



# Sportabzeichentag in Unna

am Samstag, den 11.05.2019

von 10:00 Uhr bis 16:00 Uhr

im Herderstadion am Peukinger Weg in Unna

Das Deutsche Sportabzeichen für Mädchen und Jungen, Erwachsene und Menschen mit Behinderungen

Diese Leistungen in den 4 Disziplinen kann erbracht werden

**Ausdauer :** Laufen 3000m

**Kraft:** Medizinball, Kugelstoßen, Steinstoßen, Standweitsprung

**Schnelligkeit:** Laufen 30m, 50m, 100m

**Koordination:** Hochsprung, Weitsprung, Schleuderball, Seilspringen

Weitere, bzw. Ausweich-Leistungen, wie Radfahren, Walken und Schwimmen

werden unabhängig von diesem Tag außerhalb des Stadions angeboten

Für das leibliche Wohl der Sportler und Zuschauer ist gesorgt



Im Rahmen des Programms „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“  
des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen.

Gefördert durch:

LANDESPORTBUND  
NORDRHEIN-WESTFALEN



Staatskanzlei  
des Landes Nordrhein-Westfalen

