



Dabeisein ist einfach.

Sportabzeichen-Wettbewerb 2018
der Sparkassen-Finanzgruppe



Wenn's um Geld geht



Sportabzeichen-Wettbewerb 2018

Stellen Sie sich der Herausforderung Deutsches Sportabzeichen und gewinnen Sie! Mitmachen kann jeder – ob jung oder alt, ob Menschen mit oder ohne Behinderung. Bewerben Sie sich einfach als Schule, Verein, Team oder Institution unter: www.sportabzeichen-wettbewerb.de

Preise im Gesamtwert von:
100.000 €

Wenn's um Geld geht



Der Sportabzeichen-Wettbewerb

Informationen

Das Deutsche Sportabzeichen ist seit über 100 Jahren der ideale Fitnesstest für alle – ob jung oder alt, ob Hobby- oder Leistungssportler. Immer mit dabei sind die Sparkassen. Sie unterstützen die Vereine vor Ort und sind offizieller Förderer des Deutschen Sportabzeichens.

Seit 2008 zeichnet die Sparkassen-Finanzgruppe beim **Sportabzeichen-Wettbewerb** für Menschen mit und ohne Behinderung sportliche Leistungen und besondere Engagements aus. Es können Geldpreise im Wert von insgesamt **100.000 Euro** gewonnen werden. Sie sind an sportbezogene Sachausgaben oder Veranstaltungen gebunden.

Um Ihnen den Bewerbungsprozess für einen der Geldpreise zu erleichtern, gibt es nunmehr fünf inhaltliche Schwerpunkte, anhand derer Sie sich orientieren können:

- Sportliche Leistung
- Inklusion
- Innovation
- Integration
- Kooperationen

Anmeldezeitraum:

1. April – 31. Dezember 2018

Anmeldung und Teilnahme:

Unter www.sportabzeichen-wettbewerb.de können Sie sich oder Ihre Institution zum Wettbewerb anmelden.

Besondere Engagements gesucht

Sie engagieren sich für das Deutsche Sportabzeichen oder für das Sportabzeichen für Menschen mit Behinderung? Sie planen eine besondere Aktion oder sind schon seit Jahren als ehrenamtlicher Sportabzeichenprüfer aktiv? Dann bewerben Sie sich für einen der zahlreichen Geldpreise im Gesamtwert von 100.000 Euro.

Egal ob als Einzelperson, Sportabzeichen-Treff, Unternehmen, Behörde oder Institution – einfach ein aussagekräftiges Foto oder Video zusammen mit einem kurzen Bewerbungstext hochladen, fertig!

Sportliche Leistung

Diesen Schwerpunkt wählen Sie aus, wenn Ihre Schüler/Mitglieder/Mitarbeiter viele Sportabzeichen in diesem Wettbewerbsjahr abgelegt haben.

Inklusion

Hierunter fallen beispielsweise gemeinsame Sportabzeichen-Aktivitäten von Menschen mit und ohne Behinderung.

Innovation

Zeigen Sie uns hier Ihre besonders innovative oder kreative Umsetzung des Sportabzeichens oder einzelner Teilbereiche.

Integration

Diesen Themenschwerpunkt können Sie wählen, wenn Sie sich besonders dafür engagieren, dass Menschen mit und ohne Migrationshintergrund gemeinsam das Sportabzeichen ablegen.

Kooperationen

Haben Sie ein gemeinsames Sportabzeichen-Projekt mit z. B. Ihrem Sportbund/Ihrer lokalen Sparkasse oder einem anderen Partner durchgeführt? Dann wählen Sie diesen Schwerpunkt für Ihre Bewerbung.

Jede Stimme zählt!

Der Sportabzeichen-Wettbewerb wird auf www.sportabzeichen-wettbewerb.de zusätzlich in Form eines Publikumsvotings durchgeführt.

Den zehn Beiträgen mit den meisten Stimmen ist ein Gewinn bereits sicher. Es lohnt sich also Freunde, Bekannte und Mitstreiter zu motivieren, für Ihren Beitrag zu stimmen.

Weitere Informationen und die vollständigen Teilnahmebedingungen finden Sie unter:

www.sportabzeichen-wettbewerb.de



Deutsches Sportabzeichen 2018

FRAUEN

Alter	18–19			20–24			25–29			30–34			35–39			40–44			45–49			50–54			55–59			60–64			65–69			70–74			75–79			80–84			85–89			ab 90									
	Übung			Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold										
Ausdauer	800 m Lauf (in Min.)	22:00	20:00	18:00	21:50	19:50	17:50	22:00	19:50	18:00	22:20	20:10	18:10	23:10	20:30	18:20	24:00	21:00	18:30	24:40	21:30	18:50	25:10	22:10	19:10	25:50	22:50	19:50	26:30	23:30	20:30	27:10	24:10	21:10	27:40	24:40	21:40	28:30	25:20	22:30	29:40	26:40	23:40	31:00	27:50	25:00	32:30	29:30	26:30						
	10 km Lauf (in Min.)	84:40	78:40	72:40	83:30	76:50	71:30	83:30	76:50	71:00	84:10	78:00	71:20	87:40	79:30	71:30	91:20	81:20	71:40	95:20	83:10	72:50	97:40	85:30	74:00	100:10	88:10	76:10	102:50	90:50	78:50	105:40	93:40	81:40	109:30	97:30	85:30	115:20	103:20	91:20	122:20	110:20	98:20	129:10	117:10	105:10	136:30	124:30	112:30						
	75 km Walking / Nordic Walking (in Min.)	69:30	66:00	62:00	66:30	63:00	59:30	67:00	63:30	60:00	67:30	64:00	60:30	70:00	65:00	60:30	73:00	67:00	61:00	75:30	69:00	62:00	78:00	71:00	64:00	80:00	73:00	66:00	82:30	74:30	67:30	84:15	76:30	70:00	88:15	79:00	72:00	92:30	81:30	74:30	98:30	85:15	77:30	104:00	90:20	82:00	110:20	96:00	87:00						
	Schwimmen (in Min.)	800 m									400 m									200 m																																			
		24:00	21:10	18:25	23:35	20:50	18:00	25:30	21:05	18:40	28:50	23:40	19:30	32:00	25:35	20:20	34:00	27:40	21:20	35:20	29:00	21:30	38:00	31:30	24:00	41:30	34:00	26:30	45:00	37:30	29:00	49:00	41:30	33:00	53:00	45:30	37:00	57:00	50:00	42:00	61:00	54:00	46:00	65:00	58:00	50:00									
	20 km Radfahren (in Min.)	57:30	52:00	46:30	57:00	51:30	45:30	56:00	50:30	45:00	57:00	51:30	45:30	60:00	53:00	47:00	64:00	55:30	49:30	67:00	58:30	51:30	69:00	61:00	53:30	71:30	63:00	55:30	74:00	65:00	57:00	75:30	66:30	58:30	78:00	68:30	60:30	81:30	70:30	63:00	84:30	75:00	65:30	89:30	80:00	69:00	93:00	83:00	72:30						
Kraft	Medizinball (2 kg, in m)	7,50	8,00	8,75	7,25	8,00	8,50	7,00	7,75	8,50	6,50	7,50	8,25	6,00	7,25	8,25	5,25	6,75	8,25	4,75	6,50	8,00	4,25	6,00	7,75	4,00	5,75	7,50	3,75	5,50	7,25	3,50	5,25	7,00	3,25	5,00	6,75	3,25	4,75	6,50	3,00	4,75	6,25	3,00	4,50	6,00	2,75	4,25	5,50						
	Kugelstoßen (in m)	4 kg									3 kg									2 kg																																			
		6,50	7,00	7,50	6,50	7,00	7,50	6,25	6,75	7,25	6,00	6,50	7,00	5,50	6,00	6,50	5,25	5,75	6,25	5,00	5,50	6,00	4,75	5,25	5,75	4,50	5,00	5,50	4,25	4,75	5,25	4,25	4,75	5,25	4,00	4,50	5,00	3,75	4,25	4,75	3,75	4,25	4,75	3,50	4,00	4,50	3,25	3,75	4,25	3,25	3,75	4,25			
	Steinstoßen (5 kg, in m)	10,65	11,25	11,85	10,80	11,40	12,00	10,10	10,70	11,35	9,50	10,10	10,70	9,00	9,50	10,20	8,60	9,20	9,85	8,30	8,95	9,70	8,50	9,15	9,85	9,35	9,70	10,35	10,20	10,80	11,45	11,00	11,65	12,30	12,00	12,65	13,30	13,00	13,65	14,30	14,00	14,65	15,30	15,00	15,65	16,30	16,00	16,65	17,30	17,00	17,65	18,30			
	Standweitsprung (in m)	1,65	1,85	2,05	1,60	1,80	2,00	1,50	1,70	1,95	1,35	1,60	1,85	1,25	1,50	1,80	1,15	1,40	1,65	1,10	1,35	1,60	1,00	1,25	1,50	0,95	1,20	1,45	0,95	1,20	1,45	0,90	1,15	1,40	0,90	1,15	1,35	0,90	1,10	1,30	0,85	1,05	1,25	0,80	1,00	1,20	0,80	1,00	1,20						
	Gerätturnen	Reck						Boden						Reck						Barren						Boden																													
Schnelligkeit	Laufen (in Sek.)	100 m									50 m									30 m																																			
		18,2	16,5	15,3	18,5	16,8	15,6	18,9	17,2	16,0	19,6	17,8	16,4	20,4	18,6	17,0	11,0	9,9	8,8	11,5	10,3	9,1	11,9	10,7	9,5	12,4	11,2	9,9	12,6	11,4	10,2	12,8	11,6	10,4	13,0	11,8	10,6	8,3	7,5	6,6	8,8	7,9	7,1	9,5	8,6	7,7	10,4	9,5	8,6						
	25 m Schwimmen (in Sek.)	29,5	24,0	18,5	29,0	24,0	18,5	30,0	25,0	19,5	32,5	26,5	21,0	36,0	29,0	22,0	40,0	31,5	23,5	44,0	35,0	25,0	48,0	39,0	28,0	51,5	42,5	30,5	54,5	44,5	32,5	56,5	46,5	34,5	59,0	48,0	36,0	61,0	50,0	38,0	63,5	52,0	40,0	65,5	53,5	41,5	66,5	54,5	42,5						
	200 m Radfahren (fl. Start, in Sek.)	24,0	22,0	19,5	24,5	22,0	19,5	25,0	22,5	20,0	26,0	23,5	21,0	27,5	24,5	22,0	29,0	25,5	22,5	30,5	27,0	23,0	32,0	28,0	23,5	33,5	29,0	24,0	35,0	30,0	25,0	36,0	31,0	25,5	38,0	32,0	26,5	39,0	33,0	27,5	40,5	34,5	28,5	42,0	36,0	30,0	44,5	38,0	31,5						
	Gerätturnen	Sprung						Sprung						Sprung						Boden																																			
Koordination	Hochsprung (in m)	1,10	1,20	1,30	1,10	1,20	1,30	1,05	1,15	1,25	1,00	1,10	1,20	0,95	1,05	1,15	0,90	1,00	1,10	0,90	1,00	1,10	0,85	0,95	1,05	0,80	0,90	1,00	0,75	0,85	0,95	0,75	0,85	0,95	0,70	0,80	0,90	0,65	0,75	0,85	0,65	0,75	0,85	0,60	0,70	0,80	0,60	0,65	0,70						
	Weitsprung (in m)	3,40	3,70	4,00	3,40	3,70	4,00	3,30	3,60	3,90	3,20	3,50	3,80	3,10	3,40	3,70	3,00	3,30	3,60	2,80	3,20	3,50	2,60	3,00	3,40	2,50	2,90	3,30	2,40	2,80	3,20	2,30	2,70	3,10	2,10	2,50	2,90	1,80	2,20	2,60	1,60	2,00	2,40	1,30	1,70	2,10	1,10	1,50	1,90						
	Schleuderball (1 kg, in m)	23,50	26,50	29,00	24,00	27,00	29,50	24,00	27,00	29,50	22,00	25,00	27,50	21,00	24,00	26,50	19,50	22,50	25,00	18,50	21,50	24,00	16,50	20,00	23,00	15,50	19,00	22,00	14,50	18,00	21,00	13,50	17,00	20,00	12,00	15,50	18,50	11,00	14,50	17,50	9,50	13,00	16,00	7,50	11,00	14,00									
	Seilspringen	Doppeldurchschlag mit oder ohne Zwischensprung									Kreuzdurchschlag ohne Zwischensprung									Laufschritt = Jogging-Step ohne Zwischensprung									Grundsprung rückwärts ohne Zwischensprung									Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung									Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung ODER Galoppschritt								
		10	15	20	10	15	20	10	15	20	10	15	20	10	15	20	10	15	20	10	15	20	10	15	20	10	15	20	10	15	20	10	15	20	10	15	20	10	15	20	10	15	20	10	15	20	10	15	20	10	15	20			
	Gerätturnen	Boden						Boden						Boden						Ringe						Reck						Schwebebalken																							

MÄNNER

Alter	18–19			20–24			25–29			30–34			35–39			40–44			45–49			50–54			55–59			60–64			65–69			70–74			75–79			80–84			85–89			ab 90			
	Übung			Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	
Ausdauer	800 m Lauf (in Min.)	17:20	15:20	13:20	16:50	14:50	12:50	17:10	15:10	13:10	18:40	16:10	14:10	19:50	17:20	15:00	21:00	18:30	15:50	22:10	19:30	16:30	23:20	20:20	17:20	23:50	20:50	17:50	24:30	21:30	18:30	25:00	22:00	19:00	25:20	22:20	19:20	26:00	23:00	20:00	26:30	23:30	20:30	27:30	24:30	21:30	29:50	26:50	23:50
	10 km Lauf (in Min.)	63:20	57:20	51:20	62:30	56:30	50:00	66:00	59:20	52:00	69:40	61:10	54:50	74:10	65:30	56:50	78:50	69:30	60:10	83:40	73:10	63:30	88:20	76:40	65:30	91:30	79:40	67:40	94:40	82:40	70:40	98:00	86:00	74:00	102:10	90:10	78:10	107:20	95:20	83:20	113:10	101:10	89:10	120:10	108:10	96:10	127:40	115:40	103:40
	75 km Walking / Nordic Walking (in Min.)	58:30	54:30	50:30	57:00	53:00	49:00	58:30	54:30	50:30	62:30	57:00	51:00	65:00	58:30	53:30	66:00	60:30	54:00	68:30	62:30	55:00	71:00	64:00	57:30	73:00	65:00	59:00	75:45	67:30	60:30	78:10	69:30	62:00	81:30	72:00	65:00	86:10	75:45	67:30	91:30	79:45	72:00	96:00	84:15	75:30	102:45	89:20	80:00
	Schwimmen (in Min.)	800 m									400 m									200 m																													
		22:35	19:50	17:00	22:10	19:30	16:25	23:10	20:00	17:00	25:45	21:30	18:00	28:50	24:00	19:15	32:25	26:25	20:25	34:30	27:50	20:40	37:25	30:45	23:00	40:45	33:00	25:15	44:15	36:00	28:15	48:00	40:00	32:00	52:00	44:00	36:00	56:00	48:00	40:00	60:00	52:00	44:00	64:00	56:00	48:00			
	20 km Radfahren (in Min.)	47:00	42:30	38:30	46:30	42:00	37:30	50:00	44:30	39:00	53:30	47:00	40:00	58:00	50:00	41:30	63:00	52:00	43:30	66:00	55:00	45:00	68:30	57:00	46:30	70:30	58:30	47:30	71:30	60:00	48:00	72:30	60:30	48:30	73:30	61:30	49:30	74:30	63:00	51:30	76:00	64:30	53:00	77:30	66:30	55:30	79:00		