

### Wieder geht ein sportliches Jahr 2016 zu Ende ...

...und was war nicht alles los! Ehrlich? Ganz schön viel!!!

### Ruder-Regatten, Staffel-Marathonlauf, neue Sparten/Gruppen, Golf, Deutsche Meisterschaften und die 1. World Company Sports Games ....

... aber der Reihe nach durch die letzten 12 sportlichen Monate...

Bei den Ruderern ging es Ende April/Anfang Mai wieder mit dem „Schnupper-Rudern“ los und neue Ruderer konnten begeistert werden. Und das gleich so, dass sie bei den Regatten mitfahren. Im Juli bei „Rudern gegen Krebs“, wo gleich 2 BSG-Boote in die Halbfinals fahren. Weiter ging's mit der „BSV“-Regatta bei der Allemannia, bei der Matjes-Regatta und beim Fari-Cup, wo ein Sieg eingefahren wurde. Und oben drauf gab es da noch das Wander-Rudern auf dem Ratzeburger See. Weiter so in 2017!

Beim Golf gibt's nicht nur weiterhin die Golf-Sonderkonditionen im Golfclub Gut Wulfsmühle, im August fand der 1. BSG Golf Schnupperkurs mit 15 vielleicht angehenden Golfern statt. Und auch unsere 6 Trainings-Runden auf den verschiedenen Plätzen haben unseren Golfern viel Spaß gemacht. Nach der Winterpause geht's auf den Fall weiter mit den Trainingsspielen, da sind sich alle einig! Mal sehen, wer sich neu dazu gesellt.

Die Leichtathleten hatten so einige Läufe mit sehr guten Zeiten, im Team beim Hamburg Marathon in der Staffel, bei den 15. Deutschen Betriebssportmeisterschaftslauf – dem Speicherstadtlauf-, beim Airport Race, beim Hella Halbmarathon, Triathlon und und und...

Und im Bowling waren 2 Spieler bei den Deutschen Betriebssport Einzelmeisterschaften am Start und hatten einen tollen Wettkampfabend mit viel Spaß. Viel Spaß haben auch unsere Kegler/-innen, die seit Sommer bei uns sind und sich regelmäßig einmal im Monat treffen.

Seit September gibt es Bogenschießen, und das mit großer Resonanz. Unsere Schützen haben viel Spaß und werden immer besser. Einen tollen Start hat unsere neue Tanzfitness Dancit Anfang November. Wie man hört, soll es zwar schweißtreibend sein, aber sehr viel Spaß machen bei cooler Musik.

Und dann gab es da noch die WCSG – die ersten Betriebssport Weltmeisterschaften Mallorca. Ein tolles Erlebnis mit einem BSG-Team von 120 Sportler/-innen! Und ... „Wir sind Weltmeister“ ... ganz genau: unser Damen-Fußballteam hat sich den Weltmeister-Titel geholt. natürlich gab es noch mehr Medaillen im Schwimmen, beim Minigolf, im Tischtennis, Bowling und Golf.

Von Langeweile konnte man nicht wirklich sprechen in 2016. Gab es da doch noch die Ski-Tour nach Donnersbachwald, unsere traditionelle Players-Party, das Sportfest in Köln, die Golf-Tour nach Portugal, die Motorradtour, die Wandertouren, ...was noch? Ach ja, ganz herbstlich die Fahrrad- und Boßeltour an der Nordsee und zum Jahresabschluss noch das Basketballturnier ... also es war einiges los... und so soll es auch weitergehen in 2017. Erste Termine gibt es schon und die Planungen für Neues laufen.

Alle Informationen findet Ihr hier: [www.bsg-koeln.de](http://www.bsg-koeln.de)

### **ACHTUNG: Sport/Gymnastik in den Weihnachtswochen**

Viele werden „rechtzeitig“ in die Weihnachtsvorbereitungen und –ferien gehen. Nach Rücksprache mit unseren Trainern/-innen finden in der Zeit vom 27.12.2015 bis 30.12.2016 keine Sportkurse statt – also Ferien. Ab dem 02.01.2017 laufen alle Sportkurse wieder planmäßig.

---

### **NEU dancit – die Tanz-Fitness**

Seit 03.11.2016 startet ein neues Fitness Programm – Dancit. Dancit ist ein Tanz-Fitness Konzept, das Elemente aus der Aeorbic, Intervall- und Krafteraining mit Tanz verbindet und so die Ausdauer, Körperstraffung und Koordination fördert. Es ist nicht nur ein Workout, sondern auch ein „versteckter“ Solo-Tanzkurs. Man lernt ganz nebenbei die Tänze von Latein- bis Standard Tänzen oder Mode-Tänzen wie Bollywood, Lindy Hop und Swing. Ganz nebenbei steigert dancit die körperliche Fitness und Körperstraffung alles in einem. Dancit findet jeden Mittwoch von 13.30 – 14.25 Uhr statt.

---

### **Golf Platzreifekurs**

Nach dem tollen Golf-Schnupperkurs im August bietet die BSG Allianz Köln in Zusammenarbeit mit dem Golfclub Gut Wulfsmühle einen Golf Platzreifekurs zu vergünstigten Konditionen an. Der Kurs startet am 14.01.2017. Der Preis für den Platzreifekurs beträgt EUR 149,00. Nähere Informationen gibt's bei Heike Fischer.

---

### **Hallenfußball läuft ...**

Spieler gesucht! Auch wenn zu ungewöhnlicher Zeit früh, aber das macht wach... beim Hallenfußball. Regelmäßig seit einem Jahr wird jeden Freitag morgen ab 07.30 Uhr schon gekickt. ...

---

### **ECSG 2017 in Gent – die 21. Betriebssport Europameisterschaften**

Die Informationen und Anmeldeunterlagen für die nächsten Betriebssport Europameisterschaften vom 21. bis 25. Juni 2017 in Belgien sind da. Wer bei diesem Event dabei sein möchte, kann sich noch anmelden. Viele weitere Infos und das Anmeldeformular gibt es unter [http://www.bsg-koeln.de/images/BSG-UPLOADS/BeitragsAnhaenge/Gent\\_2017/Info1-Gent-beschreibbar.pdf](http://www.bsg-koeln.de/images/BSG-UPLOADS/BeitragsAnhaenge/Gent_2017/Info1-Gent-beschreibbar.pdf)

---

### **Das Gesundheits- und Vitalstudio des Grün-Weiß Eimsbüttel e.V.**

Ab sofort bietet die BSG Allianz allen die Möglichkeit, zu vergünstigten Konditionen im Vitalstudio des Grün-Weiß Eimsbüttel e.V. zu trainieren. Dieses Studio ist mit einem ganzheitlichen Konzept auf den Gesundheits- und Präventionssport ausgelegt. Dafür stehen hochmoderne Geräte und ausgebildete Trainer und Therapeuten zur Verfügung. Es lohnt sich, dieses Studio mal anzuschauen. Nähere Informationen sind im DACH Net zu finden oder bei Heike Fischer.

---

### **Auch in 2017: Bonusprogramme der Krankenkassen**

Die meisten Krankenkassen bieten für ihre Versicherten Bonusprogramme an, die z.B. auch Sport beinhalten. Wer einen Stempel/eine Unterschrift in dem Bonusheft benötigt – auch für 2016, kann sich gern melden bei Heike Fischer.

*Wir wünschen allen eine schöne Advents- und Weihnachtszeit  
und ein gesundes und sportliches Jahr 2017*



---

### **Impressung**

Verantwortlich für den Inhalt:

Heike Fischer

Redaktion

Heike Fischer

Telefon +49 40 8834-1401

heike.fischer@eulerhermes.com

Nachdruck nur mit schriftlicher Zustimmung.

