



14. Kreisoffener Sportabzeichentag des BLK am 17.07.2021

Veranstalter: KSB Burgenland e.V. – Kreisobmann Sportabzeichen
Ausrichter: SG Eintracht Zeitz e.V. – Vorstand mit Prüferausweis
Teilnehmer: offen für Jedermann ab 6 Jahre

Im Freibad (Näther-Bad in Zeitz) kann am 17.07.21, ab 8:00 bis max. 9:00 Uhr,
eine Schwimmbefähigung kostenfrei abgelegt werden - Badesachen erforderlich!

Strecke: 25 m Wertung in der Disziplin „Schnelligkeit“ möglich
50 m unter 12 Jahre ohne Zeitlimit
200 m ab 12 Jahre unter 11 min durchschwimmen.
400 /800 m Wertung in der Disziplin „Ausdauer“ möglich

Die Kopie eines gültigen Nachweises einer Schwimmbefähigkeit (bei Erwachsenen nicht älter als 5 Jahre) bzw. ein Jugendschwimmabzeichen ist bei Nichtteilnahme im Freibad zwingend bei der Anmeldung im R.-Puschendorf-Stadion vorzulegen.

Im Rudolf-Puschendorf-Stadion ab 9:45 - 12:00 Uhr stehen folgende Übungen aus den vier Disziplinen zur Auswahl, wovon aber nur eine gewertet wird:

- 1. Schnelligkeit:** 30 m von 6 – 9 und ab 75 Jahre,
50 m von 10 – 13 und 40 – 74 Jahre
100 m von 14 – 39 Jahre
- 2. Kraft:** Standweitsprung – für alle AK m und w
oder Schlagball 80 g von 6 – 11 Jahre
oder Wurfball 200 g von 12 – 17 Jahre
oder Kugelstoßen ab 12 Jahre m und w
- 3. Koordination :** Drehwurf (Gummiring) 6 -11 Jahre
Seilspringen ab 6 J (1 min)
Weitsprung ab 10 Jahre
Schleuderball ab 12 Jahre
- 4. Ausdauer:** 800 m 6 – 17 Jahre m und w
3000 m ab 18 Jahre m und w oder ab 13:00 Uhr

Anmeldungen: 20 km-Radtour ab 18 Jahre m und w (nur für geübte Radfahrer mit einem eigenes Rad und einem Schutzhelm!)
bis 15.07.2021 unter: info@sg-eintracht-zeitz.de bzw. WhatsApp/ Handy 01520 8745711 (Lutz Purrucker) bzw. 0176 34994955 (Reiner Deutrich).

Anmeldung ist auch am 17.07.2021 vor Ort möglich; Umkleide und WC vorhanden; Sportkleidung erwünscht! Die Verleihung des DSA erfolgt auf dem Postweg. Hinweis: Die Aschenbahn, die Weitsprunggrube und die Kugelstoßanlagen können vorher zu Trainingszwecken genutzt werden, ohne dabei den planmäßigen Wettkampf- und Trainingsbetrieb zu behindern.