



Der/Die fitteste Student*in

Wir suchen den/die fitteste/n Studenten*in 2023 bei unseren Sportabzeichentag 2023

Was ist das Sportabzeichen?

Es handelt sich um die höchste Auszeichnung im Breitensport.

Um das Deutsche Sportabzeichen zu erhalten, musst Du in den vier Disziplingruppen Kraft, Schnelligkeit, Koordination und Ausdauer deine Fähigkeiten unter Beweis stellen. Dafür stehen folgende Übungen zur Verfügung.

Kraft

- Medizinball
- Kugelstoßen
- Standweitsprung

Schnelligkeit

- 100 m Sprint

Koordination

- Weitsprung
- Sprung mit Drehung (18-29 Jahre!)
- Seilspringen

Ausdauer

- 3.000 m Lauf (Frauen/Männer)

Benötigt wird auch ein Nachweis über die Schwimmfähigkeit, die bis zum Ende des Jahres nachgereicht werden kann.

Sammelt die meisten Punkte und erzielt die besten Ergebnisse in den einzelnen Kategorien (Pro Kategorie nur eine Übung).

Die Anforderungen und Informationen zu den Disziplinen findet ihr hier auf der Homepage des DOSB: sportabzeichen.dosb.de

Kommt am 13.09.2023 in der Zeit von 15:00 bis 18:30 Uhr ins Sportzentrum Frankfurt (Oder), Stendaler Straße 26, 15234 Frankfurt (Oder).

Ihr seid alle herzlichst eingeladen und wir wünschen allen viel Erfolg.





Sportabzeichen-Tourstopp Frankfurt (Oder)

13. September 2023

Sportzentrum Frankfurt, Stendaler Straße 26



- 15:00 Uhr **Eröffnung des Sportabzeichen-Tages** und Start der Wettbewerbe:
"Das beste Sportabzeichen", "Das fitteste Unternehmen" & "Der/Die fitteste Student*in"
- 15:00 - 19:00 Uhr **Kostenfreie Sportabzeichen-Abnahme** und **Ausprobieren** des **vielfältigen Sportangebotes** für Menschen mit & ohne Behinderung von 6 - 90 Jahren
- 18:00 -18:30 Uhr **Autogrammstunde** mit der Sportbotschafterin von Ernsting's family **Aline Rotter-Focken** (Olympiasiegerin von Tokio im Ringen)
- 18:30 Uhr **Paarlauf** und anschließende **Siegerehrung** aller Wettbewerbe
- 19:00 - 19:30 Uhr **Autogrammstunde** mit den Sportbotschaftern der Sparkassen-Finanzgruppe **Gerd Schönfelder** (16-facher Paralympics-Sieger im Ski Alpin) und kinder Joy of Moving **Frank Busemann** (Olympiasilber in Atlanta im Zehnkampf)

Attraktives und kostenfreies Rahmenprogramm für alle Besucher*innen!

Vorbeikommen & mitmachen beim Familien-Parcours, Tapping-Board & Wurfwand, Kletterberg, Minigolf, Bungee-Trampolin
Weitere Informationen unter www.ssb-ffo.de und www.deutsches-sportabzeichen.de

Regionale Förderer



Nationale Förderer

