



## SPORT MIT SPASS

kinder Joy of Moving begeistert Kinder für Bewegung – und das schon seit über 17 Jahren. Denn wir sind überzeugt: Wer als Kind regelmäßig Sport treibt, tut das auch als Erwachsener. Mit dieser Idee hat sich **kinder Joy of Moving** zu einem Erfolgsprojekt entwickelt: Wir bewegen jährlich mehr als 2,6 Millionen Kinder in 33 Ländern.

Mehr Informationen auf [www.kinderjoyofmoving.de](http://www.kinderjoyofmoving.de)



## MEHR SICHTBARKEIT FÜR EURE VEREINS-ANGEBOTE!

Jetzt in der Bewegungs-Landkarte eintragen!

So einfach geht's:

- **REGISTRIEREN**
- **VEREIN ANLEGEN**
- **ANGEBOTE PLATZIEREN**

Hier geht's direkt zur Registrierung



[www.bewegungslandkarte.de](http://www.bewegungslandkarte.de)

## DAS DEUTSCHE SPORTABZEICHEN

### DEINE Herausforderung

Leistung macht Spaß. Besonders dann, wenn Du mit Deinen Fähigkeiten etwas erreichen kannst, unabhängig von Deinem Alter, Geschlecht oder einer möglichen Behinderung. Das Deutsche Sportabzeichen blickt auf eine über 100-jährige Geschichte zurück und ist dabei doch ständig in Bewegung.



### Dein persönlicher Leistungs-Check

Ein ganzes Kalenderjahr (01.01. – 31.12.) hast Du Zeit, um vier Übungen erfolgreich zu absolvieren und zusätzlich zu zeigen, dass Du schwimmen kannst. Innerhalb der vier Gruppen (Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Koordination) kannst Du dabei selber wählen, welcher Übung Du Dich in der Prüfung stellen willst. Eine Übersicht über die Anforderungen findest Du auf der Rückseite dieser Broschüre, weitere Informationen gibt's hier: [www.deutsches-sportabzeichen.de](http://www.deutsches-sportabzeichen.de)

### Nimm Deine Herausforderung an!

Teile Deinen Erfolg: #Sportabzeichen

### Bronze – Silber – Gold

Mehr als 40 Millionen Abzeichen in über 100 Jahren

### Ausgezeichnet

Seit 1958 hat das Deutsche Sportabzeichen den Status „Ehrenzeichen der Bundesrepublik Deutschland mit Ordenscharakter“.



## NIMM DIE HERAUSFORDERUNG AN!

### Das Deutsche Sportabzeichen

Die Auszeichnung für überdurchschnittliche und vielseitige körperliche Leistungsfähigkeit. Anders als bei vielen anderen Prüfungen wird die individuelle Fitness anhand der vier motorischen Grundfähigkeiten überprüft und ist damit so vielseitig wie kein anderes Sportabzeichen.

### Ausdauer – Kraft – Schnelligkeit – Koordination

Die Prüfungsanforderungen auf der Rückseite dieser Broschüre sind entsprechend in die vier Gruppen eingeteilt. Aus jeder Gruppe muss eine Leistung erfolgreich (mindestens Bronze) absolviert werden. Dies gilt auch für Menschen mit Behinderung, deren Leistungen federführend durch den Deutschen Behindertensportverband (DBS) erarbeitet wurden. Das Handbuch „Deutsches Sportabzeichen für Menschen mit Behinderung“ findest Du unter [www.dbs-npc.de](http://www.dbs-npc.de) in der Rubrik Sportentwicklung/Breitensport.

### Erst medizinischen Rat einholen!

Für Menschen mit und ohne Behinderung gilt: Nach längerer Sportpause oder überstandener Krankheit (z. B. am Herzen oder auch bei chronischen, schubweise auftretenden Krankheiten) weiß der\*die behandelnde Arzt\*Ärztin, was Du Dir zutrauen kannst.

### Vielfältige Herausforderungen

Wenn Du in den Gruppen Schnelligkeit und/oder Ausdauer nicht das Schwimmen wählst, musst Du einen Nachweis Deiner Schwimmfähigkeit extra erbringen. Wie das geht, steht unter [www.deutsches-sportabzeichen.de](http://www.deutsches-sportabzeichen.de).



Ausdauer



Kraft



Schnelligkeit



Koordination

### Probier die neuen Fitness-Disziplinen aus

Ab 2024 werden vier neue Übungen für die Gruppe Kraft angeboten. Weitere Infos unter [www.deutsches-sportabzeichen.de](http://www.deutsches-sportabzeichen.de).



Schwimmen

### Schwimmen ist wichtig

Wenn Du in den Gruppen Schnelligkeit und/oder Ausdauer nicht das Schwimmen wählst, musst Du einen Nachweis Deiner Schwimmfähigkeit extra erbringen. Wie das geht, steht unter [www.deutsches-sportabzeichen.de](http://www.deutsches-sportabzeichen.de).

### Gemeinsam zum Erfolg

Sportabzeichen macht im Verein am meisten Spaß – aber auch Nichtmitglieder können die Prüfungen ablegen. In vielen Städten und Gemeinden gibt es Sportabzeichen-Treffs.



Gemeinsam zum Erfolg

### Kombination von Abzeichen

Wer sagt eigentlich, dass Fußballer\*innen nicht turnen und Radfahrer\*innen nicht laufen können?



Kombination von Abzeichen

### Dieses Jahr Bronze, nächstes Jahr Gold!

Als Inhaber\*in des Deutschen Sportabzeichens kannst Du richtig stolz auf Dich sein – und es nächstes Jahr gleich wieder versuchen! Vielleicht gelingt Dir sogar eine Verbesserung? In jedem Fall werden „Wiederholungstäter\*innen“ besonders geehrt.



### Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

Zusammen Sport treiben und sich gemeinsam einer Leistungsprüfung stellen: Das Deutsche Sportabzeichen lässt Menschen mit und ohne Behinderung vereint aktiv werden! Kennst Ihr das Buddy-Sportabzeichen? <https://deutsches-sportabzeichen.de/inklusion>



Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

### Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

Zusammen Sport treiben und sich gemeinsam einer Leistungsprüfung stellen: Das Deutsche Sportabzeichen lässt Menschen mit und ohne Behinderung vereint aktiv werden! Kennst Ihr das Buddy-Sportabzeichen? <https://deutsches-sportabzeichen.de/inklusion>



Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

### Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

Zusammen Sport treiben und sich gemeinsam einer Leistungsprüfung stellen: Das Deutsche Sportabzeichen lässt Menschen mit und ohne Behinderung vereint aktiv werden! Kennst Ihr das Buddy-Sportabzeichen? <https://deutsches-sportabzeichen.de/inklusion>



Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

### Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

Zusammen Sport treiben und sich gemeinsam einer Leistungsprüfung stellen: Das Deutsche Sportabzeichen lässt Menschen mit und ohne Behinderung vereint aktiv werden! Kennst Ihr das Buddy-Sportabzeichen? <https://deutsches-sportabzeichen.de/inklusion>



Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

### Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

Zusammen Sport treiben und sich gemeinsam einer Leistungsprüfung stellen: Das Deutsche Sportabzeichen lässt Menschen mit und ohne Behinderung vereint aktiv werden! Kennst Ihr das Buddy-Sportabzeichen? <https://deutsches-sportabzeichen.de/inklusion>



Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

### Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

Zusammen Sport treiben und sich gemeinsam einer Leistungsprüfung stellen: Das Deutsche Sportabzeichen lässt Menschen mit und ohne Behinderung vereint aktiv werden! Kennst Ihr das Buddy-Sportabzeichen? <https://deutsches-sportabzeichen.de/inklusion>



Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

### Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

Zusammen Sport treiben und sich gemeinsam einer Leistungsprüfung stellen: Das Deutsche Sportabzeichen lässt Menschen mit und ohne Behinderung vereint aktiv werden! Kennst Ihr das Buddy-Sportabzeichen? <https://deutsches-sportabzeichen.de/inklusion>



Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

### Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

Zusammen Sport treiben und sich gemeinsam einer Leistungsprüfung stellen: Das Deutsche Sportabzeichen lässt Menschen mit und ohne Behinderung vereint aktiv werden! Kennst Ihr das Buddy-Sportabzeichen? <https://deutsches-sportabzeichen.de/inklusion>



Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

### Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

Zusammen Sport treiben und sich gemeinsam einer Leistungsprüfung stellen: Das Deutsche Sportabzeichen lässt Menschen mit und ohne Behinderung vereint aktiv werden! Kennst Ihr das Buddy-Sportabzeichen? <https://deutsches-sportabzeichen.de/inklusion>



Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

### Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

Zusammen Sport treiben und sich gemeinsam einer Leistungsprüfung stellen: Das Deutsche Sportabzeichen lässt Menschen mit und ohne Behinderung vereint aktiv werden! Kennst Ihr das Buddy-Sportabzeichen? <https://deutsches-sportabzeichen.de/inklusion>



Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

### Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

Zusammen Sport treiben und sich gemeinsam einer Leistungsprüfung stellen: Das Deutsche Sportabzeichen lässt Menschen mit und ohne Behinderung vereint aktiv werden! Kennst Ihr das Buddy-Sportabzeichen? <https://deutsches-sportabzeichen.de/inklusion>



Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

### Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

Zusammen Sport treiben und sich gemeinsam einer Leistungsprüfung stellen: Das Deutsche Sportabzeichen lässt Menschen mit und ohne Behinderung vereint aktiv werden! Kennst Ihr das Buddy-Sportabzeichen? <https://deutsches-sportabzeichen.de/inklusion>



Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

### Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

Zusammen Sport treiben und sich gemeinsam einer Leistungsprüfung stellen: Das Deutsche Sportabzeichen lässt Menschen mit und ohne Behinderung vereint aktiv werden! Kennst Ihr das Buddy-Sportabzeichen? <https://deutsches-sportabzeichen.de/inklusion>



Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

### Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

Zusammen Sport treiben und sich gemeinsam einer Leistungsprüfung stellen: Das Deutsche Sportabzeichen lässt Menschen mit und ohne Behinderung vereint aktiv werden! Kennst Ihr das Buddy-Sportabzeichen? <https://deutsches-sportabzeichen.de/inklusion>



Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

### Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

Zusammen Sport treiben und sich gemeinsam einer Leistungsprüfung stellen: Das Deutsche Sportabzeichen lässt Menschen mit und ohne Behinderung vereint aktiv werden! Kennst Ihr das Buddy-Sportabzeichen? <https://deutsches-sportabzeichen.de/inklusion>



Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

### Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

Zusammen Sport treiben und sich gemeinsam einer Leistungsprüfung stellen: Das Deutsche Sportabzeichen lässt Menschen mit und ohne Behinderung vereint aktiv werden! Kennst Ihr das Buddy-Sportabzeichen? <https://deutsches-sportabzeichen.de/inklusion>



Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

### Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

Zusammen Sport treiben und sich gemeinsam einer Leistungsprüfung stellen: Das Deutsche Sportabzeichen lässt Menschen mit und ohne Behinderung vereint aktiv werden! Kennst Ihr das Buddy-Sportabzeichen? <https://deutsches-sportabzeichen.de/inklusion>



Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

### Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

Zusammen Sport treiben und sich gemeinsam einer Leistungsprüfung stellen: Das Deutsche Sportabzeichen lässt Menschen mit und ohne Behinderung vereint aktiv werden! Kennst Ihr das Buddy-Sportabzeichen? <https://deutsches-sportabzeichen.de/inklusion>



Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

### Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

Zusammen Sport treiben und sich gemeinsam einer Leistungsprüfung stellen: Das Deutsche Sportabzeichen lässt Menschen mit und ohne Behinderung vereint aktiv werden! Kennst Ihr das Buddy-Sportabzeichen? <https://deutsches-sportabzeichen.de/inklusion>



Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

### Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

Zusammen Sport treiben und sich gemeinsam einer Leistungsprüfung stellen: Das Deutsche Sportabzeichen lässt Menschen mit und ohne Behinderung vereint aktiv werden! Kennst Ihr das Buddy-Sportabzeichen? <https://deutsches-sportabzeichen.de/inklusion>



Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

### Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

Zusammen Sport treiben und sich gemeinsam einer Leistungsprüfung stellen: Das Deutsche Sportabzeichen lässt Menschen mit und ohne Behinderung vereint aktiv werden! Kennst Ihr das Buddy-Sportabzeichen? <https://deutsches-sportabzeichen.de/inklusion>



Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

### Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

Zusammen Sport treiben und sich gemeinsam einer Leistungsprüfung stellen: Das Deutsche Sportabzeichen lässt Menschen mit und ohne Behinderung vereint aktiv werden! Kennst Ihr das Buddy-Sportabzeichen? <https://deutsches-sportabzeichen.de/inklusion>



Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

### Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

Zusammen Sport treiben und sich gemeinsam einer Leistungsprüfung stellen: Das Deutsche Sportabzeichen lässt Menschen mit und ohne Behinderung vereint aktiv werden! Kennst Ihr das Buddy-Sportabzeichen? <https://deutsches-sportabzeichen.de/inklusion>



Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

### Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

Zusammen Sport treiben und sich gemeinsam einer Leistungsprüfung stellen: Das Deutsche Sportabzeichen lässt Menschen mit und ohne Behinderung vereint aktiv werden! Kennst Ihr das Buddy-Sportabzeichen? <https://deutsches-sportabzeichen.de/inklusion>



Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

### Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

Zusammen Sport treiben und sich gemeinsam einer Leistungsprüfung stellen: Das Deutsche Sportabzeichen lässt Menschen mit und ohne Behinderung vereint aktiv werden! Kennst Ihr das Buddy-Sportabzeichen? <https://deutsches-sportabzeichen.de/inklusion>



Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

### Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

Zusammen Sport treiben und sich gemeinsam einer Leistungsprüfung stellen: Das Deutsche Sportabzeichen lässt Menschen mit und ohne Behinderung vereint aktiv werden! Kennst Ihr das Buddy-Sportabzeichen? <https://deutsches-sportabzeichen.de/inklusion>



Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

### Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

Zusammen Sport treiben und sich gemeinsam einer Leistungsprüfung stellen: Das Deutsche Sportabzeichen lässt Menschen mit und ohne Behinderung vereint aktiv werden! Kennst Ihr das Buddy-Sportabzeichen? <https://deutsches-sportabzeichen.de/inklusion>



Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

### Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

Zusammen Sport treiben und sich gemeinsam einer Leistungsprüfung stellen: Das Deutsche Sportabzeichen lässt Menschen mit und ohne Behinderung vereint aktiv werden! Kennst Ihr das Buddy-Sportabzeichen? <https://deutsches-sportabzeichen.de/inklusion>



Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

### Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

Zusammen Sport treiben und sich gemeinsam einer Leistungsprüfung stellen: Das Deutsche Sportabzeichen lässt Menschen mit und ohne Behinderung vereint aktiv werden! Kennst Ihr das Buddy-Sportabzeichen? <https://deutsches-sportabzeichen.de/inklusion>



Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

### Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

Zusammen Sport treiben und sich gemeinsam einer Leistungsprüfung stellen: Das Deutsche Sportabzeichen lässt Menschen mit und ohne Behinderung vereint aktiv werden! Kennst Ihr das Buddy-Sportabzeichen? <https://deutsches-sportabzeichen.de/inklusion>



Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

### Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

Zusammen Sport treiben und sich gemeinsam einer Leistungsprüfung stellen: Das Deutsche Sportabzeichen lässt Menschen mit und ohne Behinderung vereint aktiv werden! Kennst Ihr das Buddy-Sportabzeichen? <https://deutsches-sportabzeichen.de/inklusion>



Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

### Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

Zusammen Sport treiben und sich gemeinsam einer Leistungsprüfung stellen: Das Deutsche Sportabzeichen lässt Menschen mit und ohne Behinderung vereint aktiv werden! Kennst Ihr das Buddy-Sportabzeichen? <https://deutsches-sportabzeichen.de/inklusion>



Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

### Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

Zusammen Sport treiben und sich gemeinsam einer Leistungsprüfung stellen: Das Deutsche Sportabzeichen lässt Menschen mit und ohne Behinderung vereint aktiv werden! Kennst Ihr das Buddy-Sportabzeichen? <https://deutsches-sportabzeichen.de/inklusion>



Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

### Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

Zusammen Sport treiben und sich gemeinsam einer Leistungsprüfung stellen: Das Deutsche Sportabzeichen lässt Menschen mit und ohne Behinderung vereint aktiv werden! Kennst Ihr das Buddy-Sportabzeichen? <https://deutsches-sportabzeichen.de/inklusion>



Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

### Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

Zusammen Sport treiben und sich gemeinsam einer Leistungsprüfung stellen: Das Deutsche Sportabzeichen lässt Menschen mit und ohne Behinderung vereint aktiv werden! Kennst Ihr das Buddy-Sportabzeichen? <https://deutsches-sportabzeichen.de/inklusion>



Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

### Das Deutsche Sportabzeichen – ein wichtiger Beitrag zur Inklusion

Zusammen Sport treiben und sich gemeinsam einer Leistungsprüfung stellen: Das Deutsche Sportabzeichen lässt Menschen mit und ohne Behinderung vereint aktiv werden! Kennst Ihr das Buddy-Sportabzeichen? <https://deutsches-sportabzeichen.de/inklusion>



