



## ÜBUNGSPLAN

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

Stand vom 25. Februar 2026

### 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, 9-12 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. 17:30-18:00 Uhr, Turn-Zwerge 3 (2,5-5 Jahre), Promenadenschule

Übungsleiterin: Brigitte Zwaygardt, 02461/910552 (privat)

Mi. 16:00-17:00 Uhr, Düsseldorf Straße

#### Kids-Athletic

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

Übungsleitende: Verena Mommertz und Anton Mommertz

Fr. 16:00-17:00 Uhr, 4-6 Jahre und 7-10 Jahre, BAW-Halle

#### Kinderturnen

*Teilnahme an der Gruppe nur nach vorheriger Anmeldung*

Übungsleiterin: Melanie Steeg, 0157/54410683 (privat)

Mi. 16:00-16:45 Uhr, Turn-Mäuse (3-5 Jahre), Promenadenschule

Mi. 17:00-17:45 Uhr, Turn-Tiger (6-11 Jahre), Promenadenschule

Mi. 17:45-18:30 Uhr, Fit for Kids (6-11 Jahre), Promenadenschule

*Der Wechsel von den Turn-Zwergen und Turn-Mäusen in die nächste Altersgruppe wird von der Übungsleiterin festgelegt und erfolgt in der Regel zu Beginn eines neuen Schuljahres.*

#### Kinderleichtathletik

Übungsleiterin: Svenja Jütte, 02461/9367127 (privat)

Do. 16:00-17:00 Uhr, (Grundschule 1.-4. Kl.), Kath. Grundschule Jülich

### JUGENDSPORT

#### Athletik Training

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

Übungsleiterin: Sandra Griebenow, sandrawasseroth@web.de

Mo. 17:00-18:00 Uhr, 10-14 Jahre, GGS Nord, Berliner Straße

#### Badminton

Übungsleiterin: Sabrina Ecker, s.ecker@bsg1963.de

Bing Zhe Puah, Ralf Krywalsky

Mi. 18:30-20:00 Uhr, Zitadelle

#### BallPlus

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

Übungsleiterin: Judith Zwaygardt, judith@zwaygardt.de

Mo. 16:00-17:00 Uhr, 10-14 Jahre, GGS Nord, Berliner Straße

#### Basketball

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

Übungsleiter: Patrick Tchoua-Ngamou, tchouapatrik@gmail.com

Fr. 17:15-19:15 Uhr, 12-16 Jahre, BAW-Halle

### WEITERE JUGENDSPORTGRUPPEN

#### Parkour- und Hindernislauf

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

Übungsleiterinnen: Lara Combach und Leonie Radermacher

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), Alte Schule Kirchberg

### FRAUENSPORT

#### 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 BSG FZJ

Do. 18:00-20:00 Uhr, Wintersaison, Stephanusschule Selgersdorf

Übungsleiter: Michael Thelen, 0151/21139516 (privat)

Do. 17:00-19:00 Uhr, Sportplatz BSG FZJ

Übungsleiter: Mahmoud Al Daroukh, 0176/31242912 (privat)

Do. 20:00-22:00 Uhr, ganzzjährig, GGS Nord, Berliner Str.

#### Walking Football

Übungsleiter: Ulrich Hoffmann, u.hoffmann@bsg1963.de

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

### GEMISCHTE SPORTGRUPPEN

#### Badminton

Übungsleiterin: Sabrina Ecker, s.ecker@bsg1963.de

Bing Zhe Puah, Ralf Krywalsky

Di. 18:30-22:00 Uhr, Zitadelle

Mi. 20:00-22:00 Uhr, Zitadelle

#### 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. 10:30-12:30 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

Teilnahme an der Gruppe nur nach vorheriger Anmeldung

Übungsleiter: Gregor Gorontzi, 0178/5198862 (privat)

Thiemo Romm, 02461/343942 (privat)

Silas Romm, 02461/343942 (privat)

Mo. 17:00-19:00 Uhr, BAW-Halle

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

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

### 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)

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

Do. 19:00-20:00 Uhr, Zitadelle

### Rücken-Yoga

Dieser Kurs pausiert zur Zeit und wird demnächst, leicht verändert, neu angeboten.

### 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, Alte Schule Kirchberg

### Sport für Ältere

Übungsleiterin: Judith Vashegyi, 02461/59038 (privat)

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

### 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

### Ultimate Frisbee

Übungsleiter: Simon Funcke, simonfuncke@web.de

Mo. 18:00-20:00 Uhr, Sommersaison, Sportplatz BSG FZJ

Mo. 20:00-22:00 Uhr, Wintersaison, Zitadelle

## WEITERE GEMISCHTE SPORTGRUPPEN

### 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. 17:30-19:30 Uhr, Kath. Grundschule, 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

Dieser Kurs pausiert zur Zeit und wird demnächst, leicht verändert, neu angeboten.

### Zumba

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

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

## SPORTKURSE

Unsere Kursangebote finden Sie auf der Webseite und in der App.

## MITGLIEDSBEITRAG

Für die Bearbeitung des Mitgliedsantrags und Ausstellung des Mitgliedsausweises berechnen wir eine einmalige Aufnahmegebühr von 4 Euro pro Person. Der monatliche Grundbeitrag für die Mitgliedschaft beträgt zwischen 3,50 Euro für Kinder bis 18,00 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)               | 3,50 Euro                |
| Jugendliche (ab 14 bis einschließlich 17 Jahre)    | 4,00 Euro                |
| Schüler, Auszubildende, Studierende (ab 18 Jahre)* | 5,00 Euro                |
| Erwachsene (ab 18 Jahre)                           | 8,00 Euro                |
| Familien **  | 18,00 Euro               |

\* Hierfür ist ein Ausbildungsnachweis ist zu erbringen (höchstens bis zum 27. Lebensjahr).

Wird dieser nicht erbracht, gilt der Beitrag für Erwachsene.

\*\* 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 Beitrag für Erwachsene.

## UNSER VEREIN

- ALLE können Mitglied werden
- zweitgrößte Betriebssportgemeinschaft in NRW
- größter Verein im Kreis Düren
- ca. 2.000 Mitglieder
- über 50 Sportgruppen
- abwechslungsreiche Sportangebote
- internationale Sportbegegnungen

## KONTAKT ZUR BSG

### Internet

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

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

## 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.

