

## LANDESSPORTBUND

**BREMEN** Sport  
vereint!

Landessportbund Bremen e. V.  
Hutfilterstr. 16-18, 28195 Bremen  
Telefon (0421) 7 92 87-30 / -16  
www.lsb-bremen.de  
sportabzeichen@lsb-bremen.de  
f lsbbremen

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

AB 2024 – DEIN Sportabzeichen digital  
www.sportabzeichen-digital.de



AUSKÜNFTE, INFORMATIONEN,  
URKUNDEN



### Bremen

Einreichung der Unterlagen digital, per E-Mail, Post oder  
Einwurf. Versand der Urkunden erfolgt per Post. Individuell  
Abholung nach Vereinbarung möglich.

### Bremerhaven

Geschäftsstelle Stadtsportbund  
(0471) 3 08 71 88  
www.ssb-bremerhaven.de  
sportabzeichen@ssb-bremerhaven.de

## DEUTSCHES SPORTABZEICHEN

Das Deutsche Sportabzeichen ist die Auszeichnung für über-  
durchschnittliche 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, Rad-  
fahren, 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 (Sil-  
ber) 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 Sportabzei-  
chens. Dieser muss alle fünf Jahre erneuert werden. Für  
Kinder ist ein einmaliger Nachweis bis zum 18. Lebensjahr  
ausreichend.

**Termine, Ansprechpersonen, Vereine und mögliche Ände-  
rungen finden Sie auf der Homepage des LSB Bremen. Bei  
extremen Wetterverhältnissen bleibt es den verantwortli-  
chen Personen vorbehalten, Termine abzusagen.**

## BREMEN STADT

Wir bieten die folgenden Disziplinen an:

- Schwimmen
- Leichtathletik
- Walking
- Radfahren

## BREMEN-NORD

Wir bieten die folgenden Disziplinen an:

- Schwimmen
- Leichtathletik

## BREMERHAVEN

Wir bieten die folgenden Disziplinen an:

- Schwimmen
- Turnen
- Leichtathletik
- Radfahren
- Walking



© DOSB



# DEUTSCHES SPORTABZEICHEN

LANDESSPORTBUND BREMEN E. V.

## 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.

## VORAUSSETZUNG UND 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.

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](http://www.lsb-bremen-bildung.de)

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



## SPORTABZEICHEN-WETTBEWERBE

In der Zeit vom 1. Januar bis 31. Dezember des jeweiligen Kalenderjahres.

### 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 jährlich den Sportabzeichen-Familien-Wettbewerb durch. Sie können in zwei unterschiedlichen Kategorien 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

Der Abgabetermin ist der 31.01. des Folgejahres

## MENSCHEN MIT BEHINDERUNG

Für Menschen mit Behinderung(en) gelten besondere Bedingungen.

#### Auskunft und Anmeldung

Geschäftsstelle des Behinderten-Sportverbandes

Heinstr. 25/27, 28213 Bremen

Telefon: (0421) 2 77 84 45

E-Mail: [sportabzeichen@behindertensport-bremen.de](mailto:sportabzeichen@behindertensport-bremen.de)

#### Fotos

© Andrea Bowinkelmann LSB NRW

© davit85 Fotolia.com

#### Gestaltung

[www.schmidt-tooren.de](http://www.schmidt-tooren.de)

Nationale Förderer

