

DEUTSCHES SPORTABZEICHEN



**DU BEWEGST DICH GERNE?
HAST SPASS AM SPORT?**

Dann stelle Dich der Herausforderung "Deutsches Sportabzeichen"

WAS KANNST DU SCHAFFEN?

Bronze, Silber oder sogar Gold! Laufen, Werfen, Springen und Schwimmen. Beweise, was in Dir steckt und versuche Dich zusammen mit über einer halben Million anderen sportbegeisterten Kindern und Jugendlichen von 6 - 17 Jahren am

DEUTSCHEN SPORTABZEICHEN 2017

JEDER KANN DAS SPORTABZEICHEN MACHEN... JEDES JAHR!

Die Leistungsanforderungen für das Deutsche Sportabzeichen sind mit ein wenig Training für alle zu schaffen!

Aus jeder der vier Disziplin-Gruppen **AUSDAUER, KRAFT, SCHNELLIGKEIT** und **KOORDINATION** kann man eine Disziplin wählen.

SCHWIMMEN musst Du können (NACHWEIS)!

Welche Leistung Du in den einzelnen Disziplinen erfüllen musst, ist **NACH ALTER, GESCHLECHT** und **MÖGLICHER BEHINDERUNG** eingeteilt.

Alle vier Leistungen müssen erfolgreich (MINDESTENS BRONZE) von Dir für das Sportabzeichen absolviert werden!

UNSER SPORTABZEICHEN WETTBEWERB

Wir, die Turnabteilung der SpVgg Greuther Fürth haben für Euch die fachliche Kompetenz und die erforderlichen Geräte und Sportanlagen für diesen Wettbewerb

Training und Prüfung:

Mit den Übungsleiter/-innen konntest Du Dich bereits in den vergangenen Turnstunden gezielt vorbereiten.

Jetzt wollen wir Trainer/innen zusammen mit unserem Vorsitzenden André Eckert, der BLSV Prüfer für das Deutsche Sportabzeichen ist, Dich an den Start bringen!

WANN KANNST DU DEIN SPORTABZEICHEN ABLEGEN?

In Deinen Turnstunden am Montag und am Mittwoch **und an einem vorher vereinbarten Tag bieten wir nachmittags Schwimmen an (Deine Rückmeldung ist erforderlich)**

| | | |
|---------------------|-----------------------|--|
| Die Übungen: | AUSDAUER: | 800 m Lauf / 200 m Schwimmen |
| | KRAFT: | Schlagball (80 g) / Wurfball (200 g) |
| | SCHNELLIGKEIT: | Laufen 30 m, 50 m, 100 m / 25 m Schwimmen |
| | KOORDINATION: | Weitsprung |

Das WICHTIGSTE beim Deutschen Sportabzeichen 2017 ist...

DER SPASS!!!