Durchführung des Park-Sportabzeichens

Umsetzung

Das Park-Sportabzeichen ist ein niedrigschwelliger Fitness-Test, der ohne Anmeldung im Freien abgelegt werden kann und Fitness-Disziplinen mit Outdoor-Sport kombiniert.
Wie auch beim Deutschen Sportabzeichen, werden die Fähigkeiten in den Bereichen Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit sowie Koordination getestet. Zur Auswahl stehen sechs verschiedene Disziplinen, von denen jeweils eine Disziplin erfolgreich abgelegt werden muss.

Ausdauer	Schnelligkeit	Kraft	Koordination
Walken	*Stepping*	*Push-Ups/Liegestützen* *Standweitsprung*	*Balancieren* *Seilspringen*

Für die Durchführung eignen sich lizensierte Übungsleiter‘*innen. Es müssen keine qualifizierte*n Sportabzeichen-Prüfer*innen eingesetzt werden. Lediglich zur Anerkennung der Disziplinen Push-Ups/Liegestützen, Standweitsprung und Seilspringen für das Deutsche Sportabzeichen ist die Abnahme durch eine*n qualifizierte*n Sportabzeichen-Prüfer‘*in notwendig.

Material

Für die Durchführung werden digitale Materiallayouts zur Verfügung gestellt. Folgende Layouts können bei Bedarf abgerufen werden:

- Flyer/Folder
- Plakat
- Urkunde
- Prüfkarte gesondert (ebenfalls im Flyer enthalten)