

Deutsches Sportabzeichen für Menschen mit Behinderung		Laufzettel/Prüfkarte für Kinder/Jugend - weiblich		Ab 2021		
Name:		Vorname:		Geburtsdatum:		
Strasse:		Ort:		PLZ:		
Telefon:		Bronze = 1 Punkt ; Silber = 2 Punkte ; Gold = 3 Punkte				
Anzahl bereits erworbener Sportabzeichen:		Behinderungsklasse: C II - Beidseitige Beinbehinderung (GdB 70 - 100)				
O GdB O Prothesen-Pass O Gutachten		Jahr der Prüfung		Jahr der letzten Prüfung		
		20				
		Schule/Verein/Einrichtung		Erzielte Leistungen		
		16+17		Datum, Unterschrift		
1	Übung	Ausdauer		400 m		
		a) Dauerlauf (auch als Walking möglich)		11:42 09:58 08:14 10:24 09:06 07:42 09:32 08:20 07:09 19:17 16:48 14:18 17:01 15:10 13:00 15:23 13:39 11:48		
		b) Schwimmen		5 km		
		c) Radfahren		10 km		
		d) Kegeln - Asphalt		182 203 223 194 215 237 205 228 250 216 240 264 227 253 278 239 265 292		
		e) Kegeln - Bohle		342 380 418 356 395 435 369 410 451 383 425 468 396 440 484 410 455 501		
		f) Kegeln - Bowling		275 305 336 288 320 352 302 335 369 315 350 385 329 365 402 342 380 418		
		g) Kegeln - Schere		279 310 341 293 325 358 306 340 374 320 355 391 333 370 407 347 385 424		
		a) Schlagball (80g) / Wurfball (200g)		4,20 6,30 8,40 6,30 8,40 10,50 7,70 10,50 12,60 10,50 12,60 15,40 14,00 16,80 18,90 16,80 18,90 21,70		
		b) Kugelstoßen		2 kg		
c) Kugelstoßen (rechts und links zusammen)		3 kg				
d) Medizinball (1 kg)		2,25 2,60 3,13 2,75 3,10 3,63 3,25 3,60 4,13 3,75 4,10 4,63 4,25 4,60 5,13 4,75 5,10 5,63				
3	Schnelligkeit	a) 25 m Schwimmen		60,5 50,1 39,7 54,6 44,2 36,4 50,7 41,0 33,2 45,5 37,7 30,6 42,9 35,8 28,0 39,7 33,2 26,0		
		b) 200 m Radfahren mit fliegendem Start		25,6 22,7 20,2 23,7 21,1 18,2 35,2 32,3 29,1 33,9 30,7 27,2 59,5 54,4 49,6 56,3 52,2 48,0		
		c) Gehen		30 m 50 m 100 m		
4	Koordinations	a) Zielwurf		5 m Abstand Kreismitte		
		b) Drehwurf (in Punkten) Schleuderball (1 kg)		Schleuderball		
		c) Geschicklichkeitsgehen ohne Pause		100 m		
		Prüfer/Prüferin:		Unterschrift Prüfer/Arzt - Datum		
Nachweis der Schwimmfähigkeit laut DOSB-Prüfungswegweiser		Ausgleichsbedingung:		Nr. der Urkunde:		
Variante 1: Abnahme in einer Gruppe des Sportabzeichens		Gruppe 1:		Gesamtpunktzahl		
Variante 2: 15 min Dauerschwimmen		Gruppe 2:		Bronze (4-7 Punkte)		
Variante 3: <12 Jahren: 50 m ohne Zeitlimit, >12 Jahre 200 m in max. 11 min		Gruppe 3:		Silber (8-10 Punkte)		
Variante 4: Verschiedene Abzeichen (z. B. Deutsches Schwimmabzeichen)		Gruppe 4:		Gold (11-12 Punkte)		
Variante 5: 100 m Kletterschwimmen in max. 4 min						
Gültigkeit: 1x im Jugendbereich bzw. alle 5 Jahre im Erwachsenenbereich						

Kinder/Jugend w – C II

Deutsches Sportabzeichen für Menschen mit Behinderung		Laufzettel/Prüfkarte für Kinder/Jugend - männlich										Ab 2021	
Name:		Vorname:										Geburtsdatum:	
Strasse:		Ort:										PLZ:	
Telefon:		Bronze = 1 Punkt ; Silber = 2 Punkte ; Gold = 3 Punkte											
Anzahl bereits erworbener Sportabzeichen:		Behinderungsklasse: C II - Beidseitige Beinbehinderung (GdB 70 - 100)											
O GdB O Prothesen-Pass O Gutachten		Jahr der Prüfung										Datum, Unterschrift	
		20											
		Schule/Verein/Einrichtung											
		16+17											
		14+15											
		12+13											
		10+11											
		8+9											
		6+7											
		200 m											
		400 m											
		10 km											
		5 km											
		30 m											
		50 m											
		100 m											
		200 m											
		300 m											
		400 m											
		500 m											
		600 m											
		700 m											
		800 m											
		900 m											
		1000 m											
		1100 m											
		1200 m											
		1300 m											
		1400 m											
		1500 m											
		1600 m											
		1700 m											
		1800 m											
		1900 m											
		2000 m											
		2100 m											
		2200 m											
		2300 m											
		2400 m											
		2500 m											
		2600 m											
		2700 m											
		2800 m											
		2900 m											
		3000 m											
		3100 m											
		3200 m											
		3300 m											
		3400 m											
		3500 m											
		3600 m											
		3700 m											
		3800 m											
		3900 m											
		4000 m											
		4100 m											
		4200 m											
		4300 m											
		4400 m											
		4500 m											
		4600 m											
		4700 m											
		4800 m											
		4900 m											
		5000 m											
		5100 m											
		5200 m											
		5300 m											
		5400 m											
		5500 m											
		5600 m											
		5700 m											
		5800 m											
		5900 m											
		6000 m											
		6100 m											
		6200 m											
		6300 m											
		6400 m											
		6500 m											
		6600 m											
		6700 m											
		6800 m											
		6900 m											
		7000 m											
		7100 m											
		7200 m											
		7300 m											
		7400 m											
		7500 m											
		7600 m											
		7700 m											
		7800 m											
		7900 m											
		8000 m											
		8100 m											
		8200 m											
		8300 m											
		8400 m											
		8500 m											
		8600 m											
		8700 m											
		8800 m											
		8900 m											
		9000 m											
		9100 m											
		9200 m											
		9300 m											
		9400 m											
		9500 m											
		9600 m											
		9700 m											
		9800 m											
		9900 m											
		10000 m											

Kinder/Jugend m - C II

Nr. der Urkunde:

Gesamtpunktzahl  
Bronze (4-7 Punkte)  
Silber (8-10 Punkte)  
Gold (11-12 Punkte)

Altersklasse bitte markieren  
Gruppe 1:  
Gruppe 2:  
Gruppe 3:  
Gruppe 4:

Unterschrift Prüfer/Arzt - Datum  
Nachweis der Schwimmfähigkeit laut DOSB-Prüfungswegweiser  
Variante 1: Abnahme in einer Gruppe des Sportabzeichens  
Variante 2: 15 min Dauerschwimmen  
Variante 3: <12 Jahren: 50 m ohne Zeitlimit, >12 Jahre 200 m in max. 11 min  
Variante 4: Verschiedene Abzeichen (z. B. Deutsches Schwimmabzeichen)  
Variante 5: 100 m Kletterschwimmen in max. 4 min  
Gültigkeit: 1x im Jugendbereich bzw. alle 5 Jahre im Erwachsenenbereich