

SPORTABZEICHEN-ABNAHMEN IN BREMEN STADT

Termine und Änderungen werden auf der Sportseite der örtlichen Tageszeitungen sowie auf der Homepage des LSB bekannt gemacht. Bei schlechten Wetterverhältnissen bleibt es den verantwortlichen Abnehmern vorbehalten, Termine abzusagen.

SCHWIMMEN

Ausdauer / Schnelligkeit / Nachweis Schwimmfertigkeit

Stadionbad, Franz-Böhmert-Straße 13

Die Termine im Stadionbad sind angefragt und werden dieses Jahr auf unserer Homepage veröffentlicht, sobald diese bekannt sind.

Bitte beachten Sie, dass bei schlechter Wetterlage das Bad früher geschlossen werden könnte. Bitte informieren Sie sich rechtzeitig im Stadionbad.

Hallenbad am Weserstadion (hanseWasser-Hallenbad)

Termine: 17. September
Abnahme: 10.00 bis 12.00 Uhr
Anmeldung bis 11.00 Uhr

Ansprechpartnerin: Anna-Lena Fricke
Von den Teilnehmenden ist der jeweils gültige Eintrittspreis zu entrichten.

LEICHTATHLETIK

Ausdauer / Kraft / Schnelligkeit / Koordination

Stützpunkt Platz 11, Franz-Böhmert-Straße 8

Termine: 16. und 30. Mai, 27. Juni, 8. August,
5. September, jeweils dienstags 17.30 bis 19.00 Uhr
11. Juli, Dienstag 18.30 bis 20.00 Uhr
Unter Vorbehalt:
20. August, Sonntag 10.00 bis 12.00 Uhr
24. September, Sonntag 10.00 bis 12.00 Uhr

Ansprechpartnerin: Sabine Schmieder (0160) 533 67 21,
schmieder-bremen@t-online.de

WALKING UND NORDIC-WALKING

Ausdauer

**Bürgerpark, Treffpunkt: Helmut-Frenzel-Pavillon
(Ecke Findorffallee/Utbremer Ring)**

Termine: 26. Juni, 28. August
Anmeldung: ab 17.15 Uhr
Start: 17.30 Uhr

Ansprechpartner: Willi Elsen/LSB Bremen
(0421) 7 92 87-30

Werdersee, Treffpunkt: Kiosk am Werdersee, Weserdeich

Termine: 28. August (nur 4 km), 13. September
(7,5 und 4 km)
Anmeldung ab: 17.15 Uhr
Start: 17.30 Uhr

Ansprechpartnerin: Sabine Schmieder
(0160) 533 67 21, schmieder-bremen@t-online.de

RADFAHREN

Ausdauer und Schnelligkeit

Wir empfehlen das Tragen eines Helmes.

Start/Ziel: Tierheim, Bremen (Wendeplatz: Hemmstr. 491)

5 km, 10 km, 20 km und 200 m Radfahren (fliegender Start)
Termine: 14. Juni, 19. Juli, 30. August
Start 200 m: 18.00 Uhr, Start 20 km: 18.30 Uhr
1/2 Stunde vor dem Start Registrierung und Startnummernausgabe. Bitte melden Sie sich bis 15 Uhr am Tag vor der Abnahme an!

Anmeldungen: (0421) 7 92 87 -30/-16 oder
sportabzeichen@lsb-bremen.de

Einige Vereine bieten auch den 200 m Sprint im
Radfahren an.

Nationale Förderer



WEITERE TREFFS UND KONTAKTE

ATSV Habenhausen (0421) 83 06 12 0
ATSV Sebaldsbrück (0421) 41 40 59
BTV 1877 (0421) 44 27 92
LAZ Osterholz S. Grenzdörfer (0421) 27 12 52
LTS Bremerhaven D. Pawlik (0471) 61 256
Lüssumer SV (0421) 60 37 90
SG Findorff Geschäftsstelle (0421) 35 27 35
SV Werder A. Fichtner (0421) 4 98 78 57
TSV Borgfeld (0421) 27 36 20
TSV Osterholz-Tenever H. Fricke (0421) 4 84 11 59
TURA (0421) 61 34 10
TuS Huchting (0421) 58 55 88
TuS Komet Arsten (0421) 82 82 02 21
TV Eiche-Horn (0421) 23 40 60

SPORTABZEICHEN-ABNAHMEN IN BREMEN-NORD

Auskunft und Information: Imke Schilling
(0421) 6 88 47 91

SCHWIMMEN

**Ausdauer und Schnelligkeit sowie Nachweis
der Schwimmfertigkeit**

Sportbad Grohn, Friedrich-Humbert-Str. 20, Grohn

Termine: 2. Juli, 13. August
Beginn: Sonntag von 12.00 bis 13.00 Uhr.
Bitte 15 Minuten vorher da sein.
Von den Teilnehmer*innen ist der jeweils gültige
Eintrittspreis zu entrichten.

LEICHTATHLETIK

Ausdauer / Kraft / Schnelligkeit / Koordination

Stützpunkt Löh-Sportplatz, Am Forst 1, Blumenthal
Termine: 24. April; 15. Mai; 5. und 19. Juni; 3. Juli; 14.
und 28. August; 11. September (Abschlussveranstaltung)
Beginn jeweils montags 18.00 Uhr.

**Vorbereitungsabend im Vegesacker Stadion Vegesacker
Bahnhofplatz:** ab dem 12. April bis Ende September
jeweils mittwochs ab 18 Uhr.

Stützpunkt Löh-Sportplatz, Am Forst 1, Blumenthal
Abnahmen für Walking / Nordic Walking und Dauer- /
Geländelauf nach Voranmeldung bei Imke Schilling
(0421) 6 88 47 91, Turnen gemäß Absprache.

SPORTABZEICHEN-ABNAHMEN IN BREMERHAVEN

Auskunft und Info: Annette Reinke, (0471) 30 17 99
SSB-Geschäftsstelle Mi 9.00 bis 12.00 Uhr
(0471) 30 87 188; sportabzeichen@ssb-bremerhaven.de

Termine und Änderungen werden im Tageskalender der
örtlichen Tageszeitungen bekannt gemacht. Bei schlechten
Wetterverhältnissen bleibt es den verantwortlichen
Abnehmern vorbehalten, Termine abzusagen.

SCHWIMMEN

**Ausdauer und Schnelligkeit sowie Nachweis der
Schwimmfertigkeit**

Freibad Grünhöfe, Marsch-Brook-Weg, Bremerhaven
20. Juni, 18. Juli, 29. August
Abnahme jeweils dienstags von 18.00 bis 19.00 Uhr
(Anmeldung 18.00 Uhr)
Von den Teilnehmer*innen ist der jeweils gültige
Eintrittspreis zu entrichten.
Nur nach Voranmeldung bei Annette Reinke
Tel. (0471) 30 17 99

TURNEN

Kraft / Schnelligkeit / Koordination

Nach Voranmeldung bei Thorsten Schwebe (0471) 3 89 27

LEICHTATHLETIK

Ausdauer / Kraft / Schnelligkeit / Koordination

**Stützpunkt GTV-Anlage Bürgerpark,
In den Nedderwiesen 3**

Termine: 22. Mai, 5. Juni, 17. Juli und 28. August

Stützpunkt LTS-Anlage Speckenbüttel, Honholdstr. 1

Termine: 19. Juni, 3. Juli, 7. August, 11. und 25.
September

Abnahmen jeweils montags von 18.00 bis 19.00 Uhr

RADFAHREN

Ausdauer

Wir empfehlen das Tragen eines Helmes.

5 km / 10 km / 20 km Radfahren
Termin: 2. Juli

Treffpunkt: 08.45 Uhr Schiffdorf, Parkplatz vor der
Gemeindeverwaltung nach Voranmeldung
Annette Reinke (0471) 30 17 99

Kurzstrecke 200 m

Treffpunkt: Kreuzung Reinkenheide/Westerwiese
Termin: nach Voranmeldung und telefonischer Absprache
Annette Reinke (0471) 30 17 99

WALKING UND NORDIC-WALKING

Ausdauer

Treffpunkt: Stützpunkt LTS, Speckenbütteler Park
Gesundheitsallee, Bremerhaven
Nach Voranmeldung bei Dieter Pawlik (0471) 6 12 56



2023



DEUTSCHES
SPORTABZEICHEN

LANDESPORTBUND BREMEN E. V.

AUSKÜNFT UND URKUNDEN

Bremen
Daniel Fangmann (0421) 7 92 87-30
Thomas Voigt (0421) 7 92 87-16
Einreichung der Urkunden per Post oder E-Mail.
Abholung nach Vereinbarung möglich.

Bremen-Nord
Imke Schilling (0421) 6 88 47 91

Bremerhaven
Geschäftsstelle Stadtsportbund
(0471) 3 08 71 88, Mi. 09.00 bis 12.00 Uhr
www.ssb-bremerhaven.de
sportabzeichen@ssb-bremerhaven.de

DEUTSCHES SPORTABZEICHEN

Das Deutsche Sportabzeichen ist die Auszeichnung für überdurchschnittliche und vielseitige Fitness. Jede(r) kann es machen, auch Nicht-Mitglieder von Sportvereinen.

Das Deutsche Sportabzeichens ist in vier Gruppen mit verschiedenen Übungen eingeteilt: Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Koordination. In jeder Gruppe kann jeweils eine Übung u. a. aus den Sportarten Leichtathletik, Radfahren, Schwimmen und Geräteturnen erfüllt werden. Die Leistungsanforderungen der einzelnen Übungen sind nach Altersklassen gestaffelt.

Das Deutsche Sportabzeichen kann – je nach persönlicher Fitness und Trainingszustand – auf den Leistungsebenen Bronze, Silber und Gold erworben werden. Die Leistungen in den einzelnen Disziplinen werden mit 1 (Bronze) 2 (Silber) und 3 (Gold) Punkten bewertet.

Um das Deutsche Sportabzeichen zu erwerben, müssen vier Disziplinen (eine pro Disziplingruppe) mindestens in Bronze (je 1 Punkt = 4 Punkte) erbracht werden.

Der Nachweis der Schwimmfähigkeit ist notwendige Voraussetzung für den Erwerb des Deutschen Sportabzeichens. Dieser muss alle fünf Jahre erneuert werden. Für Kinder ist ein einmaliger Nachweis bis zum 18. Lebensjahr ausreichend.

PRÜFUNGSBEDINGUNGEN

Die Übungen in den einzelnen Disziplingruppen sind den Prüfkarten zu entnehmen. Die Prüfung an den Trainingsabenden der Lauftreffs ist die Ausnahme. Sie sind nach den Bestimmungen des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) anzusetzen, u. a. ist eine Trennung von Training und Prüfung vorzunehmen. Das Deutsche Sportabzeichen kann pro Kalenderjahr nur einmal erworben werden.

Das Deutsche Sportabzeichen ist eine Auszeichnung des DOSB. Es ist die höchste Auszeichnung außerhalb des Wettkampfsports und wird als Leistungsabzeichen für überdurchschnittliche und vielseitige körperliche Leistungsfähigkeit verliehen. Der DOSB verleiht dies im In- und Ausland nach bestandener Prüfung.

Es ist keine Bedingung, dass die Prüfungsjahre ununterbrochen aufeinander folgen. Prüfungen für das Schüler- bzw. Jugendsportabzeichen werden im Erwachsenenalter nicht angerechnet.

Das Deutsche Sportabzeichen wird an Kinder und Jugendliche ab dem Kalenderjahr, in dem das 6. Lebensjahr erreicht wird und an Erwachsene, ab dem Kalenderjahr, in dem das 18. Lebensjahr erreicht wird, verliehen.

Die Prüfungs- und Durchführungsbestimmungen sind beim Landessportbund Bremen e. V. erhältlich.

Nationale Förderer



KOSTEN

Die Mitgliedschaft in einem Sportverein ist keine Voraussetzung für den Erwerb des Deutschen Sportabzeichens und die Prüfungsabnahme an den Stützpunkterminen ist kostenlos. Es entstehen ausschließlich für die Verleihung geringe Kosten.

Erwachsene
Urkunde und Abzeichen (Bronze, Silber, Gold): je 4,00 €
Urkunde ohne Abzeichen: je 3,00 €

Zusatzabzeichen
Abzeichen Bicolor mit Zahl (5-60): je 3,00 €
Bandschnalle Bronze, Silber, Gold: je 3,00 €
Bandschnalle Bicolor: je 4,00 €

Männliche und weibliche Jugend
Bearbeitungsgebühr einschl. Anstecknadel: je 1,25 €

Eine Zahlung ist nur unbar möglich.

Denken Sie daran, Krankenkassen gewähren Bonuspunkte für die Absolvierung des Deutschen Sportabzeichens!

AUSBILDUNG

Haben Sie Lust auf mehr, als (nur) das Sportabzeichen zu machen und möchten selbst als Prüfer*in oder Coach tätig werden?

Der Landessportbund Bremen e. V. bietet jeweils einmal im Jahr die Ausbildung zum Sportabzeichenprüfer*in bzw. -Coach an. Diese bestehen aus jeweils einer eintägigen Ausbildung. Inhalte sind die theoretischen Grundlagen sowie die praktische Umsetzung.

Weitere Informationen und Anmeldungen unter www.lsb-bremen-bildung.de

Bei Fragen wenden Sie sich an:
sportabzeichen@lsb-bremen.de oder
(0421) 7 92 87 -16/-30

WETTBEWERBE 2023

In der Zeit vom 1. Januar 2023 bis 31. Dezember 2023.

VEREINSWETTBEWERB

Am Vereinswettbewerb, in Kooperation mit der Sparkasse Bremen, können alle Vereine im Lande Bremen teilnehmen. Zu der Grund- und Jugendprämie kommt für die Sieger (Platz 1 bis 3) eine Sonderprämie. Der Abgabetermin ist der 31.01. des Folgejahres.

FAMILIENWETTBEWERB

Der Landessportbund Bremen führt dieses Jahr wieder den Sportabzeichen-Familien-Wettbewerb durch. Sie können in zwei unterschiedlichen Ausschreibungen teilnehmen.

2-Generationen-Wettbewerb
Beispiel: Mutter und Kind oder Opa und Enkel
Auszeichnung: Familienurkunde des LSB

3-Generationen-Wettbewerb
Beispiel: Oma, Vater und Kind
Auszeichnung: Generationenurkunde des LSB
Abgabetermin: Der Abgabetermin ist der 31.01. des Folgejahres

Auskünfte und Unterlagen
Landessportbund Bremen e. V.
Ansprechpartner: Daniel Fangmann und Thomas Voigt
(0421) 7 92 87 -16/-30
sportabzeichen@lsb-bremen.de
Hutfilterstr. 16-18, 28195 Bremen

Anfahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln:
Straßenbahnlinie 1, 2, 3 / Bus 26, 27, 63 Haltestelle Am Brill

FAMILIENWETTBEWERB ERNSTING'S FAMILY

2-Generationen einer Familie (mind. 2 Teilnehmer)
Auszeichnung: Familien-Urkunde des LSB und Ernstings Family sowie pro Person einen Gutschein in Höhe von 5,00 €.
Online registrieren:
www.ernstingsfamily-familiensportabzeichen.de
Abgabetermin: 31.12.2023

MENSCHEN MIT BEHINDERUNG

Für Menschen mit Behinderung(en) gelten besondere Bedingungen.

Auskunft und Anmeldung
Geschäftsstelle des Behinderten-Sportverbandes
Wolfgang Rasic, Heinstr. 25/27, 28213 Bremen
Telefon und Fax: (0421) 2 77 84 45
oder (0421) 960 60 90
E-Mail: sportabzeichen@behindertensport-bremen.de

Fotos
© Andrea Bowinkelmann LSB NRW
© davit85 Fotolia.com

Gestaltung
www.schmidt-tooren.de



shop.deutsches-sportabzeichen.de



TEAM SPORTABZEICHEN

