

DIESES JAHR
BRONZE,
NÄCHSTES
JAHR GOLD?

MEIN STUNDENPLAN

SPORTCHALLENGE?
YEAH!
LET'S GO!

UHRZEIT	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG

Pausenzeit ist Bewegungszeit

Zeit für Sport und Spiel im Verein

DEINE ELTERN
KÖNNEN AUCH
MITMACHEN!

WELCHE
SPORTARTEN
KANNST DU?

NOCH TAGE BIS
ZUM ABZEICHEN.
VORFREUDE?

:)

:(

WELCHE ÜBUNG
PASST AM
BESTEN ZU DIR?

DEUTSCHES SPORTABZEICHEN

EINE AUSZEICHNUNG DES DEUTSCHEN OLYMPISCHEN SPORTBUNDES (DOSB)

SPORTCHALLENGE? LET'S GO!

Sport macht Spaß! Zeig, was in dir steckt. Egal wie alt Du bist, welches Geschlecht, welche geschlechtliche Identität oder ob Du eine Behinderung hast.

Nutze das Jahr und meistere vier Übungen mit Erfolg. Zusätzlich zeigst Du, dass Du schwimmen kannst. Dabei kannst Du selbst wählen, in welcher Sportart Du Dich austoben möchtest. Egal, ob Seilspringen, Turnen oder Tischtennis. Auf jeden Fall brauchst Du Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination. Probiere Dich aus und lerne auch was Neues kennen.

DARAUF FREUE ICH MICH BESONDERS (bitte ankreuzen):



Flitzen



Purzelbaum



Kicken



Seilspringen

Und diese Sportart möchte ich gerne mal ausprobieren:

WELCHES LEVEL
WILLST DU
KNACKEN?



AUSDAUER



KRAFT



SCHNELLIGKEIT



KOORDINATION

EIN ERLEBNIS GEMEINSAM MIT ANDEREN – WANN UND WO?

Das Deutsche Sportabzeichen macht Spaß. Frag doch mal in Deiner Schule oder beim Sportverein um die Ecke nach. Oder geh' gemeinsam mit Deinen Eltern auf www.deutsches-sportabzeichen.de und schau nach dem nächstgelegenen Sportabzeichen-Treff.

DIESES JAHR BRONZE, NÄCHSTES JAHR GOLD?

Wenn Du das Deutsche Sportabzeichen bestanden hast, kannst Du richtig stolz auf Dich sein. Können Deine Freunde und Eltern das auch? Stelle sie doch einmal vor diese Herausforderung und sei nächstes Jahr wieder dabei. Deal?

Ich möchte das Deutsche Sportabzeichen gemeinsam ablegen mit:

ALLES KLAR? BIST DU BEREIT?

DANN AUF GEHT'S: SPORTTASCHE PACKEN UND LOS!

