

Deutsches Sportabzeichen für weibliche und männliche Jugend ab 1.1.2008

Gruppe	Übung	weibliche Jugend						männliche Jugend							
		8/9	10/11	12	13	14/15	16/17	8/9	10/11	12	13	14/15	16/17		
1	50-m-Schwimmen	in beliebiger Zeit						in beliebiger Zeit							
	200-m-Schwimmen	-	-	-	9:30	8:30	7:30	-	-	-	8:30	7:30	6:30		
2	Hochsprung	0,70	0,80	0,95	1,00	1,05	1,10	0,75	0,85	1,00	1,10	1,20	1,30		
	Weitsprung 4)	2,20	2,40	2,80	3,10	3,30	3,50	2,40	2,60	3,00	3,50	4,00	4,40		
	Sprung: Hocke o. Grätsche 3)	beliebiges Sprunggerät seit						beliebiges Sprunggerät seit			beliebiges Sprunggerät längs				
		0,90	1,00	1,00	1,10	1,10	1,20	0,90	1,00	1,00	1,10	1,10	1,20		
3	50-m-Lauf	10,4	10,0	9,5	9,0	-	-	10,3	9,9	9,2	8,8	-	-		
	75-m-Lauf	-	-	13,2	12,9	12,7	12,5	-	-	12,7	12,3	11,8	11,0		
	100-m-Lauf	-	-	-	-	16,5	16,2	-	-	-	-	15,0	14,2		
	300m-Inlline-Skating	1:05	1:00	0:54	0:52	0:49	0:47	-	-	-	-	-	-		
	500m-Inlline-Skating	-	-	-	-	-	-	2:00	1:48	1:38	1:30	1:24	1:20		
	Weitere Angebote ab 8 Jahre 1)	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*		
4	Kugel 5)	-	-	4,50	5,00	5,50	5,50	-	-	6,50	7,50	7,50	8,00		
				(3 kg)	(3 kg)	(3 kg)	(4 kg)			(3 kg)	(3 kg)	(4 kg)	(5 kg)		
	Schlagball (80g)	10,00	13,00	17,00	23,00	28,00	32,00	17,00	20,00	27,00	36,00	-	--		
	Wurfball (200g)	-	11,00	14,00	18	21,00	25,00	-	18,00	22,00	28,00	32,00	38,00		
	Schleuderball (1kg)	-	-	-	20,00	23,00	25,00	-	-	-	25,00	30,00	35,00		
	100-m-Schwimmen	3:10	2:55	2:40	2:35	2:25	2:15	3:00	2:45	2:30	2:15	2:05	1:55		
	Geräteturnen: Kombination	Reck: Aufschwung, Unterschwing;						Reck: Aufschwung, Unterschwing							
	Reck-Boden bzw. Boden-Barren 3)	Boden: Rad			Boden: Radwende			Boden: Rad			Boden: Radwende				
weitere Angebote ab 9 Jahre 1)	-	*	*	*	*	*	-	*	*	*	*	*			
5	800-m-Lauf	5:20	5:00	4:50	4:40	4:35	4:30	4:50	4:30	4:10	-	-	-		
	1000-m-Lauf	-	-	-	-	-	-	6:00	5:40	5:20	4:50	4:30	4:00		
	2000-m-Lauf	-	-	13:30	13:10	12:40	12:20	-	-	11:00	10:10	9:30	9:00		
	3000-m-Lauf	-	-	-	-	19:20	18:50	-	-	-	-	14:50	14:00		
	5000-m-Inlline-Skating	-	27:00	22:00	19:30	17:30	16:30	-	27:00	22:00	18:00	15:00	14:00		
	20-km-Radfahren 7)	25:00	40:00	34:00	70:00	65:00	60:00	25:00	40:00	34:00	60:00	50:00	45:00		
	600-m-Schwimmen	-	-	-	20:00	19:30	19:00	-	-	-	18:00	17:30	17:00		
	Skilanglauf	in beliebiger Zeit				35:00	32:00	30:00	in beliebiger Zeit				32:00	46:00	52:00
		(4 km)	(4 km)	(4 km)	(5 km)	(5 km)	(5 km)	(4 km)	(4 km)	(4 km)	(5 km)	(8 km)	(10 km)		
Weitere Angebote ab 8 Jahre 1)	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*			

Anmerkungen:

1) Weitere Angebote gibt es für trainierte Sportler/innen der betreffenden Sportart im Kanufahren, Rudern, Kegeln, Gewichtheben, Bankdrücken, Sportschiessen, und Eislaufen; über Einzelheiten (welche Sportart/Übung in welcher Klasse möglich ist, Art der Übung und Leistungsanforderung) informieren die Sportabzeichen-Prüfer/innen der betreffenden Sportart und die Sportorganisationen. Über das Sportschießen informiert ein gesondertes Fallblatt.

3) Die Bedingung in Gruppe 2 und 4 ist erfüllt, wenn die Ausführung mit "gekont" bewertet wird und in Gruppe 4 außerdem die geforderten Elemente in einer Übung fließend aneinandergereiht geturnt werden.

4) In allen Alterdklassen kann vom Balken oder aus einem Absprungraum (80 cm Breite) abgesprungen werden.

7) Alterklasse: 8/9 Jahre = 5 km; 10/11 und 12 Jahre = 10 km