

Sportabzeichen 2017

Sei richtig fit! Mach dein Sportabzeichen

Termine, Regeln, Ansprechpartner

Auch für Menschen mit Behinderungen!



Mit freundlicher Unterstützung der



Sportabzeichen 2017

Allgemeine Informationen

Das Deutsche Sportabzeichen ist die höchste Auszeichnung außerhalb des Wettkampfsports. Das Deutsche Sportabzeichen ist die Auszeichnung für überdurchschnittliche und vielseitige körperliche Leistungsfähigkeit. Dafür lohnt es sich, zu trainieren. Jede(r) kann es machen, auch Nicht-Mitglieder von Sportvereinen. Das Deutsche Sportabzeichen kann pro Kalenderjahr nur einmal erworben und beurkundet werden. Jede(r) kann es schaffen. Jedes Jahr.

Die vier Sportarten

Die vier motorischen Grundfähigkeiten Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination werden in jeweils einer Gruppe (Disziplingruppe) mit Hilfe von Einzeldisziplinen aus den Sportarten Leichtathletik, Radfahren, Schwimmen und Gerätturnen überprüft. Je Gruppe ist eine Disziplin im Laufe eines Kalenderjahres erfolgreich zu absolvieren. Die vier Disziplinen wählen Sie aus dem Leistungskatalog selbst aus. Und zwar ganz nach Ihren individuellen Neigungen und Fähigkeiten.

Sportmedizinische Empfehlungen

Bitte lassen Sie sich sportärztlich untersuchen, wenn bei der Vorbereitung auf das Sportabzeichen Beschwerden auftreten, wenn Sie nach der letzten Prüfung krank werden, wenn Sie über 40 sind und sich zum ersten Mal auf das Sportabzeichen vorbereiten. Empfohlene Untersuchungsintervalle, wenn Sie das Sportabzeichen jährlich wiederholen: Unter 40 Jahren alle fünf Jahre. Über 40 Jahren alle drei Jahre.

Quelle: Deutscher Olympischer Sportbund



Name _____
 Vorname _____
 Geburtsdatum _____
 Straße / Hausnr. _____
 PLZ / Ort _____
 Telefon _____
 Verein _____

Gruppe	Auswahl	Leistung	Datum	Hz
1	<input type="checkbox"/> 3.000 m Lauf <input type="checkbox"/> 7,5 km Walking <input type="checkbox"/> Schwimmen <input type="checkbox"/> 20 km Rad			
2	<input type="checkbox"/> Medizinball <input type="checkbox"/> Kugel <input type="checkbox"/> Standweit			
3	<input type="checkbox"/> 50 m Sprint <input type="checkbox"/> 100 m Sprint <input type="checkbox"/> 25 m Schwimmen <input type="checkbox"/> 200 m Rad			
4	<input type="checkbox"/> Hochsprung <input type="checkbox"/> Weitsprung <input type="checkbox"/> Schleuderball <input type="checkbox"/> Seil			

Gebühren – ab 01.01.2015

Bearbeitungsgebühr bei Verleihung Bronze-, Silber-, oder Goldabzeichen einschließlich Anstecknadel	4,00 EUR
Bearbeitungsgebühr für die Bestätigung einer weiteren erfolgreichen Prüfung (ohne Anstecknadel)	3,00 EUR
Bearbeitungsgebühr Urkunde mit Abzeichen Bicolor mit Zahl 5 - 60	6,00 EUR