



# ÜBUNGSPLAN

**Betriebssportgemeinschaft  
Forschungszentrum Jülich  
1963 e.V.**

Stand vom 20. Februar 2024

## KINDERSPORT

### Basketball

*Teilnahme an der Gruppe nur nach vorheriger Anmeldung per E-Mail*

Übungsleiter: Patrick Tchoua-Ngamou, tchouapatrik@gmail.com  
Mi. 17:30-19:00 Uhr, bis 12 Jahre, Mädchengymnasium

### Eltern- und Kinderturnen

*Teilnahme an der Gruppe nur nach vorheriger Anmeldung*

Übungsleiterin: Melanie Steeg, 0157/54410683 (privat)  
Di. 10:00-11:00 Uhr, Turn-Wichtel (10-12 M.-2,5 Jahre), BAW-Halle  
Di. 16:00-16:45 Uhr, Turn-Zwerge 1 (2,5-5 Jahre), Promenadenschule  
Di. 16:45-17:30 Uhr, Turn-Zwerge 2 (2,5-5 Jahre), Promenadenschule  
Di. 17:30-18:15 Uhr, Turn-Zwerge 3 (2,5-5 Jahre), Promenadenschule

Übungsleiterin: Brigitte Zwaygardt, 02461/910552 (privat)  
Mi. 16:45-17:45 Uhr, Düsseldorfer Straße

### Kinderturnen

*Teilnahme an der Gruppe nur nach vorheriger Anmeldung*

Übungsleiterin: Melanie Steeg, 0157/54410683 (privat)  
Mi. 16:00-16:45 Uhr, Turn-Mäuse 1 (3-5 Jahre), Promenadenschule  
Mi. 16:45-17:30 Uhr, Turn-Mäuse 2 (3-5 Jahre), Promenadenschule  
Mi. 17:30-18:15 Uhr, Fit for Kids (6-11 Jahre), Promenadenschule

### Kinderleichtathletik

Übungsleiterin: Svenja Jütte, 02461/9367127 (privat)  
Do. 16:00-17:00 Uhr, (Grundschule 1.-4. Kl.), Kath. Grundschule Jülich

## JUGENDSPORT

### Badminton

Übungsleiter: Rolf Vasters, badmi-bsg@gmx.de  
Jin-Ho Lee, Ralf Krywalsky  
Di. 18:30-22:00 Uhr, Zitadelle  
Mi. 18:30-22:00 Uhr, Zitadelle  
Fr. 18:00-22:00 Uhr, Kreisberufsschule

### Basketball

*Teilnahme an der Gruppe nur nach vorheriger Anmeldung per E-Mail*

Übungsleiter: Patrick Tchoua-Ngamou, tchouapatrik@gmail.com  
Fr. 17:00-19:00 Uhr, 12-16 Jahre, BAW-Halle

### Parkour- und Hindernislauf

*Teilnahme nur nach vorheriger Anmeldung in der BSG-Geschäftsstelle*

Übungsleiterinnen: Lara Combach und Leonie Rademacher  
Do. 17:00-18:30 Uhr, 8-12 Jahre  
Do. 18:30-20:00 Uhr, 12-17 Jahre

### Schach

*Teilnahme an der Gruppe nur nach vorheriger Anmeldung*

Übungsleiter: Leo Evers, 0151/20222022 (privat)  
Fr. 19:00-20:00 Uhr, ab 10 Jahre

## FRAUENSSPORT

### Aerobic

Übungsleiterin: Susanne Weid, 02461/349288 (privat)  
Mi. 19:15-20:15 Uhr, Mädchengymnasium

### Gymnastik mit Musik

Übungsleiterin: Elke Triefenbach-Pfennings, 02461/4923 (privat)  
Mi. 18:30-19:30 Uhr, Sekundarschule (Schulzentrum), Raum CO-23

## MÄNNERSPORT

### Fußball

Übungsleiter: Volker Nießen, 0176/50338395 (privat)  
Di. 17:30-19:30 Uhr, Sommersaison, Sportplatz des FZJ  
Do. 18:00-20:00 Uhr, Wintersaison, Stephanusschule Selgersdorf  
Übungsleiter: Mahmoud Al Daroukh, 0176/31242912 (privat)  
Do. 20:00-22:00 Uhr, ganzjährig, GGS Nord, Berliner Str.

Übungsleiter: Michael Thelen, 02461/61-6309 (Geschäftsstelle)  
Do. 17:00-19:00 Uhr, ganzjährig, Sportplatz des FZJ  
Fr. 15:00-17:00 Uhr, ganzjährig, Sportplatz des FZJ

### Gymnastik und Ballspiele 40+

Übungsleiter: Hubert Berens, 02275/4522 (privat)  
Mi. 16:00-17:00 Uhr, Kath. Grundschule Jülich

### Walking Football

Übungsleiter: Ulrich Hoffmann, u.hoffmann@bsg1963.de  
Do. 16:30-18:00 Uhr, BAW-Halle

## GEMISCHTE SPORTGRUPPEN

### Aikido

*Teilnahme mit 5 Euro monatlichem Sonderbeitrag*

Übungsleiter: Karl Flören, 0241/5153890 (privat)  
Di. 19:00-21:30 Uhr, BAW-Halle

### Badminton

Übungsleiter: Rolf Vasters, badmi-bsg@gmx.de  
Jin-Ho Lee, Ralf Krywalsky  
Di. 18:30-22:00 Uhr, Zitadelle  
Mi. 18:30-22:00 Uhr, Zitadelle  
Fr. 18:00-22:00 Uhr, Kreisberufsschule

### Basketball

Übungsleiter: Sven Macko, 02461/61-9152 (dienstlich)  
Do. 17:00-19:00 Uhr, Mädchengymnasium

### Bodystyling

*Teilnahme nur nach vorheriger Anmeldung per BSG-App*

Übungsleiterin: Kambulakwao Chakanga, 02461/61-9871 (dienstlich)  
Do. 18:00-19:00 Uhr, Sekundarschule (Schulzentrum), Raum CO-23

## WEITERE GEMISCHTE SPORTGRUPPEN

### Crosstraining

Teilnahme an der Gruppe nur nach vorheriger Anmeldung

Übungsleiter: Sebastian Raufuß, 0152/33980321 (privat)

Mi. 18:00-20:00 Uhr, Outdoor

Sa. 15:00-17:00 Uhr, BAW-Halle

### Hatha Yoga

Teilnahme nur nach vorheriger Anmeldung per BSG-App

Übungsleiterin: Kambulakwao Chakanga, 02461/61-9871 (dienstlich)

Do. 19:00-20:00 Uhr, Sekundarschule (Schulzentrum), Raum CO-23

### Kraftsport

Übungsleiter: Gregor Gorontzi, 0178/5198862 (privat)

Thiemo Romm, 02461/343942 (privat)

Silas Romm, 02461/343942 (privat)

Di. 17:00-20:00 Uhr, BAW-Halle

Do. 17:00-20:00 Uhr, BAW-Halle

### Leichtathletische Fitness

Übungsleiterin: Inge Dolfus, 02461/2015 (privat)

Mi. 18:00-20:00 Uhr, Karl-Knipprath-Stadion (Freiluftsaison)

Abnahme Deutsches Sportabzeichen

Winfried Dolfus, 02461/2015 (privat)

### Nordic Walking

Übungsleiter: Hans-Peter Herrmanns, 02461/56373 (privat)

Di. 18:15-19:45 Uhr, Treffpunkt: Parkplatz Sophienhöhe

Do. 17:45-19:15 Uhr, Treffpunkt: Parkplatz Sophienhöhe

### Pilates

Übungsleiterin: Inge Hammelmann, 02461/57227 (privat)

Mo. 19:00-20:00 Uhr, Mädchengymnasium

Di. 19:00-20:00 Uhr, GGS Nord, Berliner Straße (kleine Halle)

### Rücken-Yoga

Teilnahme an der Gruppe nur nach vorheriger Anmeldung

Übungsleiter: Mischa Schmitz, 0163/8792675 (privat, nur per SMS)

Mo. 20:00-21:00 Uhr, Mädchengymnasium

### Rundum-Mix 50+

Übungsleiterin: Bettina Gormanns, 0157/84185384 (privat)

Di. 16:00-17:00 Uhr, Kath. Grundschule

### Schach

Teilnahme an der Gruppe nur nach vorheriger Anmeldung

Übungsleiter: Leo Evers, 0151/20222022 (privat)

Fr. 20:00-22:00 Uhr

### Sport für Ältere

Übungsleiterin: Judith Vashegyi, 02461/59038 (privat)

Mi. 10:00-11:30 Uhr, Sekundarschule (Schulzentrum), Raum CO-23

## WEITERE GEMISCHTE SPORTGRUPPEN

### Tischtennis

Obmann: Winfried Matthes, 02461/7385 (privat)

Mo. 16:00-18:30 Uhr, BAW-Halle

Mo. 18.30-22.00 Uhr, GGS-Nord, Berliner Straße

Mi. 17:00-22:00 Uhr, BAW-Halle

### Volleyball

Teilnahme an der Gruppe 1 nur nach vorheriger Anmeldung per E-Mail

Übungsleiter: Pawel Chwalek, pawelchwalek@googlemail.com

Di. 20:00-22:00 Uhr, Kath. Grundschule, Gruppe 1, Grundlagentraining

Übungsleiterin: Brigitte Zwaygardt, 02461/910552 (privat)

Mi. 20:00-22:00 Uhr, Kreisberufsschule, Gruppe 2, freies Spiel

Übungsleiter: Pawel Chwalek, pawelchwalek@googlemail.com

Do. 20:00-22:30 Uhr, BAW-Halle, Gruppe 3, fortgeschrittenes Training

### Wirbelsäulen- und Rückengymnastik

Übungsleiter: Mischa Schmitz, 0163/8792675 (privat, nur per SMS)

Mi. 17:00-18:00 Uhr, Kreisberufsschule

### Zumba

Übungsleiterin: Lara Combach, 02461/61-6309 (Geschäftsstelle)

Mo. 19:00-20:00 Uhr, BAW-Halle

## BSG APP

Die BSG Forschungszentrum Jülich bietet mit der gleichnamigen VereinsApp interessante Einblicke für Mitglieder und Interessierte.

Mit der BSG App finden Sie alle Sportgruppen mit einer kurzen Beschreibung und den aktuellen Übungszeiten. Die Sportgruppen können in der App einen eigenen Chat für interne Informationen und Absprachen nutzen.

Zudem können Sie sich allgemein über Aktuelles aus dem Verein informieren, Termine für unsere Veranstaltungen einsehen und Informationen über den Verein und Vorstand erhalten.



## UNSER VEREIN

- JEDER kann Mitglied werden
- zweitgrößte Betriebssportgemeinschaft in NRW
- größter Verein im Kreis Düren
- ca. 2000 Mitglieder
- über 50 Sportgruppen
- abwechslungsreiche Sportangebote
- internationale Sportbegegnungen

## MITGLIEDSBEITRAG

Für die Bearbeitung des Mitgliedsantrags und Ausstellung des Mitgliedsausweises berechnen wir eine einmalige Aufnahmegebühr von 4 Euro pro Person. Der monatliche Grundbetrag für die Mitgliedschaft beträgt zwischen 2,50 Euro für Kinder bis 12,50 Euro für Familien. Sportarten mit erhöhten finanziellen Aufwendungen zahlen zusätzlich zum monatlichen Grundbeitrag einen Sonderbeitrag. Der Einzug der Mitgliedsbeiträge erfolgt grundsätzlich quartalsmäßig im Lastschriftverfahren.

Mitgliedsbeitragsgruppen	monatlicher Grundbeitrag
Kinder bis einschließlich 13 Jahre	2,50 Euro
Jugendliche ab 14 bis einschließlich 17 Jahre	3,00 Euro
Schüler, Auszubildende, Studierende ab 18 Jahre *	3,50 Euro
Erwachsene ab 18 Jahre	5,00 Euro
Familien **	12,50 Euro

\* Hierfür ist ein Ausbildungsnachweis ist zu erbringen (höchstens bis zum 27. Lebensjahr). Wird dieser nicht erbracht, gilt der Erwachsenenbeitrag als Einzelbeitrag.

\*\* Für Familienangehörige, die das 18. Lebensjahr erreicht haben, sich aber noch in einem Ausbildungsverhältnis befinden, gilt weiterhin - höchstens jedoch bis zum 27. Lebensjahr - die Familienmitgliedschaft. Ein entsprechender Ausbildungsnachweis ist ebenfalls zu erbringen. Wird dieser nicht erbracht, gilt der Erwachsenenbeitrag als Einzelbeitrag.

## KONTAKT ZUR BSG

### Internet

[www.bsg1963.de](http://www.bsg1963.de)

### Postanschrift

BSG Forschungszentrum Jülich 1963 e.V.  
52425 Jülich

### Geschäftsstelle

Telefon: 02461/61-6309

Telefax: 02461/61-2980

E-Mail: [bsg@fz-juelich.de](mailto:bsg@fz-juelich.de)

Öffnungszeiten: Montag bis Donnerstag von 8:00 bis 10:00 Uhr