

Deutsches Sportabzeichen für Menschen mit Behinderung										Laufzettel/Prüfkarte für Kinder/Jugend - weiblich										Ab 2018				
Name:					Vorname:					Geburtsdatum:														
Strasse:					Ort:					PLZ:														
Telefon:					Bronze = 1 Punkt ; Silber = 2 Punkte ; Gold = 3 Punkte																			
Anzahl bereits erworbener Sportabzeichen:					Nachweis über (bitte O ankreuzen):					Behinderungskategorie: E I - Beidseitige Armbehinderung (GdB 20 - 60)														
					O GdB O Prothesen-Pass O Gutachten					Jahr der Prüfung					Jahr der letzten Prüfung									
										2 0					Schule/Verein/Einrichtung									
Übung		6+7			8+9			10+11			12+13			14+15			16+17			Erzielte Leistungen		Punkte		
		Bronze 1 Pkt.	Silber 2 Pkt.	Gold 3 Pkt.	Bronze 1 Pkt.	Silber 2 Pkt.	Gold 3 Pkt.	Bronze 1 Pkt.	Silber 2 Pkt.	Gold 3 Pkt.	Bronze 1 Pkt.	Silber 2 Pkt.	Gold 3 Pkt.	Bronze 1 Pkt.	Silber 2 Pkt.	Gold 3 Pkt.	Bronze 1 Pkt.	Silber 2 Pkt.	Gold 3 Pkt.	Datum, Unterschrift				
1	Ausdauer	a)	800 m Lauf																					
		b)	Dauerlauf																					
		c)	200 m Schwimmen									400 m Schwimmen												
			10:48	09:12	07:36	09:36	08:24	07:06	08:48	07:42	06:36	17:48	15:30	13:12	15:42	14:00	12:00	14:12	12:36	10:54				
		d)	5 km Radfahren						10 km Radfahren															
						32:24	28:48	25:12	60:36	51:36	42:36	54:00	47:24	40:12	45:36	39:00	34:12	39:00	34:12	30:00				
		e)	128	143	157	140	155	171	151	168	184	162	180	198	173	193	212	185	205	226				
		f)	288	320	352	302	335	369	315	350	385	329	365	402	342	380	418	356	395	435				
g)	221	245	270	234	260	286	248	275	303	261	290	319	275	305	336	288	320	352						
h)	225	250	275	239	265	292	252	280	308	266	295	325	279	310	341	293	325	358						
2	Kraft	a)	Standweitsprung																					
		0,84	1,00	1,12	0,92	1,04	1,20	1,04	1,16	1,32	1,12	1,28	1,44	1,24	1,36	1,52	1,32	1,44	1,60					
b)	Fußballweitschuss	12,00 15,00 18,00 13,50 16,50 19,50 15,00 18,00 21,00 16,50 19,50 22,50 18,00 21,00 24,00 19,50 22,50 25,50																						
3	Schnelligkeit	a)	30 m Laufen						50 m Laufen						100 m Laufen									
			9,6	8,5	7,6	8,9	7,9	6,8	13,2	12,1	10,9	12,7	11,5	10,2	22,3	20,4	18,6	21,1	19,6	18,0				
		b)	25 m Schwimmen																					
c)	200 m Radfahren mit fliegendem Start																							
4	Koordination	a)	Hochsprung																					
		b)	Weitsprung																					
		c)	3 m Abstand Kreismitte Zielwurf (alternativ als Fußballzielstoß)									5 m Abstand Kreismitte Zielwurf (alternativ als Fußballzielstoß)												
10	15		20	10	15	20	10	15	20	10	15	20	10	15	20	10	15	20						
Prüferin/Prüfer:					Prüfungsnummer:					Altersklasse bitte markieren										Nr. der Urkunde:				
Nachweis der Schwimmfertigkeit laut DOSB-Prüfungswegweiser					Unterschrift Prüfer/Arzt - Datum										Ausgleichsbedingung:					Gesamtpunktzahl				
Variante 1: Abnahme in einer Gruppe des Sportabzeichens															Gruppe 1:					Bronze (4-7 Punkte)				
Variante 2: 15 min Dauerschwimmen															Gruppe 2:					Silber (8-10 Punkte)				
Variante 3: <12 Jahre: 50 m ohne Zeitlimit, ≥12 Jahre 200 m in max. 11 min															Gruppe 3:					Gold (11-12 Punkte)				
Variante 4: Verschiedene Abzeichen (z. B. Deutsches Schwimmbzeichen)															Gruppe 4:									
Variante 5: 100 m Kleiderschwimmen in max. 4 min																								
Gültigkeit: 1x im Jugendbereich bzw. alle 5 Jahre im Erwachsenenbereich																								

Kinder/Jugend w - E I

Deutsches Sportabzeichen für Menschen mit Behinderung										Laufzettel/Prüfkarte für Kinder/Jugend - männlich										Ab 2018					
Name:					Vorname:					Geburtsdatum:															
Strasse:					Ort:					PLZ:															
Telefon:					Bronze = 1 Punkt ; Silber = 2 Punkte ; Gold = 3 Punkte																				
Anzahl bereits erworbener Sportabzeichen:					Nachweis über (bitte O ankreuzen):					Behinderungskategorie: E I - Beidseitige Armbehinderung (GdB 20 - 60)															
					O GdB O Prothesen-Pass O Gutachten					Jahr der Prüfung					Jahr der letzten Prüfung										
										2 0					Schule/Verein/Einrichtung										
Übung		6+7			8+9			10+11			12+13			14+15			16+17			Erzielte Leistungen		Punkte			
		Bronze 1 Pkt.	Silber 2 Pkt.	Gold 3 Pkt.	Bronze 1 Pkt.	Silber 2 Pkt.	Gold 3 Pkt.	Bronze 1 Pkt.	Silber 2 Pkt.	Gold 3 Pkt.	Bronze 1 Pkt.	Silber 2 Pkt.	Gold 3 Pkt.	Bronze 1 Pkt.	Silber 2 Pkt.	Gold 3 Pkt.	Bronze 1 Pkt.	Silber 2 Pkt.	Gold 3 Pkt.	Datum, Unterschrift					
1	Ausdauer	a)	800 m Lauf																						
		b)	Dauerlauf																						
		c)	200 m Schwimmen									400 m Schwimmen													
			10:48	08:48	07:24	09:36	08:06	06:48	08:24	07:36	06:12	16:12	13:48	11:42	14:24	12:18	10:36	13:12	11:36	10:00					
		d)	5 km Radfahren						10 km Radfahren																
						31:48	28:12	24:36	58:12	49:12	40:12	51:36	44:24	37:48	38:24	33:36	28:48	32:24	28:12	24:36					
		e)	187	208	228	198	220	242	209	233	256	221	245	270	232	258	283	243	270	297					
		f)	356	395	435	369	410	451	383	425	468	396	440	484	410	455	501	423	470	517					
g)	284	315	347	297	330	363	311	345	380	324	360	396	338	375	413	351	390	429							
h)	288	320	352	302	335	369	315	350	385	329	365	402	342	380	418	356	395	435							
2	Kraft	a)	Standweitsprung																						
		0,92	1,08	1,20	1,04	1,20	1,32	1,20	1,36	1,48	1,36	1,52	1,64	1,52	1,64	1,80	1,64	1,76	1,92						
b)	Fußballweitschuss																								
		16,50	19,50	22,50	18,00	21,00	24,00	19,50	22,50	25,50	21,00	24,00	27,00	22,50	25,50	28,50	24,00	27,00	30,00						
3	Schnelligkeit	a)	30 m Laufen						50 m Laufen						100 m Laufen										
			9,2	8,2	7,2	8,6	7,7	6,8	12,4	11,2	10,1	11,6	10,7	9,7	20,4	18,5	16,9	19,6	17,8	16,2					
		b)	25 m Schwimmen																						
		55,2	45,6	36,0	49,2	39,6	31,2	43,2	34,8	27,0	39,6	32,4	25,2	37,2	30,6	24,0	35,4	29,4	22,8						
c)	200 m Radfahren mit fliegendem Start																								
					45,6	39,6	33,6	42,0	36,6	31,2	35,4	31,2	27,0	28,8	25,8	22,8	26,4	23,4	20,4						
4	Koordination	a)	Hochsprung																						
								0,68	0,76	0,84	0,76	0,84	0,92	0,88	0,96	1,04	0,96	1,04	1,12						
		b)	Weitsprung																						
		1,68	1,92	2,16	1,88	2,12	2,36	2,08	2,32	2,56	2,56	2,80	3,04	3,04	3,28	3,52	3,44	3,68	3,92						
c)	3 m Abstand Kreismitte Zielwurf (alternativ als Fußballzielstoß)									5 m Abstand Kreismitte Zielwurf (alternativ als Fußballzielstoß)															
	10	15	20	10	15	20	10	15	20	10	15	20	10	15	20	10	15	20							
Prüferin/Prüfer:					Prüfungsnummer:					Altersklasse bitte markieren										Nr. der Urkunde:					
Nachweis der Schwimmfertigkeit laut DOSB-Prüfungswegweiser					Unterschrift Prüfer/Arzt - Datum										Ausgleichsbedingung:					Gesamtpunktzahl					
Variante 1: Abnahme in einer Gruppe des Sportabzeichens															Gruppe 1:					Bronze (4-7 Punkte)					
Variante 2: 15 min Dauerschwimmen															Gruppe 2:					Silber (8-10 Punkte)					
Variante 3: <12 Jahre: 50 m ohne Zeitlimit, ≥12 Jahre 200 m in max. 11 min															Gruppe 3:					Gold (11-12 Punkte)					
Variante 4: Verschiedene Abzeichen (z. B. Deutsches Schwimmbzeichen)															Gruppe 4:										
Variante 5: 100 m Kleiderschwimmen in max. 4 min																									
Gültigkeit: 1x im Jugendbereich bzw. alle 5 Jahre im Erwachsenenbereich																									

Kinder/Jugend m – E I

Deutsches Sportabzeichen für Menschen mit Behinderung										Laufzettel/Prüfkarte für Kinder/Jugend - weiblich										Ab 2018																							
Name:					Vorname:					Geburtsdatum:																																	
Strasse:					Ort:					PLZ:																																	
Telefon:					Bronze = 1 Punkt ; Silber = 2 Punkte ; Gold = 3 Punkte																																						
Anzahl bereits erworbener Sportabzeichen:					Nachweis über (bitte O ankreuzen):					Behinderungsklasse: E II - Beidseitige Armbehinderung (GdB 70 - 100)																																	
					O GdB O Prothesen-Pass O Gutachten					Jahr der Prüfung					Jahr der letzten Prüfung																												
										2 0					Schule/Verein/Einrichtung																												
Übung		6+7			8+9			10+11			12+13			14+15			16+17			Erzielte Leistungen		Punkte																					
		Bronze 1 Pkt.	Silber 2 Pkt.	Gold 3 Pkt.	Bronze 1 Pkt.	Silber 2 Pkt.	Gold 3 Pkt.	Bronze 1 Pkt.	Silber 2 Pkt.	Gold 3 Pkt.	Bronze 1 Pkt.	Silber 2 Pkt.	Gold 3 Pkt.	Bronze 1 Pkt.	Silber 2 Pkt.	Gold 3 Pkt.	Bronze 1 Pkt.	Silber 2 Pkt.	Gold 3 Pkt.	Datum, Unterschrift																							
1	Ausdauer	a)	800 m Lauf																			07:22	06:30	05:32	07:15	06:17	05:25	06:56	06:04	05:12	06:43	05:45	04:53	06:30	05:38	04:40	06:17	05:18	04:27				
		b)	Dauerlauf																			05:36	08:24	11:54	07:00	10:30	14:00	10:30	14:00	21:00	14:00	21:00	28:00	21:00	28:00	35:00	31:30	42:00	52:30				
		c)	Schwimmen																			200 m									400 m												
			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																							
		d)	Radfahren																			5 km									10 km												
			35:06	31:12	27:18	65:39	55:54	46:09	58:30	51:21	43:33	49:24	42:15	37:03	42:15	37:03	32:30																										
		e)	Kegeln - Asphalt																			74	83	91	86	95	105	97	108	118	108	120	132	119	133	146	131	145	160				
		f)	Kegeln - Bohle																			234	260	286	248	275	303	261	290	319	275	305	336	288	320	352	302	335	369				
g)	Kegeln - Bowling																			167	185	204	180	200	220	194	215	237	207	230	253	221	245	270	234	260	286						
h)	Kegeln - Schere																			171	190	209	185	205	226	198	220	242	212	235	259	225	250	275	239	265	292						
2	Kraft	a)	Standweitsprung																			0,74	0,88	0,98	0,81	0,91	1,05	0,91	1,02	1,16	0,98	1,12	1,26	1,09	1,19	1,33	1,16	1,26	1,40				
		b)	Fußballweitschuss																			10,50	13,50	16,50	12,00	15,00	18,00	13,50	16,50	19,50	15,00	18,00	21,00	16,50	19,50	22,50	18,00	21,00	24,00				
3	Schnelligkeit	a)	Laufen																			30 m						50 m						100 m									
			10,4	9,2	8,2	9,6	8,6	7,4	14,3	13,1	11,8	13,8	12,5	11,1	24,2	22,1	20,2	22,9	21,2	19,5																							
		b)	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				
c)	200 m Radfahren mit fliegendem Start																			53,3	46,8	40,3	48,1	41,6	35,1	40,3	35,1	30,6	35,1	31,9	28,0	32,5	29,3	26,0									
4	Koordination	a)	Hochsprung																			0,56	0,63	0,70	0,63	0,70	0,77	0,67	0,74	0,81	0,74	0,81	0,88										
		b)	Weitsprung																			1,21	1,42	1,63	1,41	1,62	1,83	1,61	1,82	2,03	1,96	2,17	2,38	2,24	2,45	2,66	2,38	2,59	2,80				
		c)	Zielwurf (alternativ als Fußballzielstoß)																			3 m Abstand Kreismitte						5 m Abstand Kreismitte															
10	15		20	10	15	20	10	15	20	10	15	20	10	15	20	10	15	20																									
Prüferin/Prüfer:					Prüfungsnummer:					Altersklasse bitte markieren					Nr. der Urkunde:																												
Nachweis der Schwimmfertigkeit laut DOSB-Prüfungswegweiser										Unterschrift Prüfer/Arzt - Datum										Ausgleichsbedingung:		Gesamtpunktzahl																					
Variante 1: Abnahme in einer Gruppe des Sportabzeichens																				Gruppe 1:		Bronze (4-7 Punkte)																					
Variante 2: 15 min Dauerschwimmen																				Gruppe 2:		Silber (8-10 Punkte)																					
Variante 3: <12 Jahre: 50 m ohne Zeitlimit, ≥12 Jahre 200 m in max. 11 min																				Gruppe 3:		Gold (11-12 Punkte)																					
Variante 4: Verschiedene Abzeichen (z. B. Deutsches Schwimmbzeichen)																				Gruppe 4:																							
Variante 5: 100 m Kleiderschwimmen in max. 4 min																																											
Gültigkeit: 1x im Jugendbereich bzw. alle 5 Jahre im Erwachsenenbereich																																											

Kinder/Jugend w – E II

Deutsches Sportabzeichen für Menschen mit Behinderung										Laufzettel/Prüfkarte für Kinder/Jugend - männlich										Ab 2018						
Name:					Vorname:					Geburtsdatum:																
Strasse:					Ort:					PLZ:																
Telefon:					Bronze = 1 Punkt ; Silber = 2 Punkte ; Gold = 3 Punkte																					
Anzahl bereits erworbener Sportabzeichen:					Nachweis über (bitte O ankreuzen):					Behinderungsklasse: E II - Beidseitige Armbehinderung (GdB 70 - 100)																
					O GdB O Prothesen-Pass O Gutachten					Jahr der Prüfung					Jahr der letzten Prüfung											
										2 0					Schule/Verein/Einrichtung											
Übung		6+7			8+9			10+11			12+13			14+15			16+17			Erzielte Leistungen		Punkte				
		Bronze 1 Pkt.	Silber 2 Pkt.	Gold 3 Pkt.	Bronze 1 Pkt.	Silber 2 Pkt.	Gold 3 Pkt.	Bronze 1 Pkt.	Silber 2 Pkt.	Gold 3 Pkt.	Bronze 1 Pkt.	Silber 2 Pkt.	Gold 3 Pkt.	Bronze 1 Pkt.	Silber 2 Pkt.	Gold 3 Pkt.	Bronze 1 Pkt.	Silber 2 Pkt.	Gold 3 Pkt.	Datum, Unterschrift						
1	Ausdauer	a)	800 m Lauf		07:22	06:30	05:32	07:02	06:04	05:06	06:36	05:38	04:40	06:10	05:12	04:14	05:38	04:46	03:41	04:59	04:01	03:09				
		b)	Dauerlauf		07:00	10:30	14:00	08:24	11:54	16:06	11:54	17:30	24:30	17:30	24:30	31:30	24:30	31:30	42:00	38:30	49:00	63:00				
		c)	Schwimmen		200 m						400 m															
			11:42	09:32	08:01	10:24	08:47	07:22	09:06	08:14	06:43	17:33	14:57	12:41	15:36	13:19	11:29	14:18	12:34	10:50						
		d)	Radfahren		5 km						10 km															
			34:27	30:33	26:39	63:03	53:18	43:33	55:54	48:06	40:57	41:36	36:24	31:12	35:06	30:33	26:39									
		e)	Kegeln - Asphalt		133	148	162	144	160	176	155	173	190	167	185	204	178	198	217	189	210	231				
		f)	Kegeln - Bohle		302	335	369	315	350	385	329	365	402	342	380	418	356	395	435	369	410	451				
g)	Kegeln - Bowling		230	255	281	243	270	297	257	285	314	270	300	330	284	315	347	297	330	363						
h)	Kegeln - Schere		234	260	286	248	275	303	261	290	319	275	305	336	288	320	352	302	335	369						
2	Kraft	a)	Standweitsprung		0,81	0,95	1,05	0,91	1,05	1,16	1,05	1,19	1,30	1,19	1,33	1,44	1,33	1,44	1,58	1,44	1,54	1,68				
		b)	Fußballweitschuss		15,00	18,00	21,00	16,50	19,50	22,50	18,00	21,00	24,00	19,50	22,50	25,50	21,00	24,00	27,00	22,50	25,50	28,50				
3	Schnelligkeit	a)	Laufen		30 m			50 m			100 m															
			10,0	8,8	7,8	9,4	8,3	7,4	13,4	12,1	10,9	12,6	11,6	10,5	22,1	20,0	18,3	21,2	19,2	17,6						
		b)	25 m Schwimmen		59,8	49,4	39,0	53,3	42,9	33,8	46,8	37,7	29,3	42,9	35,1	27,3	40,3	33,2	26,0	38,4	31,9	24,7				
c)	200 m Radfahren mit fliegendem Start		49,4						42,9	36,4	45,5	39,7	33,8	38,4	33,8	29,3	31,2	28,0	24,7	28,6	25,4	22,1				
4	Koordination	a)	Hochsprung		0,60						0,67	0,74	0,67	0,74	0,81	0,77	0,84	0,91	0,84	0,91	0,98					
		b)	Weitsprung		1,42	1,63	1,84	1,62	1,83	2,04	1,82	2,03	2,24	2,24	2,45	2,66	2,66	2,87	3,08	3,01	3,22	3,43				
		c)	Zielwurf (alternativ als Fußballzielstoß)		3 m Abstand Kreismitte						5 m Abstand Kreismitte															
10	15		20	10	15	20	10	15	20	10	15	20	10	15	20	10	15	20	10	15	20					
Prüferin/Prüfer:					Prüfungsnummer:					Altersklasse bitte markieren										Nr. der Urkunde:						
Nachweis der Schwimmfertigkeit laut DOSB-Prüfungswegweiser					Unterschrift Prüfer/Arzt - Datum										Ausgleichsbedingung:					Gesamtpunktzahl						
Variante 1: Abnahme in einer Gruppe des Sportabzeichens															Gruppe 1:					Bronze (4-7 Punkte)						
Variante 2: 15 min Dauerschwimmen															Gruppe 2:					Silber (8-10 Punkte)						
Variante 3: <12 Jahre: 50 m ohne Zeitlimit, ≥12 Jahre 200 m in max. 11 min															Gruppe 3:					Gold (11-12 Punkte)						
Variante 4: Verschiedene Abzeichen (z. B. Deutsches Schwimmbzeichen)															Gruppe 4:											
Variante 5: 100 m Kleiderschwimmen in max. 4 min																										
Gültigkeit: 1x im Jugendbereich bzw. alle 5 Jahre im Erwachsenenbereich																										

Kinder/Jugend m – E II