

Was ist das Sportabzeichen?

Das Deutsche Sportabzeichen ist eine Auszeichnung des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB).

Die zu erbringenden Leistungen orientieren sich an den motorischen Grundfähigkeiten **Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination**. Aus jeder dieser Disziplingruppen muss eine Übung erfolgreich abgeschlossen werden. Der Nachweis der Schwimmfähigkeit ist notwendige Voraussetzung für den Erwerb des Deutschen Sportabzeichens.



Hier finden Sie die Anforderungen für die jeweiligen Alterklassen:

 [Sportabzeichen Leistungskatalog Erwachsene.pdf](#)

 [Sportabzeichen Zusatzmöglichkeiten Kraft.pdf](#)

Weitere Informationen und die Anforderungen finden Sie unter:

<https://www.deutsches-sportabzeichen.de/>

Man kann aus allen vier Bereichen eine Disziplin auswählen, wobei aber mindestens einmal Schwimmen dabei sein muss. Alternativ kann man auch einen gesonderten Schwimmnachweis erbringen.

Sie möchten das Sportabzeichen ablegen?

Aktionstage 2024:

Samstag, 14.09. ab 9:00 Uhr, Sportgelände TSG Heidelberg (INF)

Samstag, 05.10., ab 9:00 Uhr, Sportgelände TSG Heidelberg (INF)

(individuelle Termine sind auf Anfrage möglich)

Zur Anmeldung schicken Sie eine Mail an FitimKlinikum.GB1@med.uni-heidelberg.de mit diesem Formular:

 [Anmeldung Sportabzeichen.pdf](#)

Außerdem benötigen wir bis spätestens Mitte Dezember den Schwimmnachweis:

 [Schwimmnachweis.pdf](#)

(absolvieren Sie die den Anforderungen entsprechende Disziplin --> siehe Anmeldeformular)