
Wann: nach vorheriger Absprache
Ansprechpartner:
Bernd Stollenwerk
Tel.: 3249



Tischtennis



Die Abteilung Tischtennis nimmt aktiv an der
Meisterschaftsrunde des Betriebssportkreisverbandes Bonn
teil. Über jede Verstärkung würden wir uns sehr freuen;
auch Anfänger/-innen sind uns gern willkommen!



Wo: RSP 3, Raum U 1.737
Wann: Montag, 16:00 - 20:00 Uhr
Ansprechpartner:
Klaus Ockenfeld
Tel.: 3147



Badminton



Wer spielt gerne Badminton oder möchte es als Neu-
einsteiger gern einmal versuchen? Wir freuen uns auf Sie,
besuchen Sie uns – gern auch zu einem Schnuppertraining!



Wo: Sporthalle Paulusschule
Bonn Tannenbusch
Wann: Mittwoch, 17:00 - 22:00 Uhr
Ansprechpartner:
Lorenz Schmidt
Tel.: 2617



Aikido



Aikido ist eine defensive japanische Kampfkunst, sie ist für jede Alters- und Gewichtsklasse geeignet. Probieren Sie es aus, wir freuen uns auf Sie!



Wo: RSP 3, Raum U 1.737
Wann: Dienstag, 16:00 - 17:30 Uhr
Ansprechpartner:
Vassilios Karavezyris
Tel.: 2712



Fußball



Unsere Fußballer trainieren regelmäßig und nehmen auch an Turnieren teil. Über jede/n Interessierte/n freuen wir uns!



Wo: Sommer: Rheinaue
Winter: Turnhalle
Robert-Koch-Schule
Wann: immer Mittwochs 15:45 Uhr
Treffpunkt Tiefhofpforte BMU
Ansprechpartner:
Mario Schneider
Tel.: 3247



Fitness

Das Streitkräfteamt und die BSG haben Geräte (**Krafttraining** und **Herz-Kreislauf-Training**) zur Mitnutzung zur Verfügung gestellt. Nach vorheriger Einweisung durch Herrn Marhold (0228 - 43320 238) können die Geräte jederzeit außerhalb der Dienstzeiten genutzt werden.



Wo: Raum U 3.525
und Raum U 3.566

Der Schlüssel ist beim Pförtner in der Tiefhofpforte erhältlich.



Rückengymnastik Bonn (BGM)



Eine regelmäßige Rückengymnastik – unter Anleitung von Physiotherapeuten - ist eine empfehlenswerte Möglichkeit, Rückenerkrankungen, die insbesondere durch Bürotätigkeit beschleunigt werden – vorzubeugen. “ Interessierte können nach vorheriger Anmeldung und gegen Entrichtung einer Gebühr (30 Euro für 10 Kurseinheiten) gem teilnehmen. Dieses Kursangebot gilt nur für BMU-Beschäftigte.



Wo: RSP 3, Raum U 1.737
Wann: Donnerstag, 12:00 - 12:45 Uhr
Ansprechpartner:
Volker Britz
Tel.: 2126



Sportschießen



Unsere erfolgreichen Schützen laden Sie ein, am Kurzwaffen- oder Langwaffentraining im Schnupperkurs oder auch regelmäßig teilzunehmen! Erfahrene und ausgebildete Schießleiter stehen Ihnen zur Verfügung.

Kurzwaffentraining:

Wo: Schützenhof, Hohe Straße 36, Bonn Tannenbusch
Wann: Montag, 17:00 - 20:00 Uhr

Langwaffentraining:

Wo: Am Grafenkreuz 29, Siegburg
Wann: jeden 2. Freitag, 18:00 - 22:00 Uhr

Ansprechpartner:
Martin Steinstraß
Tel.: 3238

Friedrich Schliebusch
Tel.: 3982



Rückengymnastik Berlin



Unter Leitung von Andreas Meyer können an regelmäßigem Gymnastiktraining teilnehmen. Zielgerichtete, regelmäßige Gymnastik ist die Basis für sportliche und allgemeine Bewegungsaktivitäten und trägt wesentlich zur Gesundheitsvorsorge bei – „Fit, in Form und beweglich bleiben“ Interessierte können jederzeit – nach vorheriger Absprache – zu einem Probetraining dazu stoßen.



Wo: Sportraum des BMU KTR/STR
Wann: 1 x wöchentlich, wird jeweils gemeldeten Teilnehmern bekannt gegeben.
Ansprechpartner:
Andreas Meyer
Tel.: 2025



Laufen / Joggen

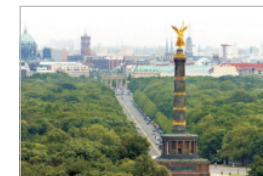


Sowohl in Bonn (Rheinaue) als auch in Berlin (Tiergarten) sind attraktive Laufstrecken von den Dienststellen aus zu erreichen. In beiden Dienststellen stehen Umkleideräume und Duschen für die Läuferinnen und Läufer zur Verfügung. Wenn Ihnen nur noch Laufpartner oder ein anstehendes Laufevent zur Motivation fehlen, dann kommen Sie zu uns!

Wo:
Berlin, Tiergarten

Wann:
nach vorheriger Absprache

Ansprechpartnerin:
Sonja Niehoff
Tel.: 2024



Wo:
Bonn, RSP, Rheinaue
Treffpunkt RSP U1.737

Wann:
Montag, Mittwoch, Freitag
11:30 - 12:00 Uhr

Ansprechpartner:
Horst Eppinger
Tel.: 2893

