

Ausschreibung

Aktionstag Deutsches Sportabzeichen *inklusiv*

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



Termin	Mittwoch, den 04.09.2024
Zeit	08:00 – 13:00 Uhr (Schulen) 14:00 – 18:00 Uhr (offen für Alle)
Ort	Sportforum Wernigerode, Kohlgartenstr. 1, 38855 Wernigerode
Teilnehmer	Wernigeröder Schulen (vormittags) // Einrichtungen, Vereine, Unternehmen, Einzelsportler (nachmittags) – die Teilnahme ist kostenlos!

Folgende leichtathletische Disziplinen werden angeboten

Für das Sportabzeichen muss jede der vier Disziplingruppen mit mind. 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) <i>nur nachmittags</i> - Medizinball (AK 6-11, ab AK 18, MmB ab AK 6)	- 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 (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 (bis AK 16-17) ist ein einmaliger Nachweis ausreichend.

Der Nachweis der Schwimmfertigkeit kann am 04.09.2024 von 15:00–18:00 Uhr in der Schwimmhalle Wernigerode erbracht werden.

Meldung Gruppen ab 6 Personen sind gebeten, sich bis zum 07.08.2024 (Schule bis zum 05.06.2024) anzumelden. Für die **Anmeldung** stellt der **KSB eine digitale Excelvorlage** zur Verfügung. Einzelteilnehmer können ohne Voranmeldung ab 14:00 Uhr teilnehmen (letzte Anmeldung 16:30 Uhr).

**Kontaktadresse/
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