

WEITERE KONTAKTE UND INFORMATIONEN



## LEICHTATHLETIK-VERBAND SACHSEN-ANHALT

Kreuzvorwerk 22  
06120 Halle (Saale)

Telefon: 0345 54 05 05 1  
E-Mail: [info@lvsa.de](mailto:info@lvsa.de)  
Internet: [www.lvsa.de](http://www.lvsa.de)

### BESCHREIBUNG

Als Anreiz und Motivation für mehr Bewegung stellt das „DLV-Lauf-, Walking- und Nordic-Walkingabzeichen“, eine gute Ergänzung des breitensportlichen Angebots dar. Da es weder um das Erreichen einer bestimmten Zeit oder einer bestimmten Strecke geht, ist diesem Abzeichen der Wettbewerbscharakter genommen. Die Bedingungen für das Erreichen dieses Abzeichens machen ein stufenweise aufbauendes Ausdauertraining möglich und können auch von bisher untrainierten nach regelmäßigem Üben erfüllt werden.

Die einzelnen Abzeichenstufen unterscheiden sich durch Farben und werden als Ansteckpin mit einem Durchmesser von 11 mm und als Stoffabzeichen mit einem Durchmesser von 45 mm ausgegeben.

> DLV LAUF-, WALKING- UND NORDIC-WALKINGABZEICHEN

# Jetzt in Bewegung kommen und ein Zeichen setzen!

sportentwicklung@leichtathletik.de  
[www.leichtathletik.de](http://www.leichtathletik.de)

LEICHTATHLETIK.DE

# DLV LAUF-, WALKING- UND NORDIC-WALKINGABZEICHEN

## VERLEIHUNGSRICHTLINIEN

### LAUFABZEICHEN



**15 MINUTEN**  
Laufen ohne Pause /  
Tempo beliebig



**30 MINUTEN**  
Laufen ohne Pause /  
Tempo beliebig



**60 MINUTEN**  
Laufen ohne Pause /  
Tempo beliebig



**90 MINUTEN**  
Laufen ohne Pause /  
Tempo beliebig



**120 MINUTEN**  
Laufen ohne Pause /  
Tempo beliebig



**MARATHONLAUF =  
42,195 KM**  
für die erfolgreiche  
Teilnahme an einem  
Marathonlauf

### WALKINGABZEICHEN



**30 MINUTEN**  
Walken ohne Pause /  
Tempo beliebig



**60 MINUTEN**  
Walken ohne Pause /  
Tempo beliebig



**120 MINUTEN**  
Walken ohne Pause /  
Tempo beliebig

### NORDIC-WALKINGABZEICHEN



**30 MINUTEN**  
Nordic-Walken ohne  
Pause / Tempo beliebig



**60 MINUTEN**  
Nordic-Walken ohne  
Pause / Tempo beliebig



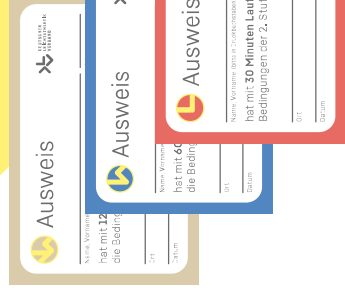
**120 MINUTEN**  
Nordic-Walken ohne  
Pause / Tempo beliebig

## ABNAHMEBERECHTIGT SIND

- Lauf-, Walking- und Nordic-Walking-TREFFLeiter\*innen
- Übungsleiter\*innen und Trainer\*innen
- Sportabzeichenprüfer\*innen
- Lehrer\*innen aller Schularten, die Sportunterricht erteilen

## FÜR JEDE STUFE GIBT ES EINE GESONDERTE AUSWEISKARTE

Nach Erfüllung der Bedingungen wird die entsprechende Ausweiskarte mit Namen, Vornamen, Geburtsjahrgang, Erfüllungsort und Abnahmedatum versehen. Die Beglaubigung erfolgt durch Unterschrift und wird durch Vereins-, Behörden- oder Prüfsteampel ergänzt. Auf der Rückseite des Ausweises werden die Wiederholungsprüfungen eingetragen; damit entfällt ein zusätzlicher Ausweis für die Wiederholungsprüfungen. Die Prüfungen für die Abzeichenstufen können innerhalb eines Jahres mehrmals abgelegt werden.



## PREISE

Für den Ausweis wird eine Schutzgebühr von 0,30 € pro Stück erhoben. Der Preis für das Metall- oder Stoffabzeichen beträgt jeweils 2,00 €.

## ANERKENNUNG FÜR DAS DEUTSCHE

### SPORTABZEICHEN (DSA)

Die Erfüllung der Bedingungen für das Laufabzeichen der Stufen 4, 5 und Marathon sowie Walking und Nordic-Walkingabzeichen der Stufe 3 für das DSA anerkannt.

Durch Vorlage des Ausweises gilt im Jahr der Ausstellung die Prüfung in der Disziplingruppe Ausdauer des DSA auf der Leistungsebene Gold als absolviert.

## BESTELLUNGEN UND BEZAHLUNG

Die Ausweise und Abzeichen können nur über den zuständigen Landes-Leichtathletik-Verband bestellt werden, an den auch die Zahlung zu leisten ist.