

Das Deutsche Sportabzeichen ist eine Auszeichnung des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) und wird für überdurchschnittliche und vielseitige körperliche Leistungsfähigkeit verliehen. Es ist ein Ehrenzeichen der Bundesrepublik Deutschland mit Ordenscharakter und stellt nicht auf die absolute Höchstleistung, sondern auf die persönliche Leistung möglichst vieler Menschen ab. Auch in diesem Jahr bietet die TG Welschingen wieder die Abnahme des Sportabzeichens für interessierte, sportbegeisterte Erwachsene an.

Allgemeine Hinweise:

Urkunde kann bei vielen Krankenkassen im Rahmen des Bonusprogramms eingereicht werden. Familiensportabzeichen ab 3 Mitgliedern möglich.

Sportabzeichen Erwach. - 2026				
Datum	Uhrzeit	Ort		
Trainings- und Abnahmeblock (Frühjahr)			Kategorie	
Mo. 13.04.2026	18.00 - 19.00	Halle Welschingen	Technik	Abnahme Technikdisziplinen I: [Medizinball/ Seilspringen/ Kraftausdauer (Plank, Dips)]
Mo. 20.04.2026	18.00 - 19.00	Halle Welschingen	Technik	Abnahme Technikdisziplinen II: [Koordinationsleiter / Kraftausdauer (Plank, Dips)]
Mo. 27.04.2026	18.45 - 20.00	Engen	Ausdauer	Abnahme: Nordic Walking Felsenparkplatz
Mo. 04.05.2026	19.00 - 20.00	Stadion Engen	Technik	Technik III: Weitsprung / Medizinball / Kraftausdauer
Mo. 11.05.2026	19.00 - 20.00	Stadion Engen	Schnelligkeit / Ausdauer	Abnahme: Sprint / Ausdauer 3000m
Mo. 18.05.2026	19.00 - 20.00	Stadion Engen	Schnelligkeit / Ausdauer	Abnahme: Sprint / Ausdauer 3000m
Pfingstferien				
Mo. 18.06.2026	19.00 - 20.00	Welschingen	Schnelligkeit	Abnahme: Radsprint 200m
KW25/26	tbd	Welschingen	Ausdauer	Abnahme 20 km (nach Bedarf) und ggf gemeinsamer Abschluss Frühjahrsblock
Mo. 22.06.2026	18.00 - 19.00	Halle Welschingen	tbd	Ersatztermin bei Bedarf
Mo. 29.06.2026	18.00 - 19.00	Halle Welschingen	tbd	Ersatztermin bei Bedarf

Trainings- und Abnahmeblock (Herbst) am min 5 TN - Halle Welschingen & Stadtgarten Engen				
Mo. 14.09.2026	18.00 - 19.00	Halle Welschingen	Technik	Abnahme Technikdisziplinen I: [Medizinball/ Seilspringen/ Kraftausdauer (Plank, Dips), Koordinationsleiter]
Mo. 21.09.2026	18.00 - 19.00	Halle Welschingen	Schnelligkeit	Abnahme: Radsprint 200m
Mo. 28.09.2026	18.45 - 20.00	Engen	Ausdauer	Abnahme: Nordic Walking Felsenparkplatz
Mo. 05.10.2026	19.00 - 20.00	Stadion Engen	Schnelligkeit / Ausdauer	Abnahme: Sprint / Ausdauer 3000m
Mo. 12.10.2026	18.00 - 19.00	Halle Welschingen	tbd	Ersatztermin bei Bedarf
Herbstferien				
So 22.11.2026		Welschingen		Überreichung Abzeichen und Urkunden beim Abschlussturnen

Hinweise zur Abnahme:

- Schwimmnachweis bitte direkt im Schwimmbad vom Bademeister bestätigen lassen. Dieser ist dann 5 Jahre gültig. Formular ist im Anhang zu finden. Erwachsene schwimmen 200m, siehe „Nachweis Schwimmfähigkeit“.
- Aus den 4 verschiedenen Kategorien (Ausdauer, Kraft, Koordination und Schnelligkeit) ist eine Disziplin zu absolvieren, die mindestens die Bronzeanforderung erfüllt. Die persönlichen Anforderungen sind unter www.splink.de/sportabzeichen zu finden. Die persönliche Anforderung richtet sich nach dem Geburtsjahr, nicht nach dem Alter am Abnahmetag.
- Unkostenbeitrag beträgt: Vereinsmitglieder: kostenlos / Nichtmitglieder: 15 €.
- Einzelabnahmen nach Vereinbarung möglich (Unkostenbeitrag 35 € zzgl. Porto)

Bitte um Beachtung von Terminänderungen, diese werden auf der Homepage aktualisiert. Für Rückfragen stehe ich gerne zur Verfügung auch per whatsapp.



**DEUTSCHES
SPORTABZEICHEN**

www.deutsches-sportabzeichen.de

Name _____ Vorname _____ Geburtsdatum _____

Straße _____ PLZ Ort _____

Ablegen einer Schwimmdisziplin aus den Disziplingruppen Ausdauer oder Schnelligkeit im Zuge der Sportabzeichen-Prüfung (hierbei genügt der entsprechende Eintrag in die Prüfkarte) bzw. durch folgende Möglichkeiten:

Zutreffendes bitte ankreuzen:

- ☐ Als Nachweis der Schwimmfähigkeit gilt auch, wenn eine Strecke aus der Disziplingruppe **Ausdauer** vollständig durchschwommen wird, die erreichte Zeit aber nicht der Mindestanforderung für die Leistungsstufe Bronze entspricht
Strecke: _____ Zeit: _____ (Min.) _____ (Sek.)
- ☐ 25 m in der geforderten Zeit in der Gruppe **Schnelligkeit**: Zeit: _____ (Min.) _____ (Sek.)
- ☐ <12 Jahre: 50 m Schwimmen ohne Zeitlimit (am Stück und ohne Unterbrechung) oder Vorlage des „Deutschen Jugendschwimmabzeichens“ ab Bronze
- ☐ ≥12 Jahre: 200 m Schwimmen in maximal 11 Min. (am Stück und ohne Unterbrechung) oder Vorlage des „Deutschen Jugendschwimmabzeichens“ in Gold, des „Deutschen Schwimmabzeichens“ bzw. des „Deutschen Rettungsschwimmabzeichens“ bei Abnahme durch DLRG, DSV, Wasserwacht, DRK, ASB sowie des „Deutschen Triathlon-Abzeichens“, des „Deutschen Fünfkampfabzeichens“ und des „Leistungsabzeichens Flossenschwimmen“
- ☐ 15 Min. Dauerschwimmen (im offenen Gewässer möglich), wobei eine offensichtliche Fortbewegung im Wasser ersichtlich sein muss
- ☐ 100 m Kleiderschwimmen in höchstens 4 Min. mit anschließendem Entkleiden im Wasser gemäß Ausführungsbestimmungen der DLRG bzw. Wasserwacht im DRK für diese Übung

Der Nachweis kann rückwirkend (vom laufenden Jahr) fünf Jahre (bei Erwachsenen) durch Vorlage einer Urkunde oder Prüfkarte anerkannt werden; bei Kindern und Jugendlichen genügt ein einmaliger Nachweis.

Beim Training und bei Prüfungen ist immer darauf zu achten, dass eine im Rettungswesen ausgebildete Person anwesend ist!

Datum der Prüfung: _____

Prüfer-Nr./Ident-Nr.: _____
(wenn vorhanden)

Stempel _____

Unterschrift Prüfer/in _____

Nationale Förderer



Anmeldeformular

Vorname: _____

Nachname: _____

Strasse: _____

PLZ, Ort: _____

Geburtsdatum: _____

Telefonnr.: _____