

Ausschreibung (Änderungen vorbehalten)

Aktionstag Deutsches Sportabzeichen

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



Termin	Mittwoch, den 20. August 2025
Zeit	14:00-18:00 Uhr
Wo?	Sportforum Blankenburg, Regensteinsweg 12, 38889 Blankenburg
Wer?	Einrichtungen, Vereine, Unternehmen, Einzelsportler, Interessierte (nachmittags) – die Teilnahme ist kostenlos!

Folgende leichtathletische Disziplinen werden angeboten:

Für das Sportabzeichen muss in jeder Disziplingruppe mindestens Bronze erfüllt werden!

Ausdauer	Schnelligkeit
- 800m Lauf (AK 6-17) - 1.500m Lauf (MmB BK I ab AK 18) - 3.000m Lauf (ab AK 18)	- 30m Lauf (AK 6-9) - 50m Lauf (AK 10-13, ab AK 40) - 100m Lauf (AK 18-39)
> Schwimmen < (siehe unten)	> Schwimmen < (siehe unten)
Kraft	Koordination
- Schlagball (80g) (AK 6-11 m, AK 6-13 w) - Wurfball (200g) (AK 12-17 m, AK 14-17 w) - Standweitsprung (ab AK 6) - Kugelstoßen (ab AK 12) - Medizinball (AK 6-11, ab AK 18, MmB ab AK 6) - Liegestütze / Bauchpresse / Beugestütz (ab AK 18)	- Zonenweitsprung (AK 6-9) - Weitsprung (ab AK 10, MmB ab AK 6) - Zielwurf (MmB ab AK 6) - Seilspringen (ab AK 6)

Für die Zuordnung zur Altersklasse ist das Alter entscheidend, das im Kalenderjahr erreicht wird!

Legende: MmB = Menschen mit Behinderung; AK = Altersklasse

Wichtiger Hinweis Für die Beurkundung des Sportabzeichens ist auch ein **Nachweis der Schwimmfähigkeit** 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 Interessierte können ab 14:00 Uhr teilnehmen – bei Einzelteilnehmern ist eine Voranmeldung gewünscht (QR-Code oder unter <https://eveeno.com/sportabzeichen>). Bei Gruppen ab 5 Personen stellen wir eine Excelliste zur Verfügung. Letzte Anmeldung am 20.08.2025 ist um 16:30 Uhr.



Kontakt-/Meldeadresse	KreisSportBund Harz e.V., Dornbergsweg 30, 38855 Wernigerode
	Ansprechpartner Claudia Sawas / Thomas Trautmann
	Telefon 03943 55711-25 /-15
	E-Mail sawas.c@ksb-harz.de / trautmann.th@ksb-harz.de