

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 die persönliche Leistung möglichst vieler Menschen ab.

Auch in diesem Jahr bietet der TG Welschingen wieder die Abnahme des Sportabzeichens für interessierte, sportbegeisterte Erwachsene an. Das Deutsche Sportabzeichen Nachfolgend finden Sie die Termine für Training und der Abnahme:

Trainingstermine Sportabzeichen Erwach.		
Datum	Uhrzeit	
Mo. 05.07.21	18.30	Übungseinheit Nordic Walking - Treffpunkt Felsenparkplatz Engen (Stadtgarten)
Mi. 07.07.21	18.30	Engen Stadion - Grundlagen Training (Laufen, Seilspringen)
Mi. 14.07.21	18.30	Engen Stadion mit Abnahme - Lauf / Wurf (Medizinball, 3000 m Lauf)
Mo. 19.07.21	18.30	Abnahme Nordic Walking-Strecke in Engen (Felsenparkplatz)
Mi. 21.07.21	18.30	Engen Stadion - Sprungtraining und Sprint (Standweitsprung / Weitsprung / Hochsprung)
Mi. 28.07.21	18.30	Abnahme Engen Stadion - Sprung, und restlichen Disziplinen
Termin nach Vereinbarung		Abnahme Radsprint in Welschingen
Termin nach Vereinbarung		Abnahme Radfahren 20 km in Welschingen (Richtung Binningen)
Termin nach Vereinbarung		Abschluss und Überreichnung Abzeichen

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 Schwimmfertigkeit“.
- 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.sportabzeichen.dosb.de/requirements zu finden. Die persönliche Anforderung richtet sich nach dem Geburtsjahr, nicht nach dem Alter am Abnahmetag.
- Der Unkostenbeitrag beträgt 10,00 €. Eine Mitgliedschaft im Verein ist nicht erforderlich.

Bitte um Beachtung von ggf. kurzfristigen Terminänderungen. Diese werden ggf. kurzfristig 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 Schwimmfertigkeit 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.:
