

Verleihung der Sportabzeichen

Die Verleihung findet am **25.11.2022** um **18:30** Uhr, im **Landgasthaus Scheuer's Hof** in der Lehrter Str. 4, 31275 Lehrte statt.

Die Abnahme findet ab dem 01.10.2022 nur nach Termin Absprache statt.

Bei Fragen gerne anrufen!

Sportabzeichengebühr:

Kinder kostenlos

Erwachsene:

3€ Urkunde

4€ Urkunde + Abzeichen

6€ Urkunde + Bicolorabzeichen oder Bandschnalle

Kontaktdaten:

Spartenleiter Leichtathletik

Dieter Unnasch 0176/200 159 33

Luca Rustein 0176/723 999 81



Sportabzeichen 2022 beim MTV



Noch in diesem Jahr kannst du dein Sportabzeichen machen.

Wir nehmen in Immensen das Sportabzeichen, noch bis zum 28.09.2022 an jedem Mittwoch auf dem Sportplatz Am Fleith von 18:00 bis 19:00 Uhr ab.

**Egal ob als Familie oder ganz allein:
„Jeder kann es schaffen!!!“**

Auch ohne Vereinsmitgliedschaft !

Was ist das Sportabzeichen eigentlich?

Das Sportabzeichen ist ein Abzeichen, welches vom Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB) für sportliche Leistungen verliehen wird.

Wieso sollte ich das Sportabzeichen machen?

Sind **Sport** und **Bewegung** für euch ein Stück Lebenslust und Lebensfreude? Dann ist das **Sportabzeichen** die Herausforderung an euch, den Spaß am Sport und die Freude am Leben noch weiter zu steigern. Lernt euch besser kennen und entdeckt, was alles in euch steckt! Bereichert eure Freizeit um neue sportliche **Erfolgslebnisse**.

Welche weiteren Vorteile habe ich?

Ein Großteil der gesetzlichen Krankenkassen unterstützen das Sportabzeichen mit Ihren Bonusprogrammen. Zusätzlich bieten andere Firmen, nach dem Ablegen des Sportabzeichen, auch andere Vorteile an. Sprecht uns gerne an.

Was ist das Familiensportabzeichen?

Sobald **mindestens drei** Mitglieder aus **zwei Generationen** einer Familie ein Abzeichen erhalten, bekommt ihr zusätzlich noch das **Familiensportabzeichen**.



Über das Sportabzeichen in Immensen!

Immensen zählt in der Region Hannover **seit Jahren** zu den **größten Abnahmestützpunkten**, so erreichten wir 2019 Platz 4. Unser Ziel ist es mindestens einmal den ersten Platz zu erringen und darauf arbeiten wir hin. Zusätzlich kooperieren wir mit dem TSV Arpke was das Sportabzeichen betrifft.

Nun bin ich überzeugt – und wie lege ich das Sportabzeichen nun ab?

Beim Sportabzeichen gibt es **4 Disziplingruppen: Ausdauer, Kraft, Koordination und Schnelligkeit**. In jeder Gruppe muss mindestens eine Übung geschafft werden, dabei gibt es eine **große Auswahl** an verschiedenen Disziplinen. Kinder und Jugendlichen stehen teils andere andere Übungen offen als Erwachsene. Die zu erbringenden Leistungen sind der jeweiligen Altersgruppe angepasst, Die **erste Disziplingruppe** ist **Ausdauer**, und lässt sich unter anderem mit Laufen, Schwimmen und Radfahren bestehen. Die **zweite Disziplingruppe** ist **Kraft**. Erwachsene können bspw. zwischen Standweitsprung, Medizinballwerfen und Steinstoßen wählen. Kinder und Jugendliche können beim Werfen und Standweitsprung glänzen. Die anderen Disziplingruppen kannst du dir gerne im Internet ansehen oder du **kommst zum Sportplatz** und holst dir einen **Flyer mit den aktuellen Bedingungen!**

Bis demnächst auf dem Sportplatz!