

„125 - Sportabzeichen“

Liebe Sporttreibende,

die Aktion "125 Sportabzeichen" ist ein interessantes und abwechslungsreiches Trainings- und Leistungsangebot im TSV-Jubiläumsjahr.

Damit ist die Idee verbunden, dass sich möglichst viele Sportinteressierte in unterschiedlichen Sportarten messen und zugleich die Kameradschaft und den Gemeinschaftsgedanken stärken.

Die Abteilung Turnen und Leichtathletik wünscht dabei viel Spaß und Erfolg.

Klaus Bender
Abteilungsleiter



Jedes Jahr legen 50 bis 70 Sportler in Riederich die Prüfung für das Deutsche Sportabzeichen ab.

Das Herzstück ist die Sportabzeichengruppe der Abteilung Turnen und Leichtathletik, in der die Sportlerinnen und Sportler auf das Abzeichen hin trainieren. Von April bis Oktober trainieren sie freitagsabends gemeinsam im Alfred-Barner-Stadion.

Passend zum 125-jährigen Bestehen des TSV Riederich wollen wir es schaffen, dass mindestens **125** Sportlerinnen und Sportler das Sportabzeichen ablegen.

Wir zählen auf alle Mitglieder des Vereins – macht mit !



Rahmenbedingungen

Die Abteilung Turnen und Leichtathletik mit ihren Fachbereichen Turnen, Leichtathletik und Gesund&Fit bietet von **April bis September** mehrere Termine an, bei denen die Leistungen für das Deutsche Sportabzeichen abgelegt werden können.

Dazu gehört:

- Eine Einweisung in die Regeln und Disziplinen des Deutschen Sportabzeichens
- Aufwärmen und Üben der einzelnen Disziplinen durch qualifizierte Trainer
- Abnahme der Leistungen und Bestätigung dieser auf der Teilnehmerkarte durch Trainer und Kampfrichter
- Erfassung der Leistungen gesamt und Beantragung des Sportabzeichens bei dem DOSB.
- Bei erfolgreicher Verleihung des Deutschen Sportabzeichens erhält jeder Teilnehmer die Urkunde und das Sportabzeichen in Gold, Silber oder Bronze.

Organisatorisches:

- Teilnahme nur für TSV-Mitglieder und Riedericher Bürger.
- Jeder Teilnehmer hat eine Teilnehmer-/ Laufkarte auszufüllen. Diese wird beim ersten Termin ausgegeben. Sie ist ggf. zu den weiteren Terminen mitzubringen, bis alle „Fähigkeiten/Leistungsanforderungen“ erfolgreich erfüllt wurden. Danach ist die Laufkarte bei Petra Haas abzugeben.
- **Gruppen ab 5 Personen müssen sich zwingend vorher bei den Ansprechpartnern anmelden !**
- Für die Schwimmfähigkeit muss in einem Frei- oder Hallenbad die Leistung beim Bademeister abgelegt und bestätigt werden.
- Aktuelle Infos laufend unter www.tsv-riederich.de/125Sportabzeichen



Termine

Turnen (Gutenberghalle)

Training nach Absprache mit Daniela Plogstedt oder Marc Sensbach zu unseren üblichen Trainingszeiten

Hauptabnahme:

Sa. 02. Juli

Ersatztermin:

Mi. 28. September, 18:00 – 20:00 Uhr

Leichtathletik (Alfred-Barner-Stadion)

Fr. 29. April, 18:30 Uhr

Fr. 20. Mai, 18:30 Uhr

Fr. 01. Juli, 18:30 Uhr

So. 17. Juli, 11:00 Uhr Vereinsmeisterschaften

Fr. 16. September, 18:30 Uhr

Fr. 30. September, 18:30 Uhr

Walking/Nordic Walking (Alfred-Barner-Stadion)

Fr. 29. April, 16.30 Uhr

Fr. 20. Mai, 16.30 Uhr

Mi. 22. Juni, 18.00 Uhr

So 17. Juli, 15.00 Uhr

Fr. 16. September, 16.30 Uhr

Radfahren 20km (Bushaltestelle nach Mittelstadt Ortsausgang) Helmpflicht, kein E-Bike !

Mi. 20. April, 18:00 Uhr Vorbereitung Strecke Abfahren

Mi. 27. April, 18:00 Uhr Abnahme 20km

Di. 17. Mai, 18:00 Uhr Abnahme 20km

Di. 17. Mai, 20:15 Uhr Vorbereitung Strecke Abfahren

Mi. 08. Juni, 18:00 Uhr Abnahme 20km

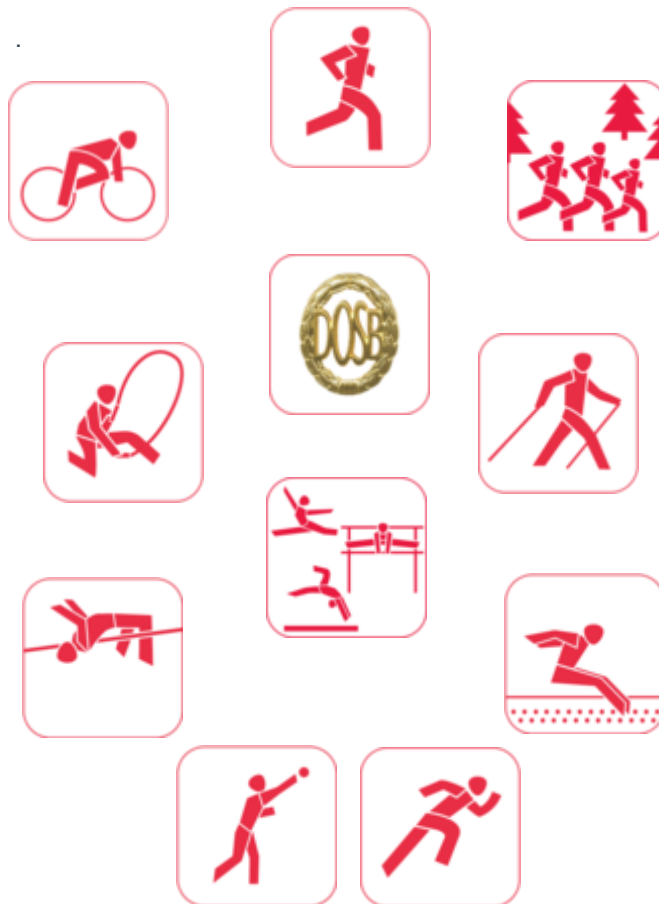
Di. 14. Juni, 18:00 Uhr Abnahme 20km

Am 27.4., 8.6. und 14.6. besteht auch die Möglichkeit die Schnelligkeitsanforderung über 200m abzulegen (nach dem 20km Radfahren)



Warum Deutsches Sportabzeichen ?

Das **Deutsche Sportabzeichen** soll Menschen zu Bewegung im Alltag antreiben und diese entsprechend ihrem Alter, ihren Neigungen und Fähigkeiten im Sport fördern.



Das Deutsche Sportabzeichen ist eine Auszeichnung des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB). Es ist die höchste Auszeichnung außerhalb des Wettkampfsports und wird als Leistungsabzeichen für überdurchschnittliche und vielseitige körperliche Leistungsfähigkeit verliehen.

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 (Leistungsstufe Bronze). Der Nachweis der Schwimmfähigkeit ist notwendige Voraussetzung für den Erwerb des Deutschen Sportabzeichens. Das Deutsche Sportabzeichen wird verliehen

- als Deutsches Sportabzeichen für Kinder und Jugendliche an Jungen und Mädchen, ab dem Kalenderjahr, in dem das 6. Lebensjahr vollendet wird
- als Deutsches Sportabzeichen an Erwachsene, ab dem Kalenderjahr, in dem das 18. Lebensjahr vollendet wird. Das Deutsche Sportabzeichen ist ein Ehrenzeichen der Bundesrepublik Deutschland mit Ordenscharakter und wird an Männer und Frauen verliehen, die in einem Kalenderjahr (01.01.-31.12.) die Leistungsanforderungen erfüllt haben. Pro Kalenderjahr kann es einmal erworben und beurkundet werden.



Ansprechpartner

Turnen

Daniela Plogstedt
d.plogstedt@tsv-riederich.de - 07123 / 6660

Marc Sensbach
m.sensbach@tsv-riederich.de - 07127 / 5703424

Leichtathletik

Rainer Haas
r.haas@tsv-riederich.de – 07123 / 32260

Petra Haas
p.haas@tsv-riederich.de – 07123 / 32260

Tilo Steinmaier
t.steinmaier@tsv-riederich.de – 07123 / 32700

Walking/Nordic Walking

Gabriele Kleiner
g.kleiner@tsv-riederich.de – 07123 / 60157

Radfahren

Klaus-Dieter Bach
k-d.bach@tsv-riederich.de – 07123 / 31730