<table>
<thead>
<tr>
<th>Übung</th>
<th>5+7</th>
<th>8+9</th>
<th>10+11</th>
<th>12+13</th>
<th>14+15</th>
<th>Erzielte Leistungen</th>
<th>Punkte</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>a) Dauerlauf (auch als Walking möglich)</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>200 m</td>
<td>400 m</td>
</tr>
<tr>
<td>b) Schwimmen</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>10:48 09:12 07:36</td>
<td>37:48</td>
</tr>
<tr>
<td>c) Radfahren</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>37:48 33:36 29:24</td>
<td>70:42</td>
</tr>
<tr>
<td>d) Kegeln - Asphalt</td>
<td>169</td>
<td>188</td>
<td>206</td>
<td>180</td>
<td>200</td>
<td>191 213 234</td>
<td>203 225</td>
</tr>
<tr>
<td>e) Kegeln - Bohle</td>
<td>329</td>
<td>365</td>
<td>402</td>
<td>342</td>
<td>380</td>
<td>356 305 435</td>
<td>369 410</td>
</tr>
<tr>
<td>f) Kegeln - Bowling</td>
<td>261</td>
<td>290</td>
<td>319</td>
<td>275</td>
<td>305</td>
<td>288 320 352</td>
<td>302 335</td>
</tr>
<tr>
<td>g) Kegeln - Schere</td>
<td>266</td>
<td>295</td>
<td>325</td>
<td>279</td>
<td>310</td>
<td>293 325 358</td>
<td>306 340</td>
</tr>
<tr>
<td>a) Schlagball (80g) / Wurfball (200g)</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>4,80 7,20 10,40</td>
<td>12,80</td>
</tr>
<tr>
<td>b) Kugelstoßen</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>0,74 0,88 0,98</td>
<td>1,05 0,91</td>
</tr>
<tr>
<td>c) Kugelstoßen (rechts und links zusammen)</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>0,91 1,02 1,16</td>
<td>0,98 1,12</td>
</tr>
<tr>
<td>d) Standweitsprung</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>0,60 0,69 0,73</td>
<td>0,71 0,75</td>
</tr>
<tr>
<td>e) Medizinball (1 kg)</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>3,00 3,40 4,00</td>
<td>2,00 5,00</td>
</tr>
<tr>
<td>a) Laufen</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>12,0 10,7 9,5</td>
<td>15,9 14,4</td>
</tr>
<tr>
<td>b) 25 m Schwimmen</td>
<td>55,8</td>
<td>48,2</td>
<td>38,6</td>
<td>50,4</td>
<td>40,8</td>
<td>46,8 37,8 39,0</td>
<td>42,0 34,8</td>
</tr>
<tr>
<td>c) 200 m Radfahren mit fliegendem Start</td>
<td>57,4</td>
<td>50,4</td>
<td>43,4</td>
<td>51,8</td>
<td>44,8</td>
<td>37,8 32,9 37,8</td>
<td>43,4 37,8</td>
</tr>
<tr>
<td>d) Gehen</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>24,0 21,3 18,9</td>
<td>31,8 28,8</td>
</tr>
<tr>
<td>a) Hochsprung</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>0,56 0,63 0,70</td>
<td>0,63 0,70</td>
</tr>
<tr>
<td>c) Drehwurf (in Punkten) Schleuderball (1 kg)</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>0,56 0,63 0,70</td>
<td>0,63 0,70</td>
</tr>
<tr>
<td>d) Geschicklichkeit ohne Pause</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>1x 2x 3x 1x 2x 3x</td>
<td>13,60</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>Deutsches Sportabzeichen für Menschen mit Behinderung</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Name: Vorname: Geburtsdatum:</td>
</tr>
<tr>
<td>Straße: Ort: PLZ:</td>
</tr>
<tr>
<td>Telefon:</td>
</tr>
<tr>
<td>Anzahl bereits erworbener Sportabzeichen: Nachweis über (bitte O ankreuzen):</td>
</tr>
<tr>
<td>Behinderungsklasse: C I - Beidseitige Beinbehinderung (GdB 20 - 60)</td>
</tr>
<tr>
<td>O GdB O Profihessen-Pass O Gutachten</td>
</tr>
<tr>
<td>Jahr der Prüfung Jahr der letzten Prüfung</td>
</tr>
<tr>
<td>Schüler/Verein/Einrichtung</td>
</tr>
<tr>
<td>Ausgleichsbedingung:</td>
</tr>
<tr>
<td>Variation 1: Abnahme in einer Gruppe des Sportabzeichens</td>
</tr>
<tr>
<td>Variation 2: 15 min Dauerschwimmen</td>
</tr>
<tr>
<td>Variation 3: &lt;12 Jahren: 50 m ohne Zeitlimit, ≥12 Jahre 200 m in max. 11 min</td>
</tr>
<tr>
<td>Variation 4: Verschiedene Abzeichen (z. B. Deutsches Schwimmabzeichen)</td>
</tr>
<tr>
<td>Variation 5: 100 m Kleiderschwimmen in max. 4 min</td>
</tr>
<tr>
<td>Gültigkeit: 1x im Jugendbereich bzw. 5 Jahre im Erwachsenenbereich</td>
</tr>
</tbody>
</table>
### Ab 2018

<table>
<thead>
<tr>
<th>Übung</th>
<th>200 m</th>
<th>400 m</th>
<th>20 km</th>
<th>5 km</th>
<th>10 km</th>
<th>3 kg</th>
<th>4 kg</th>
<th>5 kg</th>
<th>Datum, Unterschrift</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>a) Dauerlauf (auch als Walking möglich)</td>
<td>05:00</td>
<td>07:30</td>
<td>10:00</td>
<td>06:00</td>
<td>08:30</td>
<td>11:30</td>
<td>08:30</td>
<td>12:30</td>
<td>17:30</td>
</tr>
<tr>
<td>d) Kegeln - Asphalt</td>
<td>227</td>
<td>253</td>
<td>278</td>
<td>239</td>
<td>265</td>
<td>292</td>
<td>250</td>
<td>278</td>
<td>305</td>
</tr>
<tr>
<td>e) Kegeln - Bohle</td>
<td>396</td>
<td>440</td>
<td>484</td>
<td>410</td>
<td>455</td>
<td>501</td>
<td>423</td>
<td>470</td>
<td>517</td>
</tr>
<tr>
<td>f) Kegeln - Bowling</td>
<td>324</td>
<td>360</td>
<td>396</td>
<td>338</td>
<td>375</td>
<td>418</td>
<td>351</td>
<td>390</td>
<td>429</td>
</tr>
<tr>
<td>g) Kegeln - Schere</td>
<td>293</td>
<td>365</td>
<td>402</td>
<td>342</td>
<td>380</td>
<td>418</td>
<td>356</td>
<td>395</td>
<td>435</td>
</tr>
<tr>
<td>1. Ausdauer</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>2. Kraft</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>3. Schnelligkeit</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>b) Zielwurf 3 m Abstand Kreismitte</td>
<td>0.69</td>
<td>0.67</td>
<td>0.74</td>
<td>0.67</td>
<td>0.74</td>
<td>0.81</td>
<td>0.77</td>
<td>0.84</td>
<td>0.91</td>
</tr>
<tr>
<td>c) Drehwurf in Punkten Schleuderball (1 kg)</td>
<td>12</td>
<td>14</td>
<td>19</td>
<td>17</td>
<td>22</td>
<td>26</td>
<td>26</td>
<td>31</td>
<td>36</td>
</tr>
<tr>
<td>d) Geschicklichkeit ohne Pause</td>
<td>1x</td>
<td>2x</td>
<td>3x</td>
<td>1x</td>
<td>2x</td>
<td>3x</td>
<td>1x</td>
<td>2x</td>
<td>3x</td>
</tr>
</tbody>
</table>

### Anhang B

**Deutsches Sportabzeichen für Menschen mit Behinderung**

**Laufzettel/Prüfkarte für Kinder/Jugend - männlich**

<table>
<thead>
<tr>
<th>Bereich</th>
<th>Bronze</th>
<th>Silber</th>
<th>Gold</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>&lt;br&gt;<strong>Gesamtpunktzahl</strong>&lt;br&gt;<strong>O GdB</strong>&lt;br&gt;<strong>O Profihessen-Pass</strong>&lt;br&gt;<strong>O Gutachten</strong>&lt;br&gt;<strong>Jahr der Prüfung</strong>&lt;br&gt;<strong>Jahr der letzten Prüfung</strong>&lt;br&gt;<strong>Erste Leistungen</strong>&lt;br&gt;<strong>Punkte</strong>&lt;br&gt;<strong>Ende Leistungen</strong>&lt;br&gt;<strong>Punkte</strong>&lt;br&gt;</td>
<td>Bronze</td>
<td>Silber</td>
<td>Gold</td>
</tr>
<tr>
<td>---------</td>
<td>-------</td>
<td>-------</td>
<td>------</td>
</tr>
<tr>
<td>&lt;br&gt;<strong>Bedeutung der Punkte</strong>&lt;br&gt;<strong>Bronze</strong> (&lt;br&gt;4-7 Punkte)&lt;br&gt;<strong>Silber</strong> (&lt;br&gt;8-10 Punkte)&lt;br&gt;<strong>Gold</strong> (&lt;br&gt;11-12 Punkte)&lt;br&gt;</td>
<td>1 Pkt.</td>
<td>2 Pkt.</td>
<td>3 Pkt.</td>
</tr>
</tbody>
</table>

**Nachweis über (bitte O ankreuzen):**

**Behinderungsklasse: C I - Beidseitige Beinbehinderung (GdB 20 - 60)**

**Schule/Verein/Einrichtung**

**Name: Vorname: Geburtsdatum:**

**Strasse: Ort: PLZ:**

**Telefon:**

**Anzahl bereits erworbbener Sportabzeichen:**

**Nachweis über (bitte O ankreuzen):**

**Ausgleichsbedingung:**

**Prüfer/Prüferin/Prüfer: Prüfausweisnummer:**

**Datum, Unterschrift:**

**Gültigkeit: 1x im Jugendbereich bzw. alle 5 Jahre im Erwachsenenbereich**

**Kinder/Jugend m – C I**
<table>
<thead>
<tr>
<th>Übung</th>
<th>Schwimmfähigkeit nach DBÖ</th>
<th>Schwimmfähigkeit nach DBÖ</th>
<th>Schwimmfähigkeit nach DBÖ</th>
<th>Schwimmfähigkeit nach DBÖ</th>
<th>Schwimmfähigkeit nach DBÖ</th>
<th>Schwimmfähigkeit nach DBÖ</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Drehwurf</td>
<td>3 kg</td>
<td>2 kg</td>
<td>3 kg</td>
<td>2 kg</td>
<td>3 kg</td>
<td>2 kg</td>
</tr>
<tr>
<td>Drehwurf (in Punkten)</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Schleuderball (1 kg)</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Drehwurf</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Geschicklichkeit ohne Pause</td>
<td>1 x 2 x 3 x</td>
<td>1 x 2 x 3 x</td>
<td>1 x 2 x 3 x</td>
<td>1 x 2 x 3 x</td>
<td>1 x 2 x 3 x</td>
<td>1 x 2 x 3 x</td>
</tr>
</tbody>
</table>

**Deutsches Sportabzeichen für Menschen mit Behinderung**

**Laufzettel/Prüfkarte für Kinder/Jugend - weiblich**

<table>
<thead>
<tr>
<th>Name:</th>
<th>Vorname:</th>
<th>Geburtsdatum:</th>
<th>Straße:</th>
<th>Ort:</th>
<th>PLZ:</th>
<th>Telefon:</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

**Anzahl bereits erworbener Sportabzeichen:**

Nachweis über (bitte O ankreuzen):
- O GdB
- O Prothesen-Pass
- O Gutachten

<table>
<thead>
<tr>
<th>2018</th>
<th>2019</th>
<th>2020</th>
<th>2021</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

**Datum, Unterschrift:**

**Prüferin/Prüfer:**

**Prüfausweisnummer:**

**Altersklasse bitte markieren:**

**Variante 1:** Abnahme in einer Gruppe des Sportabzeichens
- Gruppe 1: Bronze (1-7 Punkte)
- Gruppe 2: Silber (8-10 Punkte)
- Gruppe 3: Gold (11-12 Punkte)

**Variante 2:** 15 min Dauerschwimmn
- Gruppe 4: Silber (8-10 Punkte)
- Gruppe 5: Gold (11-12 Punkte)

**Variante 3:** 30 min Dauerschwimmn
- Gruppe 6: Silber (8-10 Punkte)
- Gruppe 7: Gold (11-12 Punkte)

**Variante 4:** Abnahme in einer Gruppe des Sportabzeichens
- Gruppe 8: Silber (8-10 Punkte)
- Gruppe 9: Gold (11-12 Punkte)

**Variante 5:** 100 m Kleiderschwimmen in max. 4 min
- Gruppe 10: Silber (8-10 Punkte)
- Gruppe 11: Gold (11-12 Punkte)

**Gültigkeit:** 1x im Jugendbereich bzw. alle 5 Jahre im Erwachsenenbereich
### Deutsches Sportabzeichen für Menschen mit Behinderung

#### Laufzettel/Prüfkarte für Kinder/Jugend - männlich

<table>
<thead>
<tr>
<th>Ab 2018</th>
</tr>
</thead>
</table>

#### Erzielte Leistungen Punkte

<table>
<thead>
<tr>
<th>Bronze</th>
<th>Silber</th>
<th>Gold</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>1 Pkt.</td>
<td>2 Pkt.</td>
<td>3 Pkt.</td>
</tr>
</tbody>
</table>

#### Prüfungen

<table>
<thead>
<tr>
<th>Übung</th>
<th>6+7</th>
<th>8+9</th>
<th>10+11</th>
<th>12+13</th>
<th>14+15</th>
<th>16+17</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>A) Glaslauf (auch als Walking möglich)</td>
<td>03:00</td>
<td>04:30</td>
<td>06:00</td>
<td>03:36</td>
<td>05:06</td>
<td>06:54</td>
</tr>
<tr>
<td>B) Schwimmen</td>
<td>200 m</td>
<td>11:42</td>
<td>09:32</td>
<td>08:01</td>
<td>10:24</td>
<td>08:47</td>
</tr>
<tr>
<td>C) Radfahren</td>
<td>5 km</td>
<td>34:27</td>
<td>30:33</td>
<td>26:39</td>
<td>36:43</td>
<td>30:54</td>
</tr>
<tr>
<td>D) Kegeln - Asphalt</td>
<td>241</td>
<td>268</td>
<td>294</td>
<td>252</td>
<td>280</td>
<td>308</td>
</tr>
<tr>
<td>E) Kegeln - Bohle</td>
<td>410</td>
<td>455</td>
<td>501</td>
<td>423</td>
<td>470</td>
<td>517</td>
</tr>
<tr>
<td>F) Kegeln - Bowling</td>
<td>338</td>
<td>375</td>
<td>413</td>
<td>351</td>
<td>390</td>
<td>429</td>
</tr>
<tr>
<td>G) Kegeln - Schere</td>
<td>342</td>
<td>380</td>
<td>418</td>
<td>356</td>
<td>395</td>
<td>435</td>
</tr>
</tbody>
</table>

#### Ergebnisse

<table>
<thead>
<tr>
<th>Übung</th>
<th>4,38</th>
<th>4,73</th>
<th>5,08</th>
<th>4,90</th>
<th>5,25</th>
<th>5,60</th>
</tr>
</thead>
</table>

#### Anhang B

**Deutsches Sportabzeichen für Menschen mit Behinderung**

<table>
<thead>
<tr>
<th>Laufzettel / Prüfkarte für Kinder/Jugend - männlich</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Name: Vorname: Geburtsdatum: Strasse: Ort: PLZ:</td>
</tr>
<tr>
<td>Anzahl bereits erworbener Sportabzeichen: Nachweis über (bitte O ankreuzen):</td>
</tr>
<tr>
<td>bronze = 1 Punkt ; silver = 2 Punkte ; gold = 3 Punkte</td>
</tr>
<tr>
<td>Anzahl bereits erworbener Sportabzeichen: Nachweis über (bitte O ankreuzen):</td>
</tr>
<tr>
<td>Behinderungsklasse: C II - Beidseitige Beinbehinderung (GdB 70 - 100)</td>
</tr>
<tr>
<td>Telefon:</td>
</tr>
<tr>
<td>Jahr der Prüfung Jahr der letzten Prüfung</td>
</tr>
<tr>
<td>Schule/Verein/Einrichtung</td>
</tr>
<tr>
<td>Datum, Unterschrift</td>
</tr>
<tr>
<td>1x im Jugendbereich bzw. alle 5 Jahre im Erwachsenenbereich</td>
</tr>
</tbody>
</table>

#### Vorname: Vorname: Geburtsdatum: Strasse: Ort: PLZ: |

#### Anhang C

**Deutsches Sportabzeichen für Menschen mit Behinderung**

<table>
<thead>
<tr>
<th>Laufzettel / Prüfkarte für Kinder/Jugend - männlich</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Name: Vorname: Geburtsdatum: Strasse: Ort: PLZ:</td>
</tr>
<tr>
<td>Anzahl bereits erworbener Sportabzeichen: Nachweis über (bitte O ankreuzen):</td>
</tr>
<tr>
<td>Bronze = 1 Punkt ; Silver = 2 Punkte ; Gold = 3 Punkte</td>
</tr>
<tr>
<td>Anzahl bereits erworbener Sportabzeichen: Nachweis über (bitte O ankreuzen):</td>
</tr>
<tr>
<td>Behinderungsklasse: C II - Beidseitige Beinbehinderung (GdB 70 - 100)</td>
</tr>
<tr>
<td>Telefon:</td>
</tr>
<tr>
<td>Jahr der Prüfung Jahr der letzten Prüfung</td>
</tr>
<tr>
<td>Schule/Verein/Einrichtung</td>
</tr>
<tr>
<td>Datum, Unterschrift</td>
</tr>
<tr>
<td>1x im Jugendbereich bzw. alle 5 Jahre im Erwachsenenbereich</td>
</tr>
</tbody>
</table>