



## Ausschreibung

### Aktionstag BUDDY Sportabzeichen

im Rahmen der Landestour des LandesSportBundes Sachsen-Anhalt e.V.

<b>Termin</b>	Dienstag, den 17.09.2024
<b>Zeit</b>	08:30 – 12:30 Uhr
<b>Ort</b>	Sportplatz, Starenweg 19, 06485 Quedlinburg

#### Folgende Disziplinen werden angeboten

Für das Sportabzeichen muss jede der vier Disziplingruppen mit mind. Bronze erfüllt werden!

Ausdauer	Schnelligkeit
- <b>800m Lauf</b> (alle AK 6-17) - <b>Dauerlauf</b> (alle AK 6-17) - <b>3.000m Lauf</b> (ab AK 18) - <b>4 km Walking</b> (MmB BK I ab AK 18) - <b>Rollstuhlfahren</b> (MmB BK H ab AK 6)	- <b>30m Lauf</b> (alle AK 6-9) - <b>50m Lauf</b> (alle AK 10-13, ab AK 40) - <b>100m Lauf</b> (alle AK 18-39) - <b>Rollstuhlfahren</b> (MmB BK H ab AK 6)
> <b>Schwimmen</b> < (siehe unten)	> <b>Schwimmen</b> < (siehe unten)
Kraft	Koordination
- <b>Schlagball (80g)</b> (alle AK 6-11 m, AK 6-13 w) - <b>Wurfball (200g)</b> (alle AK 12-17 m, AK 14-17 w) - <b>Medizinball</b> (AK 6-11, ab AK 18, MmB ab AK 6)	- <b>Zonenweitsprung</b> (AK 6-9) - <b>Weitsprung</b> (ab AK 10, MmB ab AK 6) - <b>Zielwurf</b> (MmB ab AK 6) - <b>Rollstuhlparcours</b> (MmB BK H ab AK 6)

Für die Zuordnung zur Altersklasse (AK) ist das Alter entscheidend, dass im Kalenderjahr erreicht wird!  
Legende: MmB = Menschen mit Behinderung; AK = Altersklasse

**Wichtiger Hinweis** Für die Beurkundung des Sportabzeichens ist auch ein **Nachweis der Schwimmfertigkeit** notwendig. Je nach Altersklasse gibt es unterschiedliche Möglichkeiten:

- 50 m in beliebiger Zeit (AK 6-11)
- 200 m in max. 11 min (ab AK 12)
- oder in der Disziplingruppe Ausdauer oder Schnelligkeit

Ab der AK 18 darf der Nachweis nicht älter als fünf Jahre sein, bei Kindern und Jugendlichen (AK 6-17) ist ein einmaliger Nachweis ausreichend.

**Meldung** Für die **Anmeldung** stellt der **KSB eine digitale Excelvorlage** zur Verfügung. Einzelteilnehmer können ohne Voranmeldung teilnehmen (letzte Anmeldung 11:00 Uhr).

**Kontaktadresse/ Meldeadresse** KreisSportBund Harz e.V. // BRSV "Sine- Cura" e.V.  
Ansprechpartner Claudia Sawas // Petra Klingner  
Telefon 03943 55711-25 // 0151 52534406  
E-Mail sawas.c@ksb-harz.de // petra.klingner@t-online.de