

DOSB - DBS			Laufzettel/Prüfkarte für weibliche und männliche Jugend										Ab 2008		
Name:			Vorname:							Geburtstag:					
Strasse:			Ort:							PLZ:					
1. Bronze - 2. Silber - 3. Gold - 4. Gold "4" - 5. Gold "5" - 6. Gold "6" - 7. Gold "7" 8. Gold "8" - 9. Gold "9" - 10. Gold "10"															
Anzahl bereits erworbener Sportabzeichen			Behinderungsklasse: <b>D I - einseitige Armbehinderung (GdB 20 bis 40 v.H.)</b>												
1. als w/m Schüler im Alter von 6-12 Jahre			Jahr der Prüfung				Jahr der letzten Prüfung				Schule/Verein				
2. als w/m Jugendlicher im Alter von 13-17 Jahre			<b>20</b>												
	Übung	weiblich						männlich						Erzielte Leistungen	
		8+9	10+11	12	13	14+15	16+17	8+9	10+11	12	13	14+15	16+17	Datum, Unterschrift	
1	a) Schwimmen in beliebiger Zeit, ohne Pause	50	50	50	--	--	--	50	50	50	--	--	--	m	
	b) 200 m Schwimmen	--	--	--	10:30	9:30	8:30	--	--	--	9:30	8:30	7:30	Min.	
2	a) Weitsprung aus dem Absprungraum (80 cm)	2,05	2,25	2,55	2,75	3,00	3,25	2,25	2,45	2,75	3,30	3,80	4,20	m	
	b) Hochsprung	0,60	0,70	0,80	0,85	0,90	0,95	0,65	0,75	0,85	1,10	1,15	1,20	m	
3	a) 50 m Lauf	10,8	10,5	9,9	--	--	--	10,7	10,4	9,8	--	--	--	Sek.	
	b) 75 m Lauf	--	--	--	14,1	13,8	--	--	--	--	12,8	--	--	Sek.	
	c) 100 m Lauf	--	--	--	18,4	17,8	17,2	--	--	--	16,1	15,5	14,9	Sek.	
	d) 300 m Inline-Skating 1)	1:08	1:03	0:56	0:58	0:54	0:51	--	--	--	--	--	--	Min.	
	e) 500 m Inline-Skating 1)	--	--	--	--	--	--	2:05	1:53	1:44	1:34	1:29	1:25	Min.	
4	a) Schlagballweitwurf 80 g	8,00	10,00	14,00	--	--	--	15,00	17,00	21,00	--	--	--	m	
	b) Wurfballweitwurf 200 g	--	--	--	17,00	20,00	23,00	--	--	--	26,00	29,00	32,00	m	
	c) Schleuderballweitwurf (1 kg)	--	--	--	17,00	20,00	23,00	--	--	--	23,00	26,00	29,00	m	
	d) Kugelstoßen	--	--	--	4,20	5,20	5,50	--	--	--	7,00	7,00	7,00	m	
	Kugelgewicht	--	--	--	3	3	4	--	--	--	3	4	5	kg	
	e) 100 m Schwimmen	3:42	3:22	3:02	2:52	2:42	2:32	3:20	3:00	2:40	2:30	2:20	2:10	Min.	
5	a) Lauf in beliebiger Zeit	400	600	800	--	--	--	600	800	1.000	--	--	--	m	
	b) 1.000 m Lauf	--	--	--	7:00	6:30	6:00	--	--	--	5:10	4:45	4:15	Min.	
	c) 2.000 m Lauf	--	--	--	16:00	15:00	14:00	--	--	--	10:40	9:50	8:50	Min.	
	d) 3.000 m Lauf	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	15:15	13:45	Min.	
	e) Radfahren	23:30	43:30	40:30	79:00	74:00	69:00	21:00	39:00	36:00	71:00	66:00	61:00	Min.	
	Radfahrstrecke	5	10	10	20	20	20	5	10	10	20	20	20	km	
	f) Skilanglauf in beliebiger Zeit, 13 - 17 Jahre 2)	2	3	4	4	5	5	2	3	4	5	6	8	km	
	g) Schwimmen in beliebiger Zeit	100	150	200	--	--	--	100	150	200	--	--	--	m	
	h) 500 m Schwimmen	--	--	--	21:30	19:30	17:30	--	--	--	16:00	15:30	15:00	Min.	
i) 5.000 m Inline-Skating 1)	--	--	--	24:00	21:00	19:30	--	--	--	19:00	17:00	15:00	Min.		
Prüferin/Prüfer:		Prüflicenznummer:					Altersklasse bitte markieren					Nr. der Urkunde:			
1) Siehe Hinweis in den Bestimmungen Deutsches Sportabzeichen für Menschen mit Behinderungen (Anhang)							Unterschrift Arzt/Ärztin - Datum - Ausgleichbedingung - GdB								
2) 1 Pause von 5 Minuten ist erlaubt															

DOSB - DBS			Laufzettel/Prüfkarte für weibliche und männliche Jugend										Ab 2008		
Name:			Vorname:							Geburtstag:					
Strasse:			Ort:							PLZ:					
1. Bronze - 2. Silber - 3. Gold - 4. Gold "4" - 5. Gold "5" - 6. Gold "6" - 7. Gold "7" 8. Gold "8" - 9. Gold "9" - 10. Gold "10"															
Anzahl bereits erworbener Sportabzeichen			Behinderungsklasse: <b>D II - einseitige Armbehinderung (GdB 50 bis 60 v.H.)</b>												
1. als w/m Schüler im Alter von 6-12 Jahre			Jahr der Prüfung					Jahr der letzten Prüfung							
2. als w/m Jugendlicher im Alter von 13-17 Jahre			<b>2 0</b>										Schule/Verein		
	Übung	weiblich						männlich						Erzielte Leistungen	
		8+9	10+11	12	13	14+15	16+17	8+9	10+11	12	13	14+15	16+17	Datum, Unterschrift	
1	a) Schwimmen in beliebiger Zeit, ohne Pause	50	50	50	--	--	--	50	50	50	--	--	--	m	
	b) 200 m Schwimmen	--	--	--	11:00	10:00	9:00	--	--	--	10:00	9:00	8:00	Min.	
2	a) Weitsprung aus dem Absprungraum (80 cm)	2,00	2,20	2,40	2,50	2,75	3,00	2,20	2,40	2,70	3,05	3,55	3,80	m	
	b) Hochsprung	0,57	0,67	0,77	0,80	0,85	0,90	0,62	0,72	0,82	1,05	1,10	1,15	m	
3	a) 50 m Lauf	11,0	10,7	10,1	--	--	--	10,9	10,6	10,0	--	--	--	Sek.	
	b) 75 m Lauf	--	--	--	14,4	14,2	--	--	--	--	13,1	--	--	Sek.	
	c) 100 m Lauf	--	--	--	18,7	18,1	17,5	--	--	--	16,4	15,8	15,2	Sek.	
	d) 300 m Inline-Skating 1)	1:09	1:04	0:57	0:59	0:55	0:50	--	--	--	--	--	--	Min.	
	e) 500 m Inline-Skating 1)	--	--	--	--	--	--	2:07	1:56	1:47	1:35	1:31	1:27	Min.	
4	a) Schlagballweitwurf 80 g	7,50	9,50	13,50	--	--	--	14,00	16,00	20,00	--	--	--	m	
	b) Wurfballweitwurf 200 g	--	--	--	16,00	18,00	22,00	--	--	--	25,00	28,00	31,00	m	
	c) Schleuderballweitwurf (1 kg)	--	--	--	15,00	18,00	22,00	--	--	--	21,00	24,00	27,00	m	
	d) Kugelstoßen	--	--	--	3,80	5,00	5,00	--	--	--	6,80	6,80	6,80	m	
	Kugelgewicht	--	--	--	3	3	4	--	--	--	3	4	5	kg	
	e) 100 m Schwimmen	3:57	3:37	3:17	3:07	2:57	2:47	3:35	3:15	2:55	2:45	2:35	2:25	Min.	
5	a) Lauf in beliebiger Zeit	400	600	800	--	--	--	600	800	1.000	--	--	--	m	
	b) 1.000 m Lauf	--	--	--	7:10	6:40	6:10	--	--	--	5:20	4:50	4:20	Min.	
	c) 2.000 m Lauf	--	--	--	16:20	15:20	14:20	--	--	--	10:50	10:00	9:00	Min.	
	d) 3.000 m Lauf	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	15:30	14:30	Min.	
	e) Radfahren	24:00	45:00	42:00	83:00	78:00	73:00	22:00	41:00	38:00	74:00	69:00	64:00	Min.	
	Radfahrstrecke	5	10	10	20	20	20	5	10	10	20	20	20	km	
	f) Skilanglauf in beliebiger Zeit, 13 - 17 Jahre 2)	1	1,5	3	4	5	5	1,5	2,5	4	5	6	8	km	
	g) Schwimmen in beliebiger Zeit	100	125	150	--	--	--	100	125	150	--	--	--	m	
	h) 500 m Schwimmen	--	--	--	23:00	21:00	19:00	--	--	--	16:30	16:00	15:30	Min.	
i) 5.000 m Inline-Skating 1)	--	--	--	24:30	21:30	19:30	--	--	--	19:30	17:30	15:30	Min.		

1) Siehe Hinweis in den Bestimmungen Deutsches Sportabzeichen für Menschen mit Behinderungen (Anhang)

2) 1 Pause von 5 Minuten ist erlaubt

Altersklasse bitte markieren

Nr. der Urkunde:

Unterschrift Arzt/Ärztin - Datum - Ausgleichbedingung - GdB

DOSB - DBS				Laufzettel/Prüfkarte für weibliche und männliche Jugend								Ab 2008		
Name:				Vorname:				Geburtstag:						
Strasse:				Ort:				PLZ:						
1. Bronze - 2. Silber - 3. Gold - 4. Gold "4" - 5. Gold "5" - 6. Gold "6" - 7. Gold "7" - 8. Gold "8" - 9. Gold "9" - 10. Gold "10"														
Anzahl bereits erworbener Sportabzeichen				Behinderungsklasse: <b>D III - einseitige Armbehinderung (GdB 70 bis 100 v.H.)</b>										
1. als w/m Schüler im Alter von 6-12 Jahre				Jahr der Prüfung				Jahr der letzten Prüfung						
2. als w/m Jugendlicher im Alter von 13-17 Jahre				<b>2 0</b>								Schule/Verein		
	Übung	weiblich						männlich						Erzielte Leistungen Datum, Unterschrift
		8+9	10+11	12	13	14+15	16+17	8+9	10+11	12	13	14+15	16+17	
1	a) Schwimmen in beliebiger Zeit, ohne Pause	50	50	50	--	--	--	50	50	50	--	--	--	m
	b) 200 m Schwimmen	--	--	--	12:00	11:00	10:00	--	--	--	10:00	9:00	8:00	Min.
2	a) Weitsprung aus dem Absprungraum (80 cm)	1,95	2,15	2,45	2,60	2,75	2,90	2,15	2,35	2,65	3,05	3,55	3,80	m
	b) Hochsprung	0,55	0,65	0,75	0,75	0,80	0,85	0,60	0,70	0,80	1,05	1,10	1,15	m
3	a) 50 m Lauf	11,2	10,9	10,3	--	--	--	11,1	10,8	10,2	--	--	--	Sek.
	b) 75 m Lauf	--	--	--	14,7	14,5	--	--	--	--	13,1	--	--	Sek.
	c) 100 m Lauf	--	--	--	19,0	18,4	17,8	--	--	--	16,4	15,8	15,2	Sek.
	d) 300 m Inline-Skating 1)	1:10	1:05	0:59	1:00	0:53	0:52	--	--	--	--	--	--	Min.
	e) 500 m Inline-Skating 1)	--	--	--	--	--	--	2:09	1:58	1:49	1:35	1:31	1:27	Min.
4	a) Schlagballweitwurf 80 g	7,00	9,00	13,00	--	--	--	13,00	15,00	19,00	--	--	--	m
	b) Wurfballweitwurf 200 g	--	--	--	15,00	17,00	20,00	--	--	--	25,00	28,00	31,00	m
	c) Schleuderballweitwurf (1 kg)	--	--	--	15,00	17,00	20,00	--	--	--	21,00	24,00	27,00	m
	d) Kugelstoßen	--	--	--	3,70	4,85	4,85	--	--	--	6,80	6,80	6,80	m
	Kugelgewicht	--	--	--	3	3	4	--	--	--	3	4	5	kg
	e) 100 m Schwimmen	4:02	3:42	3:22	3:22	3:12	3:02	3:35	3:15	2:55	2:45	2:35	2:25	Min.
5	a) Lauf in beliebiger Zeit	400	600	800	--	--	--	500	600	800	--	--	--	m
	b) 1.000 m Lauf	--	--	--	7:20	6:50	6:20	--	--	--	5:20	4:50	4:20	Min.
	c) 2.000 m Lauf	--	--	--	16:40	15:40	14:40	--	--	--	10:50	10:00	9:00	Min.
	d) 3.000 m Lauf	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	15:30	14:30	Min.
	e) Radfahren	26:00	49:00	45:00	88:00	83:00	78:00	24:00	44:00	40:00	79:00	74:00	69:00	Min.
	Radfahrstrecke	5,00	20,00	10,00	20	20	20	5,00	10,00	10,00	20	20	20	km
	f) Skilanglauf in beliebiger Zeit, 13 - 17 Jahre 2)	0,8	1	1,5	2,5	4	5	1	2	3	5	6	8	km
	g) Schwimmen in beliebiger Zeit	75	100	125	--	--	--	75	100	125	--	--	--	m
	h) 500 m Schwimmen	--	--	--	24:30	22:30	20:30	--	--	--	16:30	16:00	15:30	Min.
i) 5.000 m Inline-Skating 1)	--	--	--	25:00	22:00	20:00	--	--	--	20:00	18:00	16:00	Min.	

Prüferin/Prüfer:

Prüfenznummer:

**Altersklasse bitte markieren**

Nr. der Urkunde:

1) Siehe Hinweis in den Bestimmungen Deutsches Sportabzeichen für Menschen mit Behinderungen (Anhang)

2) 1 Pause von 5 Minuten ist erlaubt

Unterschrift Arzt/Ärztin - Datum - Ausgleichbedingung - GdB