



Deutsches Sportabzeichen		Laufzettel <u>M</u> Jugend Stand: 01.01.2021								
Name			Vorname				Geburtsdatum			
Straße Hausnummer			PLZ Ort				Verein			
E-Mail			Telefon Festnetz				Telefon mobil			
Ident-Nummer, letzte		Gr. 1=Ausdauer - Gr. 2=Kraft - Gruppe 3=Schnelligkeit - Gr. 4= Koordination								
Zahl der Verleihnummer:		Bronze = 1 Pkt. - Silber = 2 Pkt. - Gold = 3 Pkt.						erzielte Leistung		
Gr.	Alter	6 - 7	8 - 9	10 - 11	12 - 13	14 - 15	16 - 17	Sek., Min., m, gekonnt, Anzahl	Pkt.	
1	800 m Lauf	Br	5:40	5:25	5:05	4:45	4:20	4:05	Min.	
		Si	5:00	4:40	4:20	4:00	3:40	3:25		
		Go	4:15	3:55	3:35	3:15	3:00	2:45		
	Dauerlauf	Br	10:00	12:00	17:00	25:00	35:00	55:00	Min.	
		Si	15:00	17:00	25:00	35:00	45:00	70:00		
		Go	20:00	23:00	35:00	45:00	60:00	90:00		
	Geländelauf	Br	9:00	8:00	7:00	13:30	12:00	11:00	Min.	
		Si	7:20	6:45	6:20	11:30	10:15	9:40		
		Go	6:10	5:40	5:10	09:45	8:50	8:20		
	Schwimmen	200 m		200 m				400 m		Min.
		400 m		200 m				400 m		
		800 m		200 m				400 m		
Radfahren	Br		26:30	48:30	43:00	32:00	27:00	Min.		
	Si		23:30	41:00	37:00	28:00	23:30			
	Go		20:30	33:30	31:30	24:00	20:30			
5 km	10 km		10 km				10 km		Min.	
	20 km		10 km				10 km			
	30 km		10 km				10 km			
2	Schlagball 80 g	Br	12,00	17,00	21,00	26,00	30,00	34,00	m	
		Si	15,00	20,00	25,00	30,00	34,00	38,00		
		Go	17,00	23,00	28,00	33,00	37,00	42,00		
	Wurfball 200 g	Schlagball 80 g		Wurfball 200 g				Wurfball 200 g		m
		Schlagball 80 g		Wurfball 200 g				Wurfball 200 g		
		Wurfball 200 g		Wurfball 200 g				Wurfball 200 g		
	Kugelstoßen	Br				6,25	7,00	7,50	m	
		Si				6,75	7,50	8,00		
		Go				7,25	8,00	8,50		
	Standweitsprung	Br	1,15	1,30	1,50	1,70	1,90	2,05	m	
		Si	1,35	1,50	1,70	1,90	2,05	2,20		
		Go	1,50	1,65	1,85	2,05	2,25	2,40		
Geräteturnen	Boden		Boden	Barren	Reck	Boden	Reck	gek.		
	Boden		Boden	Barren	Reck	Boden	Reck			
	Boden		Boden	Barren	Reck	Boden	Reck			
3	Laufen	Br	7,7	7,2	10,3	9,7	17,0	16,3	Sek.	
		Si	6,8	6,4	9,3	8,9	15,4	14,8		
		Go	6,0	5,7	8,4	8,1	14,1	13,5		
	30 m	50 m		100 m				100 m		Sek.
		50 m		100 m				100 m		
		100 m		100 m				100 m		
	25 m Schwimmen	Br	46,0	41,0	36,0	33,0	31,0	29,5	Sek.	
		Si	38,0	33,0	29,0	27,0	25,5	24,5		
		Go	30,0	26,0	22,5	21,0	20,0	19,0		
	200 m Radfahren mit flieg. Start	Br		38,0	35,0	29,5	24,0	22,0	Sek.	
		Si		33,0	30,5	26,0	21,5	19,5		
		Go		28,0	26,0	22,5	19,0	17,0		
Geräteturnen	Sprung		Boden	Sprung	Sprung	Sprung	Sprung	gek.		
	Sprung		Boden	Sprung	Sprung	Sprung	Sprung			
	Sprung		Boden	Sprung	Sprung	Sprung	Sprung			
4	Hochsprung	Br			0,85	0,95	1,10	1,20	m	
		Si			0,95	1,05	1,20	1,30		
		Go			1,05	1,15	1,30	1,40		
	Zonenweitsprung (Punkte) bis 9 Jahre	Br	18	27	2,60	3,20	3,80	4,30	Pkt.	
		Si	21	30	2,90	3,50	4,10	4,60		
		Go	24	33	3,20	3,80	4,40	4,90		
	Weitsprung (m)	Br	15	21	33	19,50	23,50	27,50	Pkt.	
		Si	18	27	39	24,00	28,00	32,00		
		Go	24	33	45	27,50	32,00	36,50		
	Drehwurf mit einem Tennisring 160-220g Schleuderball 1 kg	Drehwurfwurf (Punkte)		Schleuderball (m)				Schleuderball (m)		m
		Drehwurfwurf (Punkte)		Schleuderball (m)				Schleuderball (m)		
		Drehwurfwurf (Punkte)		Schleuderball (m)				Schleuderball (m)		
Seilspringen	Br	10	10	20	10	10	10	Anz.		
	Si	15	15	30	20	15	15			
	Go	25	25	40	30	20	20			
Ausführung Seilspringen siehe unten!	Ausführung Seilspringen siehe unten!									
	Ausführung Seilspringen siehe unten!									
	Ausführung Seilspringen siehe unten!									
Geräteturnen	Schwebeb.		Reck	Ringe	Boden	Boden	Boden	gek.		
	Schwebeb.		Reck	Ringe	Boden	Boden	Boden			
	Schwebeb.		Reck	Ringe	Boden	Boden	Boden			
Nachweis der Schwimmfertigkeit:						Gesamtleistung anhand der erreichten Punktzahl				
1 x im Jugendbereich bzw. alle 5 Jahre im Erwachsenen Bereich						4 - 7 Punkte	Bronze			
						8 - 10 Punkte	Silber			
						11- 12 Punkte	Gold			
Peter Lenz, Sportabzeichen-Beauftragter des SSB Hannover, 01.01.2021						sportabzeichen@ssb-hannover.de		<b>Anlage: 5.6</b>		
Zonenweitsprung: Jeder Teilnehmer hat 4 Versuche, die besten 3 kommen in die Wertung für die Anzahl Punkte.										
6 - 9 Jahre	Seilspringen	Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung oder Galoppschritt								
10 - 11 Jahre	Seilspringen	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung								
12 - 13 Jahre	Seilspringen	Grundsprung rückwärts ohne Zwischensprung								
14 - 17 Jahre	Seilspringen	Kreuzdurchschlag ohne Zwischensprung								
<b>Datenschutz:</b> Die auf dem Laufzettel erfassten personenbezogenen Daten werden für die Durchführung und Verleihung des Deutschen Sportabzeichens verarbeitet. Verantwortlicher ist der jeweilige Veranstalter des Deutschen Sportabzeichens (z.B. DOSB, LSB, Kreis-/Stadtsporthund oder Verein). Weitere Informationen erhalten Sie von Ihrem Landessportbund oder vom DOSB. Die Hinweise zum Datenschutz können Sie jederzeit im Internet unter <a href="http://www.deutsches-sportabzeichen.de/service/materialien/?Beiblatt-#akkordeon-15332">www.deutsches-sportabzeichen.de/service/materialien/?Beiblatt-#akkordeon-15332</a> abrufen. Gerne stellt Ihnen der Verantwortliche diese auch auf Anfrage in Textform (z.B. als E-Mail, Ausdruck) zur Verfügung. Ohne die Daten ist die Bearbeitung nicht möglich!										

Deutsches Sportabzeichen		Laufzettel <b>W</b> Jugend Stand: 01.01.2021								
Name			Vorname				Geburtsdatum			
Straße Hausnummer			PLZ Ort				Verein			
E-Mail			Telefon Festnetz				Telefon mobil			
Ident-Nummer, letzte		Gr. 1=Ausdauer - Gr. 2=Kraft - Gruppe 3=Schnelligkeit - Gr. 4= Koordination								
Zahl der Verleihnummer:		Bronze = 1 Pkt. - Silber = 2 Pkt. - Gold = 3 Pkt.				erzielte Leistung				
Gr.	Alter	6 - 7	8 - 9	10 - 11	12 - 13	14 - 15	16 - 17	Sek., Min., m, gekonnt, Anzahl	Pkt.	
1	800 m Lauf	Br	5:40	5:35	5:20	5:10	5:00	4:50		Min.
		Si	5:00	4:50	4:40	4:25	4:20	4:05		
		Go	4:15	4:10	4:00	3:45	3:35	3:25		
	Dauerlauf	Br	8:00	10:00	15:00	20:00	30:00	45:00		Min.
		Si	12:00	15:00	20:00	30:00	40:00	60:00		
		Go	17:00	20:00	30:00	40:00	50:00	75:00		
	Geländelauf	Br	9:00	8:00	7:20	14:50	13:05	11:50		Min.
		Si	7:40	7:00	6:25	12:55	11:40	10:30		
		Go	6:20	5:55	5:30	11:00	10:00	9:05		
	Schwimmen	200 m		200 m		400 m				Min.
		400 m		200 m		400 m				
		200 m		200 m		400 m				
Radfahren	Br		27:00	50:30	45:00	38:00	32:30		Min.	
	Si		24:00	43:00	39:30	32:30	28:30			
	Go		21:00	35:30	33:30	38:30	25:00			
5 km	5 km		5 km		10 km				Min.	
	10 km		5 km		10 km					
	10 km		5 km		10 km					
2	Schlagball 80 g	Br	6,00	9,00	11,00	15,00	20,00	24,00		m
		Si	9,00	12,00	15,00	18,00	24,00	27,00		
		Go	12,00	15,00	18,00	22,00	27,00	31,00		
	Wurfball 200 g	Schlagball 80 g		Wurfball 200 g						m
		Schlagball 80 g		Wurfball 200 g						
		Schlagball 80 g		Wurfball 200 g						
	Kugelstoßen	Br				4,75	5,50	5,75		m
		Si				5,25	6,00	6,25		
		Go				5,75	6,50	6,75		
	3 kg	3 kg		3 kg						m
		3 kg		3 kg						
		3 kg		3 kg						
Standweitsprung	Br	1,05	1,15	1,30	1,40	1,55	1,65		m	
	Si	1,25	1,30	1,45	1,60	1,70	1,80			
	Go	1,40	1,50	1,65	1,80	1,90	2,00			
Geräteturnen	Boden		Boden		Barren		Reck		gek.	
	Boden		Boden		Barren		Reck			
	Boden		Boden		Barren		Reck			
3	Laufen	Br	8,0	7,4	11,0	10,6	18,6	17,6		Sek.
		Si	7,1	6,6	10,1	9,6	17,0	16,3		
		Go	6,3	5,7	9,1	8,5	15,5	15,0		
	30 m	30 m		50 m		100 m				Sek.
		30 m		50 m		100 m				
		30 m		50 m		100 m				
	25 m Schwimmen	Br	46,5	42,0	39,0	35,0	33,0	30,5		Sek.
		Si	38,5	34,0	31,5	29,0	27,5	25,5		
		Go	30,5	28,0	25,5	23,5	21,5	20,0		
	200 m Radfahren mit flieg. Start	Br		41,0	37,0	31,0	27,0	25,0		Sek.
		Si		36,0	32,0	27,0	24,5	22,5		
		Go		31,0	27,0	23,5	21,5	20,0		
Geräteturnen	Sprung		Boden		Sprung		Sprung		gek.	
	Sprung		Boden		Sprung		Sprung			
	Sprung		Boden		Sprung		Sprung			
4	Hochsprung	Br			0,80	0,90	0,95	1,05		m
		Si			0,90	1,00	1,05	1,15		
		Go			1,00	1,10	1,15	1,25		
	Zonenweitsprung (Punkte) bis 9 Jahre	Br	18	24	2,30	2,80	3,20	3,40		Pkt.
		Si	21	27	2,60	3,10	3,50	3,70		
		Go	24	30	2,90	3,40	3,80	4,00		
	Weitsprung (m)	Br	12	18	27	17,00	19,50	22,00		Pkt.
		Si	15	21	30	19,50	22,50	25,00		
		Go	21	27	36	22,00	25,50	28,00		
	Drehwurf mit einem Tennisring 160-220g Schleuderball 1 kg	Drehwurf (Punkte)		Schleuderball (m)						m
		Drehwurf (Punkte)		Schleuderball (m)						
		Drehwurf (Punkte)		Schleuderball (m)						
Seilspringen Anzahl	Br	10	10	20	10	10	10		Anz.	
	Si	15	15	30	20	15	15			
	Go	25	25	40	30	20	20			
Ausführung Seilspringen siehe unten!	Ausführung Seilspringen siehe unten!		Ausführung Seilspringen siehe unten!						Anz.	
	Ausführung Seilspringen siehe unten!		Ausführung Seilspringen siehe unten!							
	Ausführung Seilspringen siehe unten!		Ausführung Seilspringen siehe unten!							
Geräteturnen	Schwebeb.		Reck		Ringe		Boden		gek.	
	Schwebeb.		Reck		Ringe		Boden			
	Schwebeb.		Reck		Ringe		Boden			
Nachweis der Schwimmfertigkeit:						Gesamtleistung anhand der erreichten Punktzahl				
1 x im Jugendbereich bzw. alle 5 Jahre im Erwachsenen Bereich						4 - 7 Punkte		Bronze		
						8 - 10 Punkte		Silber		
						11- 12 Punkte		Gold		
Peter Lenz, Sportabzeichen-Beauftragter des SSB Hannover, 01.01.2021						sportabzeichen@ssb-hannover.de		<b>Anlage: 5.5</b>		
Zonenweitsprung: Jeder Teilnehmer hat 4 Versuche, die besten 3 kommen in die Wertung für die Anzahl Punkte.										
6 - 9 Jahre		Seilspringen Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung oder Galoppschritt								
10 - 11 Jahre		Seilspringen Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung								
12 - 13 Jahre		Seilspringen Grundsprung rückwärts ohne Zwischensprung								
14 - 17 Jahre		Seilspringen Kreuzdurchschlag ohne Zwischensprung								
<b>Datenschutz:</b> Die auf dem Laufzettel erfassten personenbezogenen Daten werden für die Durchführung und Verleihung des Deutschen Sportabzeichens verarbeitet. Verantwortlicher ist der jeweilige Veranstalter des Deutschen Sportabzeichens (z.B. DOSB, LSB, Kreis-/Stadtsportbund oder Verein. Weitere Informationen erhalten Sie von Ihrem Landessportbund oder vom DOSB. Die Hinweise zum Datenschutz können Sie jederzeit im Internet unter <a href="http://www.deutsches-sportabzeichen.de/service/materialien/?Beiblatt-#akkordeon-15332">www.deutsches-sportabzeichen.de/service/materialien/?Beiblatt-#akkordeon-15332</a> abrufen. Gerne stellt Ihnen der Verantwortliche diese auch auf Anfrage in Textform (z.B. als E-Mail, Ausdruck) zur Verfügung. Ohne die Daten ist die Bearbeitung nicht möglich!										

Deutsches Sportabzeichen			Laufzettel Männer / Stand: 01.01.2021											
Name			Vorname				Geburtsdatum							
Straße Hausnummer			PLZ Ort				Verein							
E-Mail			Telefon Festnetz				Telefon mobil							
Ident-Nummer, letzte Zahl der Verleihnummer:			Gr. 1=Ausdauer - Gr. 2=Kraft - Gruppe 3=Schnelligkeit - Gr. 4= Koordination											
			Bronze=1 Punkt		Silber=2 Punkte		Gold=3 Punkte		erzielte Leistung					
Gr.	Alter		18-19	20-24	25-29	30-34	35-39	40-44	45-49	50-54	Sek., Min., m, gekonnt, Anzahl	Pkt.		
1	3000 m Lauf	Br	17:50	17:20	17:40	18:30	19:50	21:00	22:10	23:20		Min.		
		Si	15:50	15:20	15:40	16:30	17:20	18:30	19:30	20:20				
		Go	13:50	13:20	13:40	14:30	15:00	15:50	16:30	17:20				
	10 km Lauf	Br	63:20	62:30	66:00	69:40	74:10	78:50	83:40	88:20		Min.		
		Si	57:20	56:30	59:20	61:10	65:30	69:30	73:10	76:40				
		Go	51:20	50:00	52:00	54:50	56:50	60:10	63:30	65:30				
	Schwimmen	Br	22:35	22:10	23:10	25:45	28:50	32:25	34:30	17:25	800 m	400 m	Min.	
		Si	19:50	19:30	20:00	21:30	24:00	26:25	27:50	14:20				
		Go	17:00	16:25	17:00	18:00	19:15	20:25	20:40	10:45				
	7,5 km Walking/ Nordic Walking	Br	58:30	57:00	58:30	62:30	65:00	66:00	68:30	71:00		Min.		
Si		54:30	53:00	54:30	57:00	58:30	60:30	62:30	64:00					
Go		50:30	49:00	50:30	51:00	53:30	54:00	55:00	57:30					
20 km Radfahren	Br	47:00	46:30	50:00	53:30	58:00	63:00	66:00	68:30		Min.			
	Si	42:30	42:00	44:30	47:00	50:00	52:00	55:00	57:00					
	Go	38:30	37:30	39:00	40:30	41:30	43:30	45:00	46:30					
2	Medizinballwurf nicht rückwärts 2 kg	Br	10,25	10:25	9,75	9,00	8,25	7,75	7,00	6,50		m		
		Si	11,00	11:25	10,75	10,25	9,75	9,25	8,75	8,50				
		Go	11,75	12,00	11,75	11,50	11,25	10,75	10,50	10,25				
	Kugelstoßen	Br	7,75	7,75	7,50	7,00	6,75	6,25	6,00	6,25	6 kg	7,26 kg	6 kg	m
		Si	8,25	8,50	8,25	7,75	7,25	7,00	6,75	7,00				
		Go	8,75	9,00	8,75	8,25	8,00	7,75	7,50	8,00				
	Steinstoßen	Br	9,30	7,70	7,45	7,10	6,75	6,10	5,50	7,95	15 kg	10 kg	m	
		Si	10,10	8,65	8,45	8,15	7,75	7,40	7,05	9,25				
		Go	10,95	9,55	9,45	9,15	8,80	8,65	8,60	10,55				
	Gewicht 10 kg	Br	2,10	2,10	2,05	1,85	1,65	1,55	1,45	1,40		m		
Si		2,30	2,30	2,25	2,10	1,95	1,85	1,75	1,70					
Go		2,50	2,50	2,45	2,35	2,25	2,15	2,05	2,00					
Standweitsprung	Br	2,10	2,10	2,05	1,85	1,65	1,55	1,45	1,40		m			
	Si	2,30	2,30	2,25	2,10	1,95	1,85	1,75	1,70					
	Go	2,50	2,50	2,45	2,35	2,25	2,15	2,05	2,00					
3	Geräteturnen	Reck		Boden			Reck		Barren			gek.		
		Sprint		Sprintstrecke			Sprintstrecke		Sprintstrecke					
		Br	16,0	15,8	16,3	16,8	17,6	9,6	10,0	10,3				
	Si	14,6	14,4	14,8	15,1	15,9	8,7	8,9	9,1					
	Go	13,2	13,0	13,3	13,6	14,2	7,7	7,9	8,2					
	25 m Schwimmen	Br	28,0	27,0	29,0	31,5	35,0	38,5	42,0	45,0		Sek.		
		Si	23,0	22,0	23,0	24,0	26,5	29,5	32,5	35,0				
		Go	17,5	15,5	16,5	17,0	18,5	19,0	20,5	23,0				
	200 m Radfahren mit flieg. Start	Br	20,5	20,0	21,0	22,5	24,0	26,5	28,5	30,0		Sek.		
		Si	18,0	17,5	18,0	18,5	20,0	21,5	23,0	24,0				
Go		15,5	15,0	15,0	15,0	15,5	16,5	17,0	18,0					
Geräteturnen	Sprung											gek.		
	Hochsprung	Br	1,30	1,35	1,30	1,30	1,25	1,20	1,15	1,05				
		Si	1,40	1,45	1,40	1,40	1,35	1,30	1,25	1,15				
Go		1,50	1,55	1,50	1,50	1,45	1,40	1,35	1,25					
Weitsprung (m)	Br	4,50	4,40	4,30	4,20	4,10	3,90	3,70	3,60		m			
	Si	4,80	4,70	4,60	4,50	4,40	4,30	4,10	4,00					
	Go	5,10	5,00	4,90	4,80	4,70	4,60	4,50	4,40					
Schleuderball 1 kg	Br	31,50	33,00	32,50	30,00	28,50	28,00	27,00	25,50		m			
	Si	36,00	38,00	37,50	35,00	33,50	33,00	32,00	31,00					
	Go	40,50	42,00	41,50	40,00	38,50	38,00	37,50	36,50					
Seilspringen	Br	5	5	5	10	10	40	40	10		Anz.			
	Si	10	10	10	15	15	60	60	20					
	Go	15	15	15	20	20	80	80	30					
Geräteturnen	Ausführung Seilspringen siehe unten!											gek.		
	Boden		Boden			Boden		Ringe						
	Nachweis der Schwimmfertigkeit:		Gesamtleistung anhand der erreichten Punktzahl											
1 x im Jugendbereich bzw. alle 5 Jahre im Erwachsenen Bereich										4 - 7 Punkte		Bronze		
										8 - 10 Punkte		Silber		
										11- 12 Punkte		Gold		
Peter Lenz, Sportabzeichen-Beauftragter des SSB Hannover, 01.01.2021							sportabzeichen@ssb-hannover.de			<b>Anlage: 5.3</b>				
18 - 29 Jahre	Seilspringen	Doppeldurchschlag mit oder ohne Zwischensprung												
30 - 39 Jahre	Seilspringen	Kreuzdurchschlag ohne Zwischensprung												
40 - 49 Jahre	Seilspringen	Laufschritt = Jogging-Step ohne Zwischensprung												
50 - 54 Jahre	Seilspringen	Grundsprung rückwärts ohne Zwischensprung												
<b>Datenschutz:</b> Die auf dem Laufzettel erfassten personenbezogenen Daten werden für die Durchführung und Verleihung des Deutschen Sportabzeichens verarbeitet. Verantwortlicher ist der jeweilige Veranstalter des Deutschen Sportabzeichens (z.B. DOSB, LSB, Kreis-/Stadtverband oder Verein). Weitere Informationen erhalten Sie von Ihrem Landessportbund oder vom DOSB. Die Hinweise zum Datenschutz können Sie jederzeit im Internet unter <a href="http://www.deutsches-sportabzeichen.de/service/materialien/?Beiblatt-#akkordeon-15332">www.deutsches-sportabzeichen.de/service/materialien/?Beiblatt-#akkordeon-15332</a> abrufen. Gerne stellt Ihnen der Verantwortliche diese auch auf Anfrage in Textform (z.B. als E-Mail, Ausdruck) zur Verfügung. Ohne die Daten ist die Bearbeitung nicht möglich!														

Deutsches Sportabzeichen		Laufzettel Männer / Stand: 01.01.2021									
Name			Vorname					Geburtsdatum			
Straße Hausnummer			PLZ Ort					Verein			
E-Mail			Telefon Festnetz					Telefon mobil			
Ident-Nummer, letzte		Gr. 1=Ausdauer - Gr. 2=Kraft - Gruppe 3=Schnelligkeit - Gr. 4= Koordination									
Zahl der Verleihnummer:		Bronze=1 Punkt		Silber=2 Punkte		Gold=3 Punkte		erzielte Leistung			
Gr.	Alter	55-59	60-64	65-69	70-74	75-79	80-84	85-89	ab 90	Sek., Min., m, gekonnt, Anzahl	Pkt.
1	3000 m Lauf	Br	23:50	24:30	25:00	25:20	26:00	26:30	27:30	29:50	Min.
		Si	20:50	21:30	22:00	22:20	23:00	23:30	24:30	26:50	
		Go	17:50	18:30	19:00	19:20	20:00	20:30	21:30	23:50	
	10 km Lauf Straße oder Gelände	Br	91:30	94:40	98:00	102:10	107:20	113:10	120:10	127:40	Min.
		Si	79:40	82:40	86:00	90:10	95:20	101:10	108:10	115:40	
		Go	67:40	70:40	74:00	78:10	83:20	89:10	96:10	103:40	
	Schwimmen	Br	17:50	18:10	18:25	18:25	9:25	9:30	9:30	9:45	Min.
		Si	14:35	14:45	15:05	15:15	7:40	7:50	8:00	8:10	
		Go	11:20	11:25	11:30	11:35	6:05	6:10	6:25	6:45	
	7,5 km Walking/ Nordic Walking	Br	73:00	75:45	78:10	81:30	86:10	91:30	96:00	102:45	Min.
Si		65:00	67:30	69:30	72:00	75:45	79:45	84:15	89:20		
Go		59:00	60:30	62:00	65:00	67:30	72:00	75:30	80:00		
20 km Radfahren	Br	70:30	71:30	72:30	73:30	74:30	76:00	77:30	79:00	Min.	
	Si	58:30	60:00	60:30	61:30	63:00	64:30	66:30	68:00		
	Go	47:30	48:00	48:30	49:30	51:30	53:00	55:30	58:00		
2	Medizinballwurf nicht rückwärts 2 kg	Br	6,00	5,75	5,25	5,00	4,50	4,25	4,00	3,50	m
		Si	8,25	7,75	7,25	7,00	6,50	6,25	6,00	5,50	
		Go	10,00	9,75	9,25	9,00	8,50	8,25	8,00	7,50	
	Kugelstoßen Kugelgewicht	Br	6,00	6,00	5,75	6,00	5,75	5,50	5,00	4,50	m
		Si	6,75	7,00	6,75	6,75	6,50	6,25	6,00	5,25	
		Go	7,50	8,00	7,50	7,75	7,50	7,25	6,75	6,25	
	Steinstoßen bis 69 (10kg) ab 70 (5)	Br	7,75	7,65	7,25	9,40	9,20	9,00	8,80	8,40	m
		Si	9,05	8,95	8,55	10,70	10,50	10,30	10,10	9,70	
		Go	10,35	10,25	9,85	12,00	11,80	11,60	11,40	11,00	
	Standweitsprung	Br	1,35	1,30	1,30	1,25	1,20	1,15	1,00	0,90	m
Si		1,65	1,60	1,60	1,55	1,50	1,45	1,30	1,20		
Go		1,95	1,90	1,90	1,85	1,80	1,75	1,60	1,50		
Geräteturnen		Barren	Boden		Boden					gek.	
3	Sprint Sprintstrecke	Br	10,5	10,8	11,2	11,7	12,2	13,0	14,1	15,5	Sek.
		Si	9,4	9,7	10,2	10,7	11,2	12,0	13,1	14,5	
		Go	8,5	8,8	9,1	9,6	10,1	10,9	12,0	13,4	
	25 m Schwimmen	Br	49,0	51,0	52,5	55,0	57,5	59,0	59,5	60,0	Sek.
		Si	37,0	39,0	40,5	43,0	45,5	48,0	49,0	50,0	
		Go	25,0	27,0	28,5	31,0	33,5	36,0	38,0	40,0	
	200 m Radfahren mit flieg. Start	Br	32,0	33,5	35,0	36,0	37,5	39,0	41,0	43,5	Sek.
		Si	25,0	26,0	27,0	28,5	29,5	31,5	33,0	35,5	
		Go	18,5	19,0	19,5	20,0	21,5	23,0	24,5	27,0	
	Geräteturnen		Sprung	Boden		Sprung					gek.
Hochsprung	Br	1,00	0,95	0,85	0,80	0,75	0,75	0,70	0,65	m	
	Si	1,10	1,05	1,00	0,95	0,90	0,85	0,80	0,75		
	Go	1,20	1,15	1,10	1,05	1,00	0,95	0,90	0,85		
Weitsprung	Br	3,40	3,20	2,90	2,70	2,40	2,10	1,90	1,60	m	
	Si	3,80	3,60	3,30	3,10	2,90	2,60	2,40	2,10		
	Go	4,20	4,00	3,70	3,50	3,30	3,10	2,90	2,60		
Schleuderball 1 kg	Br	23,50	22,50	20,00	18,50	16,00	14,00	12,00	10,50	m	
	Si	29,00	28,00	25,50	24,00	21,00	19,00	16,50	15,00		
	Go	35,00	34,00	30,50	29,00	26,00	24,00	21,00	19,50		
Seilspringen Anzahl	Br	10	10	10	8	8	6	6	4	Anz.	
	Si	20	20	20	14	14	10	10	6		
	Go	30	30	30	18	18	12	12	8		
Geräteturnen		Ringe	Reck	Schwebebalken					gek.		
Nachweis der Schwimmfertigkeit:					Gesamtleistung anhand der erreichten Punktzahl						
1 x im Jugendbereich bzw. alle 5 Jahre im Erwachsenen Bereich					4 - 7 Punkte				Bronze		
					8 - 10 Punkte				Silber		
					11- 12 Punkte				Gold		
Peter Lenz, Sportabzeichen-Beauftragter des SSB Hannover, 01.01.2021					sportabzeichen@ssb-hannover.de				Anlage: 5.4		
55 - 59 Jahre		Seilspringen		Grundsprung rückwärts ohne Zwischensprung							
60 - 69 Jahre		Seilspringen		Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung							
70 - 90 Jahre		Seilspringen		Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung oder Galoppschritt							
<b>Datenschutz:</b> Die auf dem Laufzettel erfassten personenbezogenen Daten werden für die Durchführung und Verleihung des Deutschen Sportabzeichens verarbeitet. Verantwortlicher ist der jeweilige Veranstalter des Deutschen Sportabzeichens (z.B. DOSB, LSB, Kreis-/Stadtsportbund oder Verein). Weitere Informationen erhalten Sie von Ihrem Landessportbund oder vom DOSB. Die Hinweise zum Datenschutz können Sie jederzeit im Internet unter <a href="http://www.deutsches-sportabzeichen.de/service/materialien/?Beiblatt-#akkordeon-15332">www.deutsches-sportabzeichen.de/service/materialien/?Beiblatt-#akkordeon-15332</a> abrufen. Gerne stellt Ihnen der Verantwortliche diese auch auf Anfrage in Textform (z.B. als E-Mail, Ausdruck) zur Verfügung. Ohne die Daten ist die Bearbeitung nicht möglich!											

Deutsches Sportabzeichen		Laufzettel Frauen / Stand: 01.01.2021										
Name			Vorname					Geburtsdatum				
Straße Hausnummer			PLZ Ort					Verein				
E-Mail			Telefon Festnetz					Telefon mobil				
Ident-Nummer, letzte Zahl der Verleihnummer:		Gr. 1=Ausdauer - Gr. 2=Kraft - Gruppe 3=Schnelligkeit - Gr. 4= Koordination										
		Bronze=1 Punkt			Silber=2 Punkte			Gold=3 Punkte		erzielte Leistung		
Gr.	Alter	18-19	20-24	25-29	30-34	35-39	40-44	45-49	50-54	Sek., Min., m, gekonnt, Anzahl		Pkt.
1	3000 m Lauf	Br	20:50	20:20	20:40	21:30	22:00	22:50	23:50	24:50	Min.	
		Si	18:50	18:20	18:40	19:30	20:00	20:40	21:30	22:10		
		Go	16:50	16:20	16:40	17:30	18:00	18:30	18:50	19:10		
	10 km Lauf	Br	84:40	83:30	83:30	84:10	87:40	91:20	95:20	97:40	Min.	
		Si	78:40	76:50	76:50	78:00	79:30	81:20	83:10	85:30		
		Go	72:40	71:30	71:00	71:20	71:30	71:40	72:50	74:00		
	Schwimmen	Br	24:00	23:35	25:30	28:50	32:00	34:00	35:20	18:00	Min.	
		Si	21:10	20:50	21:05	23:40	25:35	27:40	29:00	15:00		
		Go	18:25	18:00	18:40	19:30	20:20	21:20	21:30	11:30		
	7,5 km Walking/ Nordic Walking	Br	69:30	66:30	67:00	67:30	70:00	73:00	75:30	78:00	Min.	
Si		66:00	63:00	63:30	64:00	65:00	67:00	69:00	71:00			
Go		62:00	59:30	60:00	60:25	60:45	61:00	62:00	64:00			
20 km Radfahren	Br	57:30	57:00	56:00	57:00	60:00	64:00	67:00	69:00	Min.		
	Si	52:00	51:30	50:30	51:30	53:00	55:30	58:30	61:00			
	Go	46:30	45:30	45:00	45:30	47:00	49:30	51:30	53:30			
2	Medizinballwurf nicht rückwärts 2 kg	Br	7,50	7,50	7,00	6,50	6,00	5,25	4,75	4,25	m	
		Si	8,00	8,00	7,75	7,50	7,25	6,75	6,50	6,00		
		Go	8,75	8,75	8,50	8,50	8,25	8,25	8,00	7,75		
	Kugelstoßen	Br	6,50	6,50	6,50	6,25	6,00	5,50	5,25	5,25	m	
		Si	7,00	7,00	7,00	6,75	6,50	6,00	5,75	6,00		
		Go	7,50	7,50	7,50	7,25	7,00	6,50	6,25	7,00		
	Steinstoßen bis 49 (5kg) ab 50 (3kg)	Br	10,65	10,80	10,10	9,50	9,00	8,60	8,30	9,80	m	
		Si	11,25	11,40	10,70	10,15	9,50	9,20	8,95	10,60		
		Go	11,85	12,00	11,35	10,70	10,20	9,85	9,70	11,40		
	Standweitsprung	Br	1,65	1,60	1,50	1,35	1,25	1,15	1,10	1,00	m	
Si		1,85	1,80	1,70	1,60	1,50	1,40	1,35	1,30			
Go		2,05	2,00	1,95	1,85	1,80	1,65	1,60	1,55			
Geräteturnen		Reck			Boden			Reck		Barren	gek.	
3	Sprint	Br	18,2	18,5	18,9	19,6	20,4	11,0	11,5	11,9	Sek.	
		Si	16,5	16,8	17,2	17,8	18,6	9,9	10,3	10,7		
		Go	15,3	15,6	16,0	16,4	17,0	8,8	9,1	9,5		
	25 m Schwimmen	Br	29,5	29,0	30,0	32,5	36,0	40,0	44,0	48,0	Sek.	
		Si	24,0	24,0	25,0	26,5	29,0	31,5	35,0	39,0		
		Go	18,5	18,5	19,5	21,0	22,0	23,5	25,0	28,0		
	200 m Radfahren mit flieg. Start	Br	24,0	24,5	25,0	26,0	27,5	29,0	30,5	32,0	Sek.	
		Si	22,0	22,0	22,5	23,5	24,5	25,5	27,0	28,0		
		Go	19,5	19,5	20,0	21,5	22,0	22,5	23,0	23,5		
	Geräteturnen		Sprung								gek.	
Hochsprung	Br	1,10	1,10	1,05	1,00	0,95	0,90	0,90	0,85	m		
	Si	1,20	1,20	1,15	1,10	1,05	1,00	1,00	0,95			
	Go	1,30	1,30	1,25	1,20	1,15	1,10	1,10	1,05			
Weitsprung (m)	Br	3,40	3,40	3,30	3,20	3,10	3,00	2,80	2,60	m		
	Si	3,70	3,70	3,60	3,50	3,40	3,30	3,20	3,00			
	Go	4,00	4,00	3,90	3,80	3,70	3,60	3,50	3,40			
Schleuderball 1 kg	Br	23,50	24,00	24,00	22,00	21,00	19,50	18,50	16,50	m		
	Si	26,50	27,00	27,00	25,00	24,00	22,50	21,50	20,00			
	Go	29,00	29,50	29,50	27,50	26,50	25,00	24,00	23,00			
Seilspringen Anzahl	Br	5	5	5	10	10	40	40	10	Anz.		
	Si	10	10	10	15	15	60	60	20			
	Go	15	15	15	20	20	80	80	30			
Geräteturnen		Ausführung Seilspringen siehe unten!						Ringe		gek.		
Nachweis der Schwimmfertigkeit:								Gesamtleistung anhand der erreichten Punktzahl				
1 x im Jugendbereich bzw. alle 5 Jahre im Erwachsenen Bereich								4 - 7 Punkte		Bronze		
								8 - 10 Punkte		Silber		
								11 - 12 Punkte		Gold		
Peter Lenz, Sportabzeichen-Beauftragter des SSB Hannover, 01.01.2021								sportabzeichen@ssb-hannover.de		Anlage: 5.1		
18 - 29 Jahre		Seilspringen		Doppeldurchschlag mit oder ohne Zwischensprung								
30 - 39 Jahre		Seilspringen		Kreuzdurchschlag ohne Zwischensprung								
40 - 49 Jahre		Seilspringen		Laufschritt = Jogging-Step ohne Zwischensprung								
50 - 54 Jahre		Seilspringen		Grundsprung rückwärts ohne Zwischensprung								
<b>Datenschutz:</b> Die auf dem Laufzettel erfassten personenbezogenen Daten werden für die Durchführung und Verleihung des Deutschen Sportabzeichens verarbeitet. Verantwortlicher ist der jeweilige Veranstalter des Deutschen Sportabzeichens (z.B. DOSB, LSB, Kreis-/Stadtsportbund oder Verein). Weitere Informationen erhalten Sie von Ihrem Landessportbund oder vom DOSB. Die Hinweise zum Datenschutz können Sie jederzeit im Internet unter <a href="http://www.deutsches-sportabzeichen.de/service/materialien/?Beiblatt-#akkordeon-15332">www.deutsches-sportabzeichen.de/service/materialien/?Beiblatt-#akkordeon-15332</a> abrufen. Gerne stellt Ihnen der Verantwortliche diese auch auf Anfrage in Textform (z.B. als E-Mail, Ausdruck) zur Verfügung. Ohne die Daten ist die Bearbeitung nicht möglich!												

Deutsches Sportabzeichen		Laufzettel Frauen / Stand: 01.01.2021											
Name			Vorname					Geburtsdatum					
Straße Hausnummer			PLZ Ort					Verein					
E-Mail			Telefon Festnetz					Telefon mobil					
Ident-Nummer, letzte Zahl der Verleihnummer:		Gr. 1=Ausdauer - Gr. 2=Kraft - Gruppe 3=Schnelligkeit - Gr. 4= Koordination											
		Bronze=1 Punkt		Silber=2 Punkte		Gold=3 Punkte		erzielte Leistung					
Gr.	Alter	55-59	60-64	65-69	70-74	75-79	80-84	85-89	ab 90	Sek., Min., m, gekonnt, Anzahl		Pkt.	
1	3000 m Lauf	Br	25:50	26:30	27:10	27:40	28:30	29:40	31:00	32:30		Min.	
		Si	22:50	23:30	24:10	24:40	<b>25:30</b>	26:40	<b>28:00</b>	29:30			
		Go	19:50	20:30	21:10	21:40	22:30	23:40	25:00	26:30			
	10 km Lauf Straße oder Gelände	Br	100:10	102:50	105:40	109:30	115:20	122:20	129:10	136:30		Min.	
		Si	88:10	90:50	93:40	97:30	103:20	110:20	117:10	124:30			
		Go	76:10	78:50	81:40	85:30	91:20	98:20	105:10	112:30			
	Schwimmen	Br	18:35	19:00	19:25	19:50	10:15	10:25	10:35	10:45		Min.	
		Si	15:20	15:35	15:45	16:05	8:20	8:30	8:45	8:55			
		Go	11:55	12:10	12:15	12:40	6:30	6:45	7:05	7:20			
	7,5 km Walking/ Nordic Walking	Br	80:00	82:30	84:15	88:15	92:30	98:30	104:00	110:20		Min.	
Si		73:00	74:30	76:30	79:00	81:30	85:15	90:20	96:00				
Go		66:00	67:30	70:00	72:00	74:30	77:30	82:00	87:00				
20 km Radfahren	Br	71:30	74:00	75:30	78:00	81:30	84:30	89:30	93:00		Min.		
	Si	63:00	65:00	66:30	68:30	70:30	75:00	80:00	83:00				
	Go	55:30	57:00	58:30	60:30	63:00	65:30	69:00	72:30				
2	Medizinballwurf nicht rückwärts 2 kg	Br	4,00	3,75	3,50	3,25	3,25	3,00	3,00	2,75		m	
		Si	5,75	5,50	5,25	5,00	4,75	4,75	4,50	4,25			
		Go	7,50	7,25	7,00	6,75	6,50	6,25	6,00	5,50			
	Kugelstoßen	Br	5,00	4,75	4,50	4,25	4,25	4,00	3,75	3,25		m	
		Si	5,75	5,50	5,25	5,00	5,25	5,00	4,50	4,25			
		Go	6,50	6,25	6,15	6,00	6,25	5,75	5,50	5,00			
	Kugelgewicht	3 kg			2 kg							m	
		Br	9,40	9,05	8,50	7,90	7,40	6,90	6,45	6,10			
		Si	10,30	9,90	9,40	8,80	8,30	7,80	7,35	7,00			
	Steinstoßen Gewicht ab 50 (3 kg)	Br	11,10	10,70	10,20	9,60	9,10	8,60	8,15	7,80		m	
		Si	0,95	0,95	0,90	0,90	0,90	0,85	0,85	0,80			
		Go	1,25	1,20	1,15	1,15	1,15	1,10	1,05	1,00			
Standweitsprung	Br	1,50	1,45	1,40	1,35	1,35	1,30	1,25	1,20		m		
	Si												
	Go												
3	Geräteturnen	Barren	Boden			Boden							gek.
		Br	12,4	12,6	12,8	13,0	13,5	14,3	15,5	17,1			
		Si	11,2	11,4	11,6	11,8	12,3	13,1	14,3	15,9			
	Sprint	Br	9,9	10,2	10,4	10,6	11,1	12,0	13,2	14,8		Sek.	
		Si	50 m			50 m							
		Go	51,5	54,5	56,5	59,0	61,0	63,5	65,5	66,5			
	25 m Schwimmen	Br	42,5	44,5	46,5	48,0	50,0	52,0	53,5	54,5		Sek.	
		Si	30,5	32,5	34,5	36,0	38,0	40,0	41,5	42,5			
		Go	33,5	35,0	36,0	38,0	39,0	40,5	42,0	44,5			
	200 m Radfahren mit flieg. Start	Br	29,0	30,0	31,0	32,0	33,0	34,5	36,0	38,0		Sek.	
		Si	24,0	25,0	25,5	26,5	27,5	28,5	30,0	31,5			
		Go											
4	Geräteturnen	Sprung	Boden			Sprung							gek.
		Br	0,80	0,75	0,75	0,70	0,65	0,65	0,60	0,55			
		Si	0,90	0,85	0,85	0,80	0,75	0,75	0,70	0,60			
	Hochsprung	Br	1,00	0,95	0,95	0,90	0,85	0,85	0,80	0,65		m	
		Si	2,50	2,40	2,30	2,10	1,80	1,60	1,30	1,10			
		Go	2,90	2,80	2,70	2,50	2,20	2,00	1,70	1,50			
	Weitsprung	Br	3,30	3,20	3,10	2,90	2,60	2,40	2,10	1,90		m	
		Si	15,50	14,50	13,50	13,00	12,00	11,00	9,50	7,50			
		Go	19,00	18,00	17,00	16,50	15,50	14,50	13,00	11,00			
	Schleuderball 1 kg	Br	22,00	21,00	20,00	19,50	18,50	17,50	16,00	14,00		m	
		Si	10	10	10	8	8	6	6	4			
		Go	20	20	20	14	14	10	10	6			
Seilspringen Anzahl	Br	30	30	30	18	18	12	12	8		Anz.		
	Si	Ausführung Seilspringen siehe unten!											
	Go												
Geräteturnen	Ringe	Reck		Schwebebalken							gek.		
	Br												
	Si												
Nachweis der Schwimmfertigkeit:					Gesamtleistung anhand der erreichten Punktzahl								
1 x im Jugendbereich bzw. alle 5 Jahre im Erwachsenen Bereich					4 - 7 Punkte		Bronze						
					8 - 10 Punkte		Silber						
					11- 12 Punkte		Gold						
Peter Lenz, Sportabzeichen-Beauftragter des SSB Hannover, 01.01.2021					sportabzeichen@ssb-hannover.de		<b>Anlage: 5.2</b>						
55 - 59 Jahre		Seilspringen			Grundsprung rückwärts ohne Zwischensprung								
60 - 69 Jahre		Seilspringen			Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung								
70 - 90 Jahre		Seilspringen			Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung oder Galoppschritt								
<b>Datenschutz:</b> Die auf dem Laufzettel erfassten personenbezogenen Daten werden für die Durchführung und Verleihung des Deutschen Sportabzeichens verarbeitet. Verantwortlicher ist der jeweilige Veranstalter des Deutschen Sportabzeichens (z.B. DOSB, LSB, Kreis-/Stadtsportbund oder Verein). Weitere Informationen erhalten Sie von Ihrem Landessportbund oder vom DOSB. Die Hinweise zum Datenschutz können Sie jederzeit im Internet unter <a href="http://www.deutsches-sportabzeichen.de/service/materialien/?Beiblatt-#akkordeon-15332">www.deutsches-sportabzeichen.de/service/materialien/?Beiblatt-#akkordeon-15332</a> abrufen. Gerne stellt Ihnen der Verantwortliche diese auch auf Anfrage in Textform (z.B. als E-Mail, Ausdruck) zur Verfügung. Ohne die Daten ist die Bearbeitung nicht möglich!													



Name	Vorname	Geburtsdatum
Straße	PLZ Ort	

Ablegen einer Schwimmdisziplin aus den Disziplingruppen Ausdauer **oder** Schnelligkeit im Zuge der Sportabzeichen-Prüfung (hierbei genügt der entsprechende Eintrag in die Prüfkarte) bzw. durch folgende Möglichkeiten:

Zutreffendes bitte ankreuzen:

- Als Nachweis der Schwimmfertigkeit gilt auch, wenn eine Strecke aus der Disziplingruppe **Ausdauer** vollständig durchschwommen wird, die erreichte Zeit aber nicht der Mindestanforderung für die Leistungsstufe Bronze entspricht  
 Strecke: \_\_\_\_\_ Zeit: \_\_\_\_\_ (Min.) \_\_\_\_\_ (Sek.)
- 25 m in der geforderten Zeit in der Gruppe **Schnelligkeit:** Zeit: \_\_\_\_\_ (Min.) \_\_\_\_\_ (Sek.)
- <12 Jahre: 50 m Schwimmen ohne Zeitlimit (am Stück und ohne Unterbrechung) oder Vorlage des „Deutschen Jugendschwimmabzeichens“ ab Bronze
- ≥12 Jahre: 200 m Schwimmen in maximal 11 Min. (am Stück und ohne Unterbrechung) oder Vorlage des „Deutschen Jugendschwimmabzeichens“ in Gold, des „Deutschen Schwimmabzeichens“ bzw. des „Deutschen Rettungsschwimmabzeichens“ bei Abnahme durch DLRG, DSV, Wasserwacht, DRK, ASB sowie des „Deutschen Triathlon-Abzeichens“, des „Deutschen Fünfkampfabzeichens“ und des „Leistungsabzeichens Flossenschwimmen“
- 15 Min. Dauerschwimmen (im offenen Gewässer möglich), wobei eine offensichtliche Fortbewegung im Wasser ersichtlich sein muss
- 100 m Kleiderschwimmen in höchstens 4 Min. mit anschließendem Entkleiden im Wasser gemäß Ausführungsbestimmungen der DLRG bzw. Wasserwacht im DRK für diese Übung

Der Nachweis kann rückwirkend (vom laufenden Jahr) fünf Jahre (bei Erwachsenen) durch Vorlage einer Urkunde oder Prüfkarte anerkannt werden; bei Kindern und Jugendlichen genügt ein einmaliger Nachweis.

Beim Training und bei Prüfungen ist immer darauf zu achten, dass eine im Rettungswesen ausgebildete Person anwesend ist!

Ort der Prüfung: \_\_\_\_\_ Prüfer-Nr./Ident-Nr.: \_\_\_\_\_

Datum der Prüfung: \_\_\_\_\_ (wenn vorhanden)

\_\_\_\_\_ Stempel  
 \_\_\_\_\_ Unterschrift Prüfer/in

Die auf dem Nachweis erfassten personenbezogenen Daten können für Durchführung und Verleihung des Deutschen Sportabzeichens verarbeitet werden, wobei nur das Vorlegen des Nachweises für eine Verleihung nicht ausreicht. Verantwortlicher ist der jeweilige Veranstalter des Deutschen Sportabzeichens (z.B. DOSB, LSB, Kreis-/Stadtsporthund oder Verein). Weitere Informationen erhalten Sie von Ihrem Landessportbund oder vom DOSB. Die Hinweise zum Datenschutz können Sie jederzeit im Internet unter [www.deutsches-sportabzeichen.de/service/materialien/?Beiblatt=#akkordeon-15332](http://www.deutsches-sportabzeichen.de/service/materialien/?Beiblatt=#akkordeon-15332) abrufen. Gerne stellt Ihnen der Verantwortliche diese auch auf Anfrage in Textform (z.B. als E-Mail, Ausdruck) zur Verfügung.

Nationale Förderer

