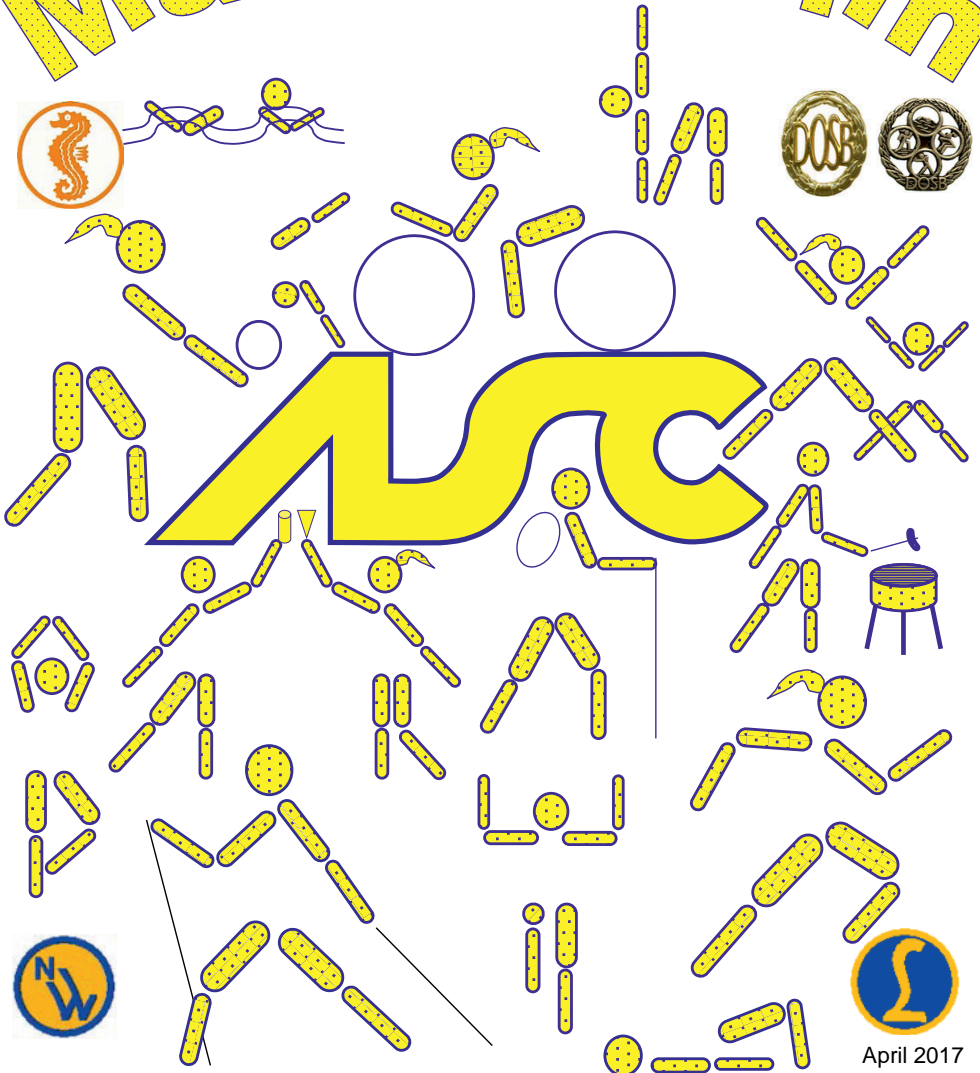


# Alfterer Sport-Club 1968 e.V.

Postfach 45 0008 53344 Alfter

[www.alfterer-sc.de](http://www.alfterer-sc.de)

# Mach mit im



April 2017

# V E R E I N S V O R S T A N D

<b>Vorsitzender</b>	<b>Thomas Grande</b> ( <a href="mailto:Verein@Alfterer-SC.de">Verein@Alfterer-SC.de</a> )	Heinrichstraße 98 99092 Erfurt 0172/2927821
<b>Stellv. Vorsitzender</b>	<b>Rainer Meyer</b> ( <a href="mailto:Stellvvorstand@Alfterer-SC.de">Stellvvorstand@Alfterer-SC.de</a> )	Unter dem Klorenrech 15 53347 Alfter 02222/63075
<b>Geschäftsführer</b>	<b>Hans-Heinrich Schneider</b> ( <a href="mailto:Geschaeftsfuehrer@Alfterer-SC.de">Geschaeftsfuehrer@Alfterer-SC.de</a> ) ( <a href="mailto:Vereinsverwaltung@Alfterer-SC.de">Vereinsverwaltung@Alfterer-SC.de</a> )	Gallierweg 49 53117 Bonn 0176/32818433
<b>Schatzmeister</b>	<b>N.N</b> ( <a href="mailto:Schatzmeister@Alfterer-SC.de">Schatzmeister@Alfterer-SC.de</a> )	
<b>Stellv. Schatzmeisterin</b>	<b>Andrea Béres</b> ( <a href="mailto:stellvschatzmeister@Alfterer-SC.de">stellvschatzmeister@Alfterer-SC.de</a> ) ( <a href="mailto:Schatzmeister@Alfterer-SC.de">Schatzmeister@Alfterer-SC.de</a> )	Am Botanischen Garten 30 53115 Bonn 0177/8706574
<b>Schriftführer</b>	<b>Rüdiger Sapauschke</b> ( <a href="mailto:Schriftfuehrer@Alfterer-SC.de">Schriftfuehrer@Alfterer-SC.de</a> )	Am Domplatz 8a 53347 Alfter 02222/929563
<b>Jugendwart</b>	<b>Fabian Heimann</b> ( <a href="mailto:Jugendwart@Alfterer-SC.de">Jugendwart@Alfterer-SC.de</a> )	Landgraben 138 53347 Alfter 0163/4416819
<b>Presse, Öffentlichkeit</b>	<b>N.N.</b> ( <a href="mailto:Presse@Alfterer-SC.de">Presse@Alfterer-SC.de</a> )	

# A b t e i l u n g e n

<b>Breitensport</b>	<b>Claudia Reiff</b> ( <a href="mailto:Breitensport@Alfterer-SC.de">Breitensport@Alfterer-SC.de</a> )	Gensemer Str. 55 53225 Bonn 0228/460256
<b>Leichtathletik</b>	<b>Friedel Cramer</b> ( <a href="mailto:Leichtathletik@Alfterer-SC.de">Leichtathletik@Alfterer-SC.de</a> )	Oldsorf 57 53347 Alfter 02222/1513
<b>Radsport</b>	<b>Jürgen Ahrendt</b> ( <a href="mailto:Radsport@Alfterer-SC.de">Radsport@Alfterer-SC.de</a> )	Auf dem Mühlenbungert 32 53347 Alfter 02222/6481974
<b>Volleyball</b>	<b>Jörg Hamacher</b> ( <a href="mailto:Volleyball@Alfterer-SC.de">Volleyball@Alfterer-SC.de</a> )	Altenberger Gasse 40 53332 Bornheim 02227/9095751
<b>Nordic Walking / Walking</b>	<b>Norbert Schüller</b> ( <a href="mailto:Walking@Alfterer-SC.de">Walking@Alfterer-SC.de</a> )	Uhlstr. 13, 53332 Bornheim 02227/9265546

# Unser Verein stellt sich vor

Vielen Dank für das Interesse am Alfterer SC und seinen Angeboten. Ich schlage vor, dass wir gleich, wie es unter Sportlerinnen und Sportlern üblich ist, zum Du übergehen.

Wir wollen mit dieser Information ein wenig dabei helfen, sich aus unserem Angebot etwas auszusuchen, das deinen Vorstellungen entspricht.

Der Alfterer Sport-Club 1968 e.V. (ASC) entstand im Jahre 1968 aus der Volkslaufbewegung. Nach und nach haben sich dann weitere Sportgruppen hinzugesellt. Im Laufe der Jahre wurde das Angebot mit den Abteilungen Breitensport, Volleyball und Radsport erweitert. Als eigenständige Abteilung hat sich 2009 die Abteilung Nordic Walking / Walking etabliert.

Ziel des Vereins ist, interessante sportliche Angebote für Kinder, Jugendliche und Erwachsene anzubieten. Wir sind darum bemüht, für alle Generationen eine gute Adresse für Sport im Verein zu sein. Zum einen gilt es, gerade junge Menschen an den Spaß an der Bewegung heranzuführen und diesen lebenslang zu erhalten. Diese Jugendförderung ist die Basis für unseren Verein. Zum anderen ist es wichtig, sich gerade in der heutigen Berufswelt Freiräume für Freizeitaktivitäten zu bewahren und diese zu nutzen. Dabei unterstützen wir gerne. Und nicht zuletzt finden viele Aktive gegen Ende oder nach ihrem Berufsleben wieder die Zeit und Tatkraft, ihrem Leben mit Sport wieder einen neuen Inhalt und dem Sport wieder eine größere Bedeutung zu geben.

Wir werden nicht immer alle Wünsche erfüllen können und wir sind nicht in der Lage, alle Sportarten anzubieten. Dazu fehlen uns in Alfter die entsprechenden Sportstätten, Räumlichkeiten und ausgebildeten Übungsleiterinnen und Übungsleiter. Jedoch können wir dir als mittelgroßer Verein ein ausgewogenes, sportliches und gut betreutes Angebot anbieten.

Hast du eine Sportart gefunden, die dich oder deine Familie interessieren, oder Fragen zum Angebot oder dem Verein, nimm einfach Kontakt zur Ansprechpartnerin, zum Ansprechpartner oder zur Abteilungsleiterin bzw. zum Abteilungsleiter auf und sprich deine oder eure Teilnahme direkt ab. Ist das Angebot etwas für dich, solltest du nach wenigen „Schnupperstunden“ den beiliegenden Aufnahmeantrag ausfüllen. Von Anfang an übernehmen wir mit der Nichtmitgliederversicherung Verantwortung für dich, aber erst nach Eingang des Aufnahmeantrages im Verein kommst du in den Genuss einer vollumfänglichen Versicherung deiner sportlichen Aktivitäten im Verein.

Ein Verein lebt von seinen sportlichen und nichtsportlichen Aktivitäten. Dies alles funktioniert nur, wenn sich alle Mitglieder mit dem Verein und seinen Veranstaltungen identifizieren. Helferinnen und Helfer sind immer willkommen! Über alle Vereinsaktivitäten wirst du vier Mal im Jahr über unsere Vereinszeitung „ASC-AKTUELL“ und laufend im Internet auf der Homepage des Alfterer SC informiert.

Wir danken dir bereits jetzt für dein Interesse, die Zeit, die du uns gewidmet hast und freuen uns, wenn wir dich und/oder deine Familienangehörigen als neue Mitglieder begrüßen dürfen.

Thomas Grande  
Vorsitzender

# BREITENSPO RT

## Abteilungsleiterin

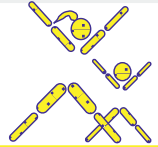
Claudia Reiff, Gensemer Str. 55, 53225 Bonn,  
Tel: 228/460256, e-mail: [Breitensport@Alfterer-SC.de](mailto:Breitensport@Alfterer-SC.de)

## Eltern-Kind-Turnen

### Übungsleiterin

Edda Hamacher

**montags** 16:00 - 17:00 Uhr 2 - 4 Jahre Turnhalle Alfter  
**donnerstags** 15:15 - 16:15 Uhr 2 - 4 Jahre Turnhalle Alfter

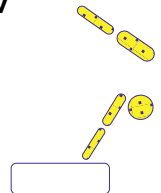


## Kinderturnen

### Übungsleiterinnen

Edda Hamacher, Maria Galimov

**montags** 17:00 - 18:00 Uhr 6 - 10 Jahre Turnhalle Alfter  
**donnerstags** 16:15 - 17:15 Uhr 4 - 6 Jahre Turnhalle Alfter  
**freitags** 15:00 - 16:00 Uhr 4 - 6 Jahre Turnhalle Alfter  
16:00 - 17:15 Uhr Mädchen (6 - 10 Jahre) Turnhalle Alfter



### Vom ASC genutzte Sportstätten in Alfter:

Turnhalle Alfter:

Sporthalle Oedekoven:

Turnhalle Bornheim-Roisdorf

Sporthalle Berufskolleg Duisdorf

Übungsraum Vorgebirgsschule:

Lehrschwimmbecken Alfter-Witterschlick:

Beach-Volleyball-Platz

Am Herrenwingert 4c

Am Rathaus 11

Friedrichstraße 3

Rochusstr. 30

Schloßweg 6

Quirinusstraße 10

Villestraße

Übungsraum ASC-Vereinsheim:

Strangheidgesweg 100

# BREITENSPORT

## Aerobic

Übungsleiterinnen

Petra Vianden, Garnet Schuldt-Hiddemann 

montags 19:30 - 20:30 Uhr Damen  
20:30 - 21:30 Uhr Damen

Turnhalle Alfter 

## Gymnastik

Übungsleiterinnen

Maria Helwich, Susanne Thomas

Übungsleiter

Horst Grunwald 

mittwochs 18:30 - 20:00 Uhr Rücken(Damen) Turnhalle Alfter  
20:00 - 22:00 Uhr Fitness(Herren) Turnhalle Alfter

donnerstags 20:00 - 21:00 Uhr Aerobic/Funktion Übungsraum Vorgebirgsschule

## Senioren sport

Übungsleiter

Jörg Stindtmann 

montags 20:00 - 21:30 Uhr (derzeit nicht) Turnhalle Bornheim-Roisdorf  
mittwochs 17:30 - 19:00 Uhr Damen (ab60) Übungsraum Vorgebirgsschule  
19:00 - 20:30 Uhr gemischt (ab60) Übungsraum Vorgebirgsschule

## Yoga

Übungsleiterin

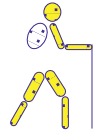
Claudia Reiff 

montags 17:00 - 18:15 Uhr Damen60+  
18:30 - 19:45 Uhr Erwachsene

ASC-Vereinsheim  
ASC-Vereinsheim 

# Wandern

## Wanderführer



**Eberhard Bullerjahn, Görreshof 142, 53347 Alfter**  
**Tel.: 02222/62621, e-mail: [Wandern@Alfterer-SC.de](mailto:Wandern@Alfterer-SC.de)**

**sonntags:**

**Tageswanderung (TW) 09:00 - ca. 18:00 Uhr Treffpunkt:**  
**Halbtageswanderung (HTW) 10:00 - ca. 15:00 Uhr Parkplatz „Am Herrenwingert“**

**Fahrtgeld: 0,07 Euro / km je Mitfahrerin / Mitfahrer**

weitere Infos beim Ansprechpartner und unter <http://www.alfterer-sc.de>,

## Auszug Jahreswanderplan 2017/18

Datum	HTW, TW	Kurzbeschreibung der Wanderung (Änderungen / Tausche vorbehalten)	Ungefähre Streckenlänge in km	Wanderführerin/ Wanderführer
23.04.17	TW	Von Dreibern nach Erkensruhr	17	Ollhoff
14.05.17	TW	Kletterfelsen und Zwergenhöhlen	15	Kreischer
11.06.17	TW	Über der Wupper schweben	16	Lotz
02.07.17	TW	Altenahr, Rotweinwanderweg, Burg Are	18	Ried
23.07.17	TW	Von Kirchsahr um das Radioteleskop Effelberg	16	Bullerjahn
13.08.17	TW	Vom Hohen Venn nach Hill und Getzbach	18	Kreischer
27.08.17	TW	Der Ahrsteig von Blankenheim nach Freilingen	18	Paffrath
24.09.17	TW	Rund um Schleiden	17	Ollhoff
08.10.17	TW	ASC-Jahreswanderung, Einladung erfolgt gesondert	14	Kreischer
29.10.17	TW	Von Blens nach Abenden	17	Lotz
12.11.17	HTW	Durchs Pleiser Hügelland	14	Ried
03.12.17	HTW	Kölnpfad, Höhenfelder See, Dünwalder Wald	15	Bullerjahn
07.01.18	HTW	Von Buschhoven nach Heimerzheim	16	Paffrath
28.01.18	HTW	Rund um Hilberath	14	Ollhoff
18.02.18	HTW	Rund um die Muserer Heide	13	Bullerjahn
11.03.18	HTW	Durch dick und Dhünn	15	Kreischer
08.04.18	TW	Von Friesdorf über die Godesburg	16	Lotz

Den aktuellen Wanderplan finden Sie auch auf unserer Homepage unter:  
<http://www.alfterer-sc.de/breitensport/jahreswanderplan.html>

# LEICHTATHLETIK


**Abteilungsleiter**

Friedel Cramer, Olsdorf 57, 53347 Alfter  
Tel.: 02222/1513, e-mail: [Leichtathletik@Alfterer-SC.de](mailto:Leichtathletik@Alfterer-SC.de)

**Stellvertreterin**

Thurid Buch

## Lauftraining allgemein

<b>mittwochs</b>				
<b>(APR / SEP)</b>	18:30 - 20:00 Uhr	Bahntraining	Bonn	
<b>(MAI - AUG)</b>	19:00 - 20:30 Uhr	Bahntraining	Bonn	
<b>(OKT - MRZ)</b>	19:00 - 20:30 Uhr	Straßenlauf	P „Am Herrenwingert“, Alfter	
<b>freitags</b>	17:00 - 18:00 Uhr	Waldlauf	P ASC-Vereinsheim P Buchholz (Winter)	

## Deutsches Sportabzeichen

Abnahme / Training: Absprache mit Jugendwart Bonn / Alfter



## JUGENDLEICHTATHLETIK

**Jugendwart**

Fabian Heimann, Landgraben 138, 53347 Alfter  
Tel.: 02222/63736, e-mail: [Jugendwart@Alfterer-SC.de](mailto:Jugendwart@Alfterer-SC.de)



**Stellvertreter**

Christopher Durch

<b>donnerstags</b>	17:00 - 18:15 Uhr	6 - 12 Jahre	Alfter-Oedekoven
	18:15 - 19:30 Uhr	ab 13 Jahre	(Sportanlage / Sporthalle)

## Läufertreff



1. Montag im FEB/APR/JUN/ AUG/OKT/DEZ	20:00 - 21:30 Uhr	Gasthaus „Zur Krone“ Kronenstr. 17, 53347 Alfter oder ASC- Vereinsheim
---------------------------------------------	-------------------	------------------------------------------------------------------------------

# NORDIC WALKING / WALKING

**Abteilungsleiter**

Norbert Schüller, Uhlstr. 13, 53332 Bornheim  
Tel: 02227/9265546, e-mail: [Walking@Alfterer-SC.de](mailto:Walking@Alfterer-SC.de)



**Stellvertreterin**

**Gabriele Löhndorf**

dienstags	(ganzjährig)	09:00 - 10:30 Uhr	Parkplatz Sportplatz Alfter
dienstags	(APR - SEP)	18:30 - 19:30 Uhr	Parkplatz Sportplatz Alfter
	(OKT - NOV)	18:30 - 19:30 Uhr	Parkplatz Am Herrenwingert
samstags	(ganzjährig)	09:00 - 10:30 Uhr	Parkplatz Sportplatz Alfter

## Nordic Walker / Walkertreff



3. Donnerstag im Quartal 20:00 - 22:00 Uhr Gasthaus „Spargel Weber“  
Knipsqasse 24, 53347 Alfter

# R A D S P O R T

**Abteilungsleiter**

Jürgen Ahrendt, Auf dem Mühlenbungert 32, 53347 Alfter  
Tel.: 02222/6481974, e-mail: [Radsport@Alfterer-SC.de](mailto:Radsport@Alfterer-SC.de)



dienstags	(APR - SEP)	18:00 Uhr	moderat, bis 24 km/h
mittwochs	(APR - SEP)	18:00 Uhr	Girls Treff
donnerstags	(APR - SEP)	17:30 Uhr	sportlich, bis 28 km/h
freitags	(APR - SEP)	nachmittags	MTB nach Absprache
samstags	(APR - OKT)	12:00 Uhr	längere Ausfahrten
	(NOV - MRZ)	12:00 Uhr	Crossrad (CX)

Im Sommer zumeist Rennrad, im Winter CX und ganzjährig gelegentlich MTB

Treffpunkt: Parkplatz Am Herrenwingert (VR-Bank/Backmanufaktur Nelles)

## Radtreff



nach den Samstagsfahrten ab ca. 16:00 Uhr Backmanufaktur Nelles  
(MRZ - OKT) Am Herrenwingert 6, Alfter



# VOLLEYBALL

## Abteilungsleiter

Jörg Hamacher, Altenberger Gasse 40, 53332 Bornheim  
Tel: 02227/9095751, e-mail: [Volleyball@Alfterer-SC.de](mailto:Volleyball@Alfterer-SC.de)

## Damen (Bezirksliga)

### Übungsleiter

Jörg Orfgen

montags 20:00 - 22:00 Uhr  
mittwochs 20:00 - 22:00 Uhr

Sporthalle Alfter-Oedekoven  
Sporthalle Berufskolleg Duisdorf



## Hobby-Mixed (Bezirksklasse)

### Übungsleiter

Jörg Hamacher

mittwochs 20:00 - 22:00 Uhr Mixed Sporthalle Alfter-Oedekoven



## Beach-Volleyball

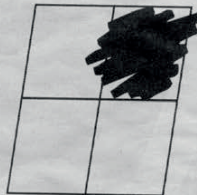
### Übungsleiter

Jörg Hamacher

montags 18:00 - 21:00 Uhr  
(JUN – AUG)

Alanus Hochschule  
Beach-Volleyball-Platz

# MÖBEL KURTH



Landgraben 43  
53347 Alfter  
Telefon (02222) 2604  
[www.moebel-kurth.de](http://www.moebel-kurth.de)

Öffnungszeiten:  
Mo.-Fr. 9.00-13.00 Uhr und von 14.00-19.00 Uhr  
Sa. 9.00-14.00 Uhr

# Kursangebote (auch für Mitglieder kostenpflichtig)

## Schwimmen für Kinder von 4 bis 6 Jahren

**Ansprechpartner**

**André Reißmann,**  
e-mail: [Schwimmkurs@Alfterer-SC.de](mailto:Schwimmkurs@Alfterer-SC.de)



**montags bzw. 16:00 - 17:30 Uhr**      **Grundschule Alfter-Witterschlick**  
**freitags 16:00 - 17:30 Uhr**      **(Lehrschwimmbekken)**

**10 Einheiten á 45 Minuten.**

**Mit der Prüfung zum „Seepferdchen“ ist das Lernziel erreicht.**

**Kosten: 50 €**

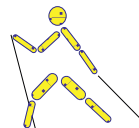
weitere Infos beim Ansprechpartner und unter <http://www.alfterer-sc.de>



## Einstieg Nordic Walking / Walking

**Ansprechpartner**

**Norbert Schüller,**  
e-mail: [Walking@Alfterer-SC.de](mailto:Walking@Alfterer-SC.de)



**samstags 09:00 - 10:30Uhr**      **Parkplatz Sportplatz Alfter**

**2 Einheiten á 2 Stunden**

**Kosten: 25 €**

**(Kosten werden bei Eintritt in den Verein mit dem Vereinsbeitrag verrechnet)**

Termine siehe <http://www.alfterer-sc.de>, weitere Infos beim Ansprechpartner