

# VERANSTALTER



**Kölner Turnerschaft  
von 1843 e.V. (KT43)**



**StadtBezirks-  
SportVerband 1 (SBSV1)**

Die Kölner Turnerschaft von 1843 e.V., der StadtBezirks-Sport-Verband 1 und das Bürgeramt Innenstadt möchten Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen die Gelegenheit geben, mit dem Erwerb des "Deutschen Sportabzeichens" ihre Fitness unter Beweis zu stellen. **Die Abnahme der Sportabzeichen-Prüfung ist grundsätzlich auch für Menschen mit Behinderung möglich!**

## Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

Joachim Heister, Vorsitzender  
Kölner Turnerschaft von 1843 e.V.

Jana Kellermann, Vorsitzende  
StadtBezirks-SportVerband 1

Kontakt:  
vorstand@sbsv1.de

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 Gruppen muss eine Übung erfolgreich abgeschlossen werden (Leistungsstufe Bronze).

Der Nachweis der Schwimmfähigkeit ist notwendige Voraussetzung für den Erwerb des Deutschen Sportabzeichens.

---

## Internetseiten

StadtBezirks-SportVerband 1  
Sportabzeichen-Anforderungen unter:  
**[www.sbsv1.de](http://www.sbsv1.de)**

DOSB  
Alle weiteren Informationen zum Sportabzeichen:  
**[www.deutsches-sportabzeichen.de](http://www.deutsches-sportabzeichen.de)**

---

Trainingstipps für das Sportabzeichen:  
**<https://sportabzeichen.dosb.de/tipps>**

# Tag des Sportabzeichens Samstag, 23. September 2023 09.30 - 14.00 Uhr



**Sportanlage der KT 43  
Vogelsanger Str. 1, 50672 Köln**  
Schirmherr: Bezirksbürgermeister Andreas Hupke

**Kölner Turnerschaft von 1843 e.V.  
StadtBezirks-SportVerband 1**

# SPORTABZEICHEN

# TRAINING

# ANMELDUNG

## Tag des Sportabzeichens

**Samstag, 23. September 2023**  
09.30-14.00 Uhr

Den detaillierten Zeitplan erhalten Sie nach Anmeldeschluss an Ihre eMail-Adresse!

Bitte bringen Sie sowohl zum Tag des Sportabzeichens, als auch zur Schwimmprüfung Ihre Einzelprüfkarte bereits ausgefüllt mit. Diese können Sie unter [www.deutsches-sportabzeichen.de](http://www.deutsches-sportabzeichen.de) unter Download ausdrucken.

Startgebühr  
Jugendliche 3,00 €  
Erwachsene 5,00 €



Damit Sie am Tag des Sportabzeichens auch richtig fit sind und die unterschiedlichen Übungen aus dem FF beherrschen, lohnt es sich, unsere Übungsangebote wahrzunehmen.

### Der Weg ist das Ziel!

Hier kann trainiert werden:

#### Leichtathletik

Sportanlage KT 43, Vogelsanger Str. 1, 50672 Köln  
jeweils Donnerstag 18.00-19.30 Uhr

#### Gerätturnen

Turnhalle Gymnasium Kreuzgasse, Vogelsanger Str. 1, 50672 Köln  
jeweils Dienstag 20.00-22.00 Uhr

### Nachweis der Schwimmfertigkeit

Für die Anmeldung ist ein Nachweis der Schwimmfertigkeit Voraussetzung. Der Nachweis kann rückwirkend (vom laufenden Jahr) fünf Jahre (bei Erwachsenen) durch Vorlage einer Urkunde oder Prüfkarte anerkannt werden; bei Kindern und Jugendlichen genügt ein einmaliger Nachweis. Hinweise, wo der Nachweis der Schwimmfertigkeit erworben werden kann, erhalten Sie nach Anmeldung per eMail.

### Voraussetzung: Nachweis der Schwimmfertigkeit 2023

Der Nachweis kann rückwirkend (vom laufenden Jahr) fünf Jahre (bei Erwachsenen) durch Vorlage einer Urkunde oder Prüfkarte anerkannt werden; bei Kindern und Jugendlichen genügt ein einmaliger Nachweis.

### In diesen Disziplinen können Sie geprüft werden Kreuzen Sie je Kategorie eine Disziplin an!

Kat.	Disziplin	Kat.	Disziplin
Ausdauer	3.000 m Lauf / 800 m Lauf <input type="checkbox"/>	Schnelligkeit	Laufen <input type="checkbox"/>
	7.5 km Walk. / Nordic Walk. <input type="checkbox"/>		25 m Schwimmen <input type="checkbox"/>
	Schwimmen <input type="checkbox"/>		Gerätturnen <input type="checkbox"/>
Kraft	Medizinballwurf <input type="checkbox"/>	Koordination	Hochsprung <input type="checkbox"/>
	Kugelstoßen <input type="checkbox"/>		Weitsprung <input type="checkbox"/>
	Schlagballwurf (80 g) <input type="checkbox"/>		Zonenweitsprung <input type="checkbox"/>
	Wurfballwurf (200 g) <input type="checkbox"/>		Seilspringen <input type="checkbox"/>
	Standweitsprung <input type="checkbox"/>		Gerätturnen <input type="checkbox"/>
	Gerätturnen <input type="checkbox"/>		Rote Disziplinen nur für Kinder und Jugendliche

Name .....

Vorname .....

Straße .....

PLZ/Ort .....

Geb. Dat. .... Telefon .....

eMail .....

Bitte in Druckbuchstaben schreiben!

Per eMail bis zum 15. September 2023 schicken an:

[vorstand@sbsv1.de](mailto:vorstand@sbsv1.de)

Jana Kellermann (Vorsitzende StadtBezirks-SportVerband 1)

