

Deutsches Sportabzeichen

Änderungen für den Leistungskatalog 2018

Ausdauer (Gruppe 1):

7,5 km Walking/Nordic Walking: (Abstimmung mit dem Deutschen Leichtathletik-Verband)

Da die Zeiten in den höheren Altersklassen (AK) im Vergleich zum 10 km Lauf unverhältnismäßig hoch waren, wurden diese Leistungsvorgaben verringert.

Alle Zeiten in Min.

	AK 50-54						AK 55-59					
	Bronze		Silber		Gold		Bronze		Silber		Gold	
	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu
Frauen	78:00	78:00	71:00	71:00	64:00	64:00	80:00	80:00	73:00	73:00	66:00	66:00
Männer	71:00	71:00	64:00	64:00	55:30	57:30	73:00	73:00	65:00	65:00	57:00	59:00

	AK 60-64						AK 65-69					
	Bronze		Silber		Gold		Bronze		Silber		Gold	
	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu
Frauen	81:30	82:30	74:30	74:30	67:30	67:30	83:30	84:15	76:30	76:30	69:30	70:00
Männer	74:30	75:45	66:30	67:30	58:30	60:30	76:00	78:10	68:00	69:30	60:00	62:00

	AK 70-74						AK 75-79					
	Bronze		Silber		Gold		Bronze		Silber		Gold	
	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu
Frauen	85:00	88:15	78:00	79:00	71:00	72:00	87:00	92:30	80:00	81:30	73:00	74:30
Männer	78:30	81:30	70:30	72:00	62:30	65:00	81:00	86:10	73:00	75:45	65:00	67:30

	AK 80-84						AK 85-89					
	Bronze		Silber		Gold		Bronze		Silber		Gold	
	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu
Frauen	89:30	98:30	82:30	85:15	75:30	77:30	92:30	104:00	85:30	90:20	78:30	82:00
Männer	84:30	91:30	76:30	79:45	68:30	72:00	87:30	96:00	79:30	84:15	71:30	75:30

	AK ab 90					
	Bronze		Silber		Gold	
	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu
Frauen	96:00	110:20	89:00	96:00	82:00	87:00
Männer	90:00	102:45	82:00	89:20	74:00	80:00

Schnelligkeit (Gruppe 3):

Laufen (50 m): (Abstimmung mit dem Deutschen Leichtathletik-Verband)

Da hier bei der Festlegung der Zeiten die Bedingungen im Bereich der Männer zu sehr erschwert waren, wurden diese bestimmte Bereiche entschärft.

Alle Zeiten in Sek.

	AK 40-44						AK 45-49					
	Bronze		Silber		Gold		Bronze		Silber		Gold	
	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu
Männer	9,3	9,6	8,3	8,7	7,4	7,7	9,7	10,0	8,6	8,9	7,5	7,9

	AK 50-54						AK 55-59					
	Bronze		Silber		Gold		Bronze		Silber		Gold	
	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu
Männer	9,9	10,3	8,8	9,1	7,8	8,2	10,1	10,5	9,0	9,4	8,0	8,5

	AK 60-64						AK 65-69					
	Bronze		Silber		Gold		Bronze		Silber		Gold	
	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu
Männer	10,3	10,8	9,2	9,7	8,2	8,8	11,0	11,2	10,0	10,2	8,9	9,1

Schwimmen: (Abstimmung mit dem Deutschen Schwimmverband)

Hier mussten in der Altersklasse (AK) 6-7 die Mädchen bisher schneller als die Jungen schwimmen, das wurde verändert.

Alle Zeiten in Sek.

	AK 6-7					
	Bronze		Silber		Gold	
	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu
Weiblich	46,5	46,5	37,5	38,5	29,5	30,5
Männlich	46,0	46,0	38,5	38,0	31,0	30,0

Koordination (Gruppe 4):

Schleuderball: (Abstimmung mit dem Deutschen Leichtathletik-Verband)

Bei der Änderung der Weiten wurde die Abnahme der körperlichen Leistungsfähigkeit in den älteren AK bisher zu wenig berücksichtigt.

Angaben in Metern

	AK 18/19						AK 20-24					
	Bronze		Silber		Gold		Bronze		Silber		Gold	
	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu
Männer	31,50	31,50	36,00	36,00	40,50	40,50	33,00	33,00	38,00	38,00	42,00	42,00

	AK 25-29						AK 30-34					
	Bronze		Silber		Gold		Bronze		Silber		Gold	
	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu
Männer	32,50	32,50	37,50	37,50	41,50	41,50	30,50	30,00	35,50	35,00	40,50	40,00

	AK 35-39						AK 40-44					
	Bronze		Silber		Gold		Bronze		Silber		Gold	
	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu
Männer	29,00	28,50	34,00	33,50	39,00	38,50	28,50	28,00	33,50	33,00	38,50	38,00

	AK 45-49						AK 50-54					
	Bronze		Silber		Gold		Bronze		Silber		Gold	
	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu
Männer	27,50	27,00	32,50	32,00	38,00	37,50	26,00	25,50	31,50	31,00	37,00	36,50

	AK 55-59						AK 60-64					
	Bronze		Silber		Gold		Bronze		Silber		Gold	
	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu
Männer	24,00	23,50	30,00	29,00	36,00	35,00	23,00	22,50	29,00	28,00	35,00	34,00

	AK 65-69						AK 70-74					
	Bronze		Silber		Gold		Bronze		Silber		Gold	
	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu
Männer	20,50	20,00	26,50	25,50	32,50	30,50	19,00	18,50	25,00	24,00	31,00	29,00

	AK 75-79						AK 80-84					
	Bronze		Silber		Gold		Bronze		Silber		Gold	
	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu
Männer	16,50	16,00	22,50	21,00	28,50	26,00	14,50	14,00	20,50	19,00	26,50	24,00

	AK 85-89						AK ab 90					
	Bronze		Silber		Gold		Bronze		Silber		Gold	
	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu	Alt	Neu
Männer	12,00	12,00	18,00	16,50	24,00	21,00	10,50	10,50	16,50	15,00	22,50	19,50