

DEUTSCHES SPORTABZEICHEN - DJK SF 97/30 Lowick	
Bitte gelbe Felder selbst ausfüllen!	
Vor- & Nachname	
Geburtsdatum	
DSA Alter	

(Alter, das du am Jahresende erreichst)

Leistungskatalog Kinder			Leistungskatalog Erwachsene
----------------------------	---	---	--------------------------------

Disziplinen

Kraft - Standweitsprung

Mindestleistung	
1. Versuch	
2. Versuch	
3. Versuch	

DEUTSCHES SPORTABZEICHEN - DJK SF 97/30 Lowick	
Bitte gelbe Felder selbst ausfüllen!	
Vor- & Nachname	
Geburtsdatum	
DSA Alter	

(Alter, das du am Jahresende erreichst)

Leistungskatalog Kinder			Leistungskatalog Erwachsene
----------------------------	--	---	--------------------------------

Disziplinen

Kraft - Standweitsprung

Mindestleistung	
1. Versuch	
2. Versuch	
3. Versuch	

DEUTSCHES SPORTABZEICHEN - DJK SF 97/30 Lowick	
Bitte gelbe Felder selbst ausfüllen!	
Vor- & Nachname	
Geburtsdatum	
DSA Alter	

(Alter, das du am Jahresende erreichst)

Leistungskatalog Kinder			Leistungskatalog Erwachsene
----------------------------	---	---	--------------------------------

Disziplinen

Kraft - Standweitsprung

Mindestleistung	
1. Versuch	
2. Versuch	
3. Versuch	

Schnelligkeit - 30/50/100 m Sprint			
Streckenlänge	30 m []	50m []	100m []
Mindestanforderung			
1. Versuch			
2. Versuch			

Schnelligkeit - 30/50/100 m Sprint			
Streckenlänge	30 m []	50m []	100m []
Mindestanforderung			
1. Versuch			
2. Versuch			

Schnelligkeit - 30/50/100 m Sprint			
Streckenlänge	30 m []	50m []	100m []
Mindestanforderung			
1. Versuch			
2. Versuch			

Koordination - (Zonen-) Weitsprung		
Disziplin	Zonenweitsprung []	Weitsprung []
Mindestanforderung		
1. Versuch		
2. Versuch		
3. Versuch		

Koordination - (Zonen-) Weitsprung		
Disziplin	Zonenweitsprung []	Weitsprung []
Mindestanforderung		
1. Versuch		
2. Versuch		
3. Versuch		

Koordination - (Zonen-) Weitsprung		
Disziplin	Zonenweitsprung []	Weitsprung []
Mindestanforderung		
1. Versuch		
2. Versuch		
3. Versuch		

Ausdauer - 800/3000 m Lauf		
Streckenlänge	800 m []	3000 m []
Mindestanforderung		
Zeit		

Ausdauer - 800/3000 m Lauf		
Streckenlänge	800 m []	3000 m []
Mindestanforderung		
Zeit		

Ausdauer - 800/3000 m Lauf		
Streckenlänge	800 m []	3000 m []
Mindestanforderung		
Zeit		

Schwimmnachweis		
Abgegeben []	aus Vorjahr []	Kein Interesse []
folgt bis 24.7 per Mail laufsport@djk-9730.de []		

Schwimmnachweis		
Abgegeben []	aus Vorjahr []	Kein Interesse []
folgt bis 24.7 per Mail laufsport@djk-9730.de []		

Schwimmnachweis		
Abgegeben []	aus Vorjahr []	Kein Interesse []
folgt bis 24.7 per Mail laufsport@djk-9730.de []		

Der Termin für die Verleihung wird auf der Vereinshomepage veröffentlicht (in 4 - 8 Wochen). Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.

Der Termin für die Verleihung wird auf der Vereinshomepage veröffentlicht (in 4 - 8 Wochen). Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.

Der Termin für die Verleihung wird auf der Vereinshomepage veröffentlicht (in 4 - 8 Wochen). Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.