

**ERFOLG.  
SUCCESS.  
SUCCÈS.  
BONN.**

# Deutsches Sportabzeichen

Vorbereitungs- und Prüfungstermine 2012



FREUDE.  
JOY.  
JOIE.  
BONN.

# Pakt für den Sport

sportamt@bonn.de / kontakt@ssb-bonn.de



Ausführliche Informationen über die Voraussetzungen für den Erwerb des Deutschen Sportabzeichens erhalten Sie unter [www.deutsches-sportabzeichen.de](http://www.deutsches-sportabzeichen.de).



## Sportabzeichen

Sind Sport und Bewegung für Sie ein Stück Lebenslust und Lebensfreude? Dann ist das Sportabzeichen die richtige Herausforderung für Sie, den Spaß am Sport und die Freude am Leben noch weiter zu steigern.

Um das Deutsche Sportabzeichen zu erlangen, müssen Sie, abgestimmt auf Geschlecht und Alter, insgesamt fünf Disziplinen aus den Bereichen „allgemeine Schwimmfähigkeit“, „Sprungkraft“, „Schnelligkeit“, „Schnellkraft“ und „Ausdauer“ auswählen, in denen Sie antreten wollen. Selbstverständlich können Sie auch an allen Übungen nur zum Fit-Machen teilnehmen. Wichtig ist, dass Sie sich vorab sportärztlich untersuchen lassen.

In 2011 haben rund 2.200 Bonner Sportlerinnen und Sportler erfolgreich die Prüfung absolviert. Machen Sie mit! Das Sportabzeichen – Ihr jährlicher Fitness-Test.

Mit besten Empfehlungen  
Ihr

**Sport- und Bäderamt  
der Stadt Bonn**

**Stadtsportbund  
Bonn e.V.**



## Die Sportabzeichen im Überblick

### Das Deutsche Sportabzeichen für Kinder und Jugendliche

Die früheren Schüler- und Jugendabzeichen sind zum Sportabzeichen "Jugend" zusammengefasst worden. Kinder und Jugendliche im Alter von acht bis 17 Jahren können es erwerben. Das Abzeichen gibt es in Bronze nach der ersten, in Silber nach der zweiten und in Gold nach der dritten erfolgreichen Prüfung. Ab der vierten erfolgreichen Prüfung gibt es das Sportabzeichen in Gold mit der Zahl Vier bis Zehn. Auszeichnungen des Schüler- und Jugendsportabzeichens werden dabei angerechnet.



Deutsche Sportabzeichen für Jugendliche in den Ausführungen Bronze, Silber und Gold



## Das Deutsche Sportabzeichen für Erwachsene

Frauen und Männer ab dem 18. Lebensjahr können das "Deutsche Sportabzeichen" erwerben. Bei der ersten Verleihung wird immer das Sportabzeichen in Bronze verliehen. Silber gibt es nach der dritten erfolgreichen Prüfung, und das Goldene Sportabzeichen erhält, wer fünf erfolgreiche Prüfungen nachweisen kann. Wiederholer werden bei Erwerb oder Besitz des Goldenen Sportabzeichens besonders ausgezeichnet.



Deutsche Sportabzeichen für Erwachsene in den Ausführungen Bronze, Silber und Gold

## Deutsches Sportabzeichen für Menschen mit Behinderungen

Sportlich aktive Menschen mit körperlichen oder geistigen Behinderungen können, wenn sie bestimmte Prüfungen bestehen, das Deutsche Sportabzeichen erwerben. Das Deutsche Sportabzeichen für Menschen mit Behinderungen ist analog dem Deutschen Sportabzeichen aufgebaut. Die Bewerberinnen und Bewerber müssen in verschiedenen Disziplinen vorgegebene Leistungen erreichen, die behinderungsspezifisch angepasst sind.



## Allgemeine Informationen

Jeder kann das Deutsche Sportabzeichen erwerben, auch wenn er nicht Mitglied eines Turn- und Sportvereins ist. Das Sport- und Bäderamt, der Stadtsportbund, die Sportvereine und Prüfer/innen geben Auskünfte über Abnahmezeiten und -orte, Vorbereitungskurse, Sportabzeichen-Treffs und zu sonstigen Fragen der Verleihung. Die sportlichen Bedingungen sind in fünf Gruppen aufgeteilt. Aus jeder Gruppe muss eine Bedingung erfüllt werden. Prüfungszeitraum ist das Kalenderjahr, in dem das angegebene Alter erreicht wird. Die vollständig ausgefüllte und bestätigte Prüfkarte ist dem Stadtsportbund Bonn vorzulegen, der dann die entsprechende Urkunde ausstellt. Weitere Anfragen, Ersatzbestellungen für verlorene Urkunden und Abzeichen sowie zusätzliche Bestellungen sind ebenfalls an den Stadtsportbund Bonn zu richten.

### Disziplinen

In den fünf geforderten Leistungsgruppen werden motorische Grundlagen wie Ausdauer, Schnell- und Sprungkraft sowie Schnelligkeit geprüft. Aus jeder Gruppe muss eine Übung erfolgreich absolviert werden. Zusätzlich zu diesen Sportarten und Übungen gibt es für einzelne Altersklassen in verschiedenen Gruppen weitere Übungen, die ausgewählt und erfüllt werden können, beispielsweise Kanufahren, Rudern, Kegeln/Bowling, Eislaufen, Gewichtheben, Bankdrücken und Sportschießen. Die Zusatzangebote sind in der Hauptsache für Spezialisten und trainierte Athleten der betreffenden Sportart gedacht.



### **Sportmedizinische Empfehlungen**

Bitte lassen Sie sich sportärztlich untersuchen, wenn bei der Vorbereitung auf das Sportabzeichen Beschwerden auftreten, wenn Sie nach der letzten Prüfung krank werden oder wenn Sie über 40 sind und sich zum ersten Mal auf das Sportabzeichen vorbereiten. Empfohlene Untersuchungsintervalle, wenn Sie das Sportabzeichen jährlich wiederholen: unter 40 Jahren alle fünf Jahre, über 40 Jahren alle drei Jahre.

### **Ausstellung der Urkunden**

Ihre Urkunde erhalten Sie beim  
Stadtsportbund Bonn e.V.

Am Frankenbad 2 · 53111 Bonn

Telefon: 9 65 47 63

E-Mail: [kontakt@ssb-bonn.de](mailto:kontakt@ssb-bonn.de) · [www.ssb-bonn.de](http://www.ssb-bonn.de)

### **Sportplatzbenutzung**

Alle städtischen Sportplätze – ausgenommen die Rasenspielfelder und die Stadien – sind ganzjährig für Spiel und Sport geöffnet, soweit sie nicht für den Schul- und Vereinssport genutzt werden. Im Herbst enden auf allen Sportanlagen die Benutzungszeiten mit Eintritt der Dämmerung. Hunde dürfen in die Sportanlagen nicht mitgebracht werden.



## Leichtathletik Vorbereitungs- und Prüfungstermine

### Stadtbezirk Bonn

Stadion Wasserland · Am Wasserland oder  
Turnhalle Abendgymnasium · Langwartweg 72

Leitung: Heike Hartrumpf

Telefon: 37 43 11

samstags, 10 bis 13 Uhr, nach telefonischer Absprache  
ganzjährig

Sportplatz Schulzentrum Tannenbusch · Hirschberger Straße

Leitung: Paul Spiller

Telefon: 61 44 43

dienstags, 18 bis 19.30 Uhr

8.5. bis 22.5., 5.6. bis 3.7. und 28.8. bis 18.9.

Stadion Bonn · Kölnstraße 250

Schwimm- und Sportfreunde Bonn

Leitung: Frank Herboth

Telefon: 01 57 / 74 01 30 04

dienstags, 18 bis 20 Uhr

Mai bis Okt. (außer in den Sommerferien)

Stadion Bonn · Kölnstraße 250

Turn- und Gymnastik-Verein Bonn

Leitung: Heinz Kuckelmann

Telefon: 8 86 68 07

donnerstags, 18.30 bis 20.30 Uhr

verschiedene Termine, bitte telefonisch oder  
unter [info@tgv-bonn.de](mailto:info@tgv-bonn.de) erfragen



## Stadtbezirk Bad Godesberg

Stadion Pennenfeld · Mallwitzstraße

LAV Bad Godesberg

Leitung: Albert Menden

Telefon: 35 37 98

1.6. bis 9.7. nach telefonischer Absprache

Stadion Pennenfeld · Mallwitzstraße

LAV Bad Godesberg

Leitung: Heinz Feuerborn

Telefon: 33 47 46

montags und donnerstags, 17 bis 19 Uhr

nach telefonischer Absprache

ganzjährig (außer in den Ferien)

Stadion Pennenfeld · Mallwitzstraße

Godesberger Turnverein

Leitung: Johannes Wandt

Telefon: 36 25 35

Termine nach telefonischer Absprache



## Leichtathletik Vorbereitungs- und Prüfungstermine

### Stadtbezirk Bad Godesberg

Stadion Pennenfeld · Mallwitzstraße

Mehlemer Sportverein 1966

Leitung: Northild Knauer

Telefon: 34 23 69

freitags, 17 bis 19 Uhr

20.4., 4.5., 18.5., 1.6., 15.6., 29.6., 6.7., 24.8., 7.9., 21.9. und 28.9.

Altes Godesberger Stadion · Friesdorfer Straße

St. Hubertus-Schützenbruderschaft Bad Godesberg

Leitung: Hans Paul Engbrocks

Telefon: 67 36 93 oder 0 22 41 / 33 29 59

montags, 16.30 bis 19 Uhr

ganzjährig (außer in den ersten beiden Septemberwochen)

### Stadtbezirk Beuel

Sportplatz Roleber · Siebengebirgsstraße 181

Leitung: Dr. Hermann Strub

Telefon: 48 12 70

Leitung: Dr. Wilhelm Gieseke

Telefon: 33 36 20

Nur nach vorheriger rechtzeitiger telefonischer Absprache

2.6. bis 7.7. und 25.8. bis 22.9.

Eingeschränkte Möglichkeiten: Weitsprung und Kugelstoßen



Sportanlage Bechlinghoven · Siegburger Straße 321  
TuS Pützchen, Abt. Freizeitsport  
Leitung: Robert Heyda  
Telefon: 0 22 41 / 20 60 68  
Prüfungen: freitags, 19 bis 20.30 Uhr  
4.5. bis 6.7., 24.8. und 31.8.

Sportanlage Oberkassel · Am Stingenberg  
TuS Oberkassel,  
Leitung: Michael Graf  
Telefon: 02 21 / 16 84 75 84  
freitags, 16.30 bis 18 Uhr  
Leitung: Bernhard Freistedt  
Telefon: 44 14 74  
dienstags, 18 bis 20.30 Uhr  
17.4. bis 3.7. und 28.8. bis 2.10.

### Stadtbezirk Hardtberg

Sportplatz Helmholtz-Gymnasium · Helmholtzstraße 18  
Leitung: Masoud Forouz-Mehr  
Telefon: 62 35 14  
montags, 17.30 bis 18.30 Uhr, nach Absprache  
19.3. bis 29.10. (außer in den Ferien)



## Schwimmen – Prüftermine

### Stadtbezirk Bonn

Frankenbad · Adolfstraße 45 oder

Römerbad · Eduard-Spoelgen-Straße 11

Leitung: Wolfgang Klinkert und Peter Büsgen

Telefon: 6 20 04 16

donnerstags, 17 bis 18.30 Uhr, nach Absprache  
ganzjährig, Römerbad von Juni bis August

Sportpark Nord · Kölnstraße 250

Schwimm- und Sportfreunde Bonn

Leitung: Renate Vogler und Frank Herboth

Telefon: 01 57 / 74 01 30 04

7.45 bis 9 Uhr

14.1., 25.2., 17.3., 21.4., 19.5. und 16.6.

(kurzfristige Änderungen und weitere Termine  
sind unter [www.ssf-bonn.de](http://www.ssf-bonn.de) ersichtlich)

### Stadtbezirk Bad Godesberg

Kurfürstenbad · Kurfürstenallee 7 a

ISV Bad Godesberg

Leitung: Andreas Neusser

donnerstags, 19 bis 21 Uhr

jeden 1. Donnerstag im Monat

Panoramabad Rüngsdorf · Am Schwimmbad 8

Godesberger Turnverein

Leitung: Johannes Wandt

Telefon: 36 25 35

Termine nach telefonischer Absprache



### Stadtbezirk Beuel

Ennertbad · Holtorfer Straße 40

TuS Pützchen, Abt. Freizeitsport

Leitung: Robert Heyda

Telefon: 0 22 41 / 20 60 68

dienstags, 18 Uhr

Juni bis August, jeden 1. und 3. Dienstag

### Stadtbezirk Hardtberg

Hardtbergbad · In der Dehlen

Schwimm-Club Hardtberg

Leitung: Michael Pfennig

Telefon: 62 32 84 privat, 12 60 24 dienstlich

samstags, 17 Uhr nach Absprache

**Die Prüfungen können nach Absprache auch gerne von den städtischen Fachangestellten in den Bonner Bädern abgenommen werden.**

Frankenbad

City

Adolfstraße 45

Telefon: 77 24 62

Kurfürstenbad

Bad Godesberg

Kurfürstenallee 7a

Telefon: 35 39 86

Beueler Bütt

Beuel

Goetheallee 29 - 35

Telefon: 46 22 53

Hardtbergbad

Duisdorf

In der Dehlen

Telefon: 62 62 18



## Schwimmen – Prüftermine

Die Prüfungen können nach Absprache auch gerne von den städtischen Fachangestellten in den Bonner Bädern abgenommen werden.

Römerbad  
Castell  
Eduard-Spoelgen-Straße 11  
Telefon: 67 76 11

Friesi  
Friesdorf  
Margaretenstraße 14  
Telefon: 31 11 50

Panoramabad  
Rüngsdorf  
Am Schwimmbad 8  
Telefon: 33 13 24

Ennertbad  
Pützchen  
Holtorfer Straße 40  
Telefon: 48 27 64

## Radfahren – Prüftermine

Jägerhäuschen/Kottenforst  
Leitung: Paul Spiller  
Telefon: 61 44 43  
sonntags, Abfahrt: 9 Uhr  
3.6., 24.6., 2.9. und 16.9.

## Sportabzeichentag 2012

Samstag, 2.6.2012 (vormittags), Sportpark Nord  
Nähere Informationen vor der Veranstaltung  
unter [www.ssb-bonn.de](http://www.ssb-bonn.de)



## Turnen – Prüftermine

### Stadtbezirk Bonn

Turnhalle GGS Münsterschule · Riesstraße 9  
Bonner Turnverein  
Telefon: 22 36 89  
freitags, 20 bis 22 Uhr  
jeden 1. Freitag im Monat (außer in den Ferien)

### Stadtbezirk Hardtberg

Hardtberghalle · Gaußstraße 1  
Turn- und Gymnastik-Verein Bonn  
Leitung: Uschi Klein  
Telefon: 64 75 47  
freitags, 18 bis 20 Uhr, nach telefonischer Absprache  
ganzjährig (außer in den Ferien)

## Inlineskating

Die Prüfstrecke liegt im Kottenforst.  
Vollständige Schutzausrüstung ist Voraussetzung.  
Ansprechpartner: Herr Jamke  
Telefon: 01 76 / 63 78 54 39  
E-Mail: inline@jamke.org  
Nur bei guten Wetterbedingungen

## Informationen über weitere Bewegungs- und Sportangebote der Sportvereine erhalten Sie unter:

Bundesstadt Bonn  
Sport- und Bäderamt  
Kurfürstenallee 2-3 · 53177 Bonn  
Zimmer 336  
Telefon: 77 32 39  
E-Mail: [sportamt@bonn.de](mailto:sportamt@bonn.de) · [www.bonn.de](http://www.bonn.de)

Stadtsportbund Bonn e.V.  
Am Frankenbad 2 · 53111 Bonn  
Telefon: 9 65 47 63  
E-Mail: [kontakt@ssb-bonn.de](mailto:kontakt@ssb-bonn.de) · [www.ssb-bonn.de](http://www.ssb-bonn.de)



**STADT.  
CITY.  
VILLE.  
BONN.**

[www.bonn.de](http://www.bonn.de)  
Herausgeber:  
Der Oberbürgermeister der Bundesstadt Bonn  
Sport- und Bäderamt/Presseamt, Januar 2012,  
Auflage: 1.000