

Sportabzeichen bei der TSG- Friolzheim e.V.

Fitnessstest für Jung & Alt (6-90Jahre)

Wo : Sportplatz Friolzheim

Wann : Freitag, 28. September 2018, 17:00 Uhr

Was : Abnahme von Leistungen aus den 4 Disziplingruppen des Deutschen Sportabzeichens (Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit u. Koordination).

Dies ist **kein** Wettkampf, aber ein Leistungsabzeichen für überdurchschnittliche und vielseitige körperliche Fähigkeiten. Es gibt 4 bzw. 5 Disziplingruppen und zwar Ausdauer (z.B. 800m/1000m od. 3000m – Lauf...), Kraft (z. B. Standweitsprung/ Schlagball/ Medizinballwurf...), Schnelligkeit (z. B. 30m/50m -Sprint...) und Koordination (z.B. Seilspringen od. Zonenweitwurf...) und **Schwimmen**.

Zum Thema Schwimmen: Der Nachweis der Schwimmfertigkeit ist begrenzt auf 5 Jahre und bezieht sich auf das Ausstellungsjahr. Nachweis kann rückwirkend (vom laufenden Jahr) bei Erwachsenen 5 Jahre anerkannt werden, wenn eine entsprechende Bescheinigung vorgelegt wird. Für Kinder und Jugendliche genügt ein einmaliger Nachweis. Auch dieser Nachweis kann rückwirkend vorgelegt werden.

Aus jeder Disziplingruppe muss eine Übung mit mindestens 1 Punkt erreicht werden. Die erreichten Punkte werden addiert und nach dem Gesamtpunktwert ergibt sich eine Verleihung in Bronze, Silber oder Gold.

Ein Nachweis (Urkunde oder Prüfkarte) über die Schwimmfähigkeit aus den letzten 5 Jahren wird für 2018 anerkannt. Für Kinder und Jugendliche genügt ein einmaliger Nachweis. Die Mitgliedschaft in einem Sportverein ist keine notwendige Voraussetzung für den Erwerb des Sportabzeichens. Die Ergebnisse der diesjährigen Bundesjugendspiele können in die Wertung einbezogen werden, falls die Bedingungen erfüllt werden.

Nun bitten wir euch bzw. Sie den unteren Abschnitt auszufüllen und bis zum 26. Sep. bei einem der Übungsleiter abzugeben.

Auf eine zahlreiche Teilnahme freut sich eure TSG- Friolzheim.

Birgit Bischoff, Katrin Göhrum, Claudia Lux, Andrea Langer und Marion Poth.

Bitte hier abtrennen!!

Anmeldung zur Sportabzeichenabnahme am Freitag, den 29. Sept. 2018

Wir/ Ich nehmen teil !

Name:.....Vorname:.....

Geb.-Dat.:.....Adresse:.....

Name:.....Vorname.....

Geb.-Dat.:.....Adresse:.....

Name:.....Vorname:.....

Geb.-Dat.:.....Adresse:.....

Unterschrift der/des Erziehungsberechtigten:

.....