



Sportabzeichen Treff

Wir laden ein alle:

Familien, die sich gemeinsam einer sportlichen Herausforderung stellen möchten

Aktive Sportler, die ihre Leistungsfähigkeit überprüfen möchten

Couch Potatoes, die endlich aktiv werden wollen

Corona Träge, die wieder Gesellschaft erleben möchten

Betriebe und Institutionen, denen die Gesundheit der Mitarbeiter am Herzen liegt
und **alle** anderen, die einfach einen bewegten Tag verbringen möchten

mit uns zu rennen, springen, werfen, hüpfen, schwitzen, lachen, anzufeuern

Geprüft werden die motorischen Grundfertigkeiten Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination. Es muss jeweils eine Aufgabe bewältigt werden. Es kann aus verschiedenen Übungen ausgewählt werden. Je nach Leistungsniveau wird das Sportabzeichen Bronze, Silber oder Gold verliehen. Die Disziplinen müssen innerhalb eines Kalenderjahres absolviert werden. Es bleibt also bis Ende des Jahres zum Üben und Verbessern. Die genauen Anforderungen findet ihr unter www.deutsches-sportabzeichen.de. Das Deutsche Sportabzeichen ist ein messbarer Nachweis für die vielseitige körperliche Leistungsfähigkeit und wirkt sich positiv beim Schulsport oder bei Bewerbungen aus.

**Also, ob Couchpotatoe oder Fitnesscrack: Rein in die Sportschuhe
und mitgemacht beim Deutschen Sportabzeichen**

Termine: 2.4.2022, 7.5.2022, 4.6.2022, 2.7.2022, 6.8.2022, 3.9.2022, 1.10.2022

Uhrzeit: 14:00-17:00

**Ort: Sportplatz im Schulzentrum
Kümbdcher Hohl 17, Simmern**

Anmeldung:

Udo Oelschlägel 0151 54785063, mail: u.oelschlaegel@freenet.de

Silke Theis 0160 1119229, mail: silke_theis@hotmail.com

Weitere Infos: www.hapkido-hunsrueck.de

