

Deutsches Sportabzeichen 2009 in Hamburg



Hamburger Sportbund



Kurt Plessner



Heike Thal

Liebe Hamburgerinnen und Hamburger,

herzlichen Dank für Ihr Interesse am Deutschen Sportabzeichen.

Wir vom Hamburger Sportbund wollen Ihnen helfen, dieses anerkannte Ehrenzeichen 2009 zu erwerben. In dieser Broschüre haben wir alles Wesentliche über die Voraussetzungen, die Bedingungen und unsere Abnahmestellen überall in unserer Stadt und auch im Hamburger Umland zusammengestellt.

Weitere Informationen finden Sie auch im Internet unter www.deutsches-sportabzeichen.de und natürlich ebenfalls auf unserer Website www.hamburger-sportbund.de.

Und nun frisch ans Werk. Die Sportabzeichensaison 2009 ist angelaufen. Unsere Obleute, denen wir für ihren ehrenamtlichen Einsatz Dank und Anerkennung zollen, stehen bereit, um Ihnen mit Rat und Tat bei der Vorbereitung und bei den Prüfungen zu helfen. Animieren Sie auch Ihre Familie, Ihre Freundinnen und Freunde sowie Ihre Arbeitskolleginnen und -kollegen mitzumachen. Denn gemeinsam und in Gesellschaft bringt es mehr Spaß. Das Sportabzeichen kann, wenn man gesund ist, bis ins hohe Alter erreicht werden.

Mehr als 30 Millionen erfolgreiche Bewerberinnen und Bewerber kann das Deutsche Sportabzeichen inzwischen im In- und im Ausland verzeichnen. Und immer mehr streben diese hohe Auszeichnung für den weltweit einmaligen Fitness-Test zum ersten oder zum wiederholten Male an. Unterstützt wird dies auch von einigen Krankenkassen, die den Erwerb im Rahmen ihrer Bonusprogramme honorieren.

Für den Erwerb des Deutschen Sportabzeichens ist die Mitgliedschaft in einem Sportverein übrigens keine Bedingung. Aber unsere Vereine helfen Ihnen vielfach bei der Vorbereitung. Einen Sportverein in Ihrer Nähe nennt Ihnen gern das Info-Telefon des Hamburger Sportbundes unter 419 08 111. Wir wünschen Ihnen viel Freude und Erfolg beim Erwerb des Deutschen Sportabzeichens!

Kurt Plessner
HSB-Sportabzeichen-Beauftragter

Heike Thal
HSB-Sachbearbeiterin

Hamburger Sportbund – Sportabzeichen-Büro

„Haus des Sports“, Schäferkampsallee 1, 20357 Hamburg, Telefon (040) 419 08-278, Fax: (040) 419 08-230
E-Mail: h.thal@hamburger-sportbund.de, Mo., Mi., Do. 9-11.30 Uhr
Sie haben die Möglichkeit, Ihre Unterlagen in der Zentrale auch außerhalb der Öffnungszeiten abzugeben.
Bitte die jeweilige Gebühr (s. Gebührenordnung) vorab überweisen und einen Überweisungsbeleg beilegen.



Das Deutsche Sportabzeichen 2009 in Hamburg

ALLES, WAS SIE WISSEN MÜSSEN:

	Seite
■ Einführung	4
■ Gebühren	6
■ Wettbewerbe	7
■ Bedingungstabelle	10
■ Orte, Termine und Ansprechpersonen	
Behinderte	8
Organisationen	8
Schwimmen	9
Leichtathletik	9
Radfahren	15
Turnen	16
Schießsport	16
Bogenschießen	17
Inline-Skating	17
Kanu / Rudern	17
Kegeln	18
Wandern / Walking / Nordic-Walking	18
Gewichtheben / Bankdrücken	18
■ Schwimmbad-Gutscheine	19

Die Sportabzeichen-Aktionen des Hamburger Sportbundes werden in Zusammenarbeit mit der Behörde für Bildung und Sport, dem Landeskommando Hamburg der Bundeswehr und dem Betriebssportverband durchgeführt. Hamburg, im März 2009

Impressum:

Herausgeber: Hamburger Sportbund e.V.
Schäferkampsallee 1
20357 Hamburg
Telefon 040 / 4 19 08-0
Telefax 040 / 4 19 08-274
www.hamburger-sportbund.de
hsb@hamburger-sportbund.de

Auflage: 2.000
Layout und Produktion: PART:M
Fotos: Witters, Fotolia, iStockphoto
Ausgabe: März 2009



Liebe Interessenten!

Wollen Sie sich der sportlichen Herausforderung stellen oder einfach prüfen, ob Sie sportlich fit sind? Mit dem **Deutschen Sportabzeichen** können Sie Ihre Leistungsfähigkeit nachweisen. **Dafür müssen Sie keinem Sportverein angehören.** Hier sagen wir Ihnen, was Sie machen und worauf Sie achten müssen, wenn Sie das Deutsche Sportabzeichen erringen wollen. Unser besonderer **Dank** geht an dieser Stelle an alle Sportabzeichen-Beauftragten, Prüferinnen und Prüfer vor Ort, die ehrenamtlich für Sie tätig sind und Ihnen jederzeit gerne helfen.

GIBT ES GESUNDHEITLICHE RISIKEN BEIM SPORTABZEICHEN?

Spezielle gesundheitliche Risiken durch das Sportabzeichen sind nicht bekannt. Im Gegenteil: Durch die Vorbereitung tun Sie eine Menge für Ihre Gesundheit. Allerdings sollten Sie einige Regeln beachten: **Grundsätzlich ist eine sportmedizinische Untersuchung beim Arzt immer von Vorteil. Unter 35 Jahre alle fünf Jahre und über 35 Jahre alle drei Jahre.** Bitte suchen Sie den Arzt auf, wenn Sie Probleme im Training bekommen oder wenn Sie nach der letzten Prüfung krank waren.

PRÜFUNGEN KOSTENLOS

Alle Prüfungen auf den genannten Sportanlagen finden öffentlich statt und sind kostenlos. Nur in den Schwimmbädern ist Eintrittsgeld zu entrichten. Bitte beachten Sie dazu die Schwimmbad-Gutscheine auf Seite 19.

SIE SIND VERSICHERT!

Der HSB hat für Nichtmitglieder, die an der Vorbereitung auf das Deutsche Sportabzeichen einschließlich der Abnahme teilnehmen, Versicherungsschutz im Rahmen einer besonderen Vereinbarung zur Sportversicherung abgeschlossen.

VORAUSSETZUNG FÜR DIE TEILNAHME

Wenn Sie die Sportabzeichen-Prüfung ablegen möchten, benötigen Sie zunächst eine **Prüfkarte**. Diese erhalten Sie kostenlos bei den Sportabzeichen-Beauftragten oder beim HSB („Haus des Sports“, Schäferkampsallee 1, 20357 Hamburg, direkt gegenüber U-Bahnhof Schlump).

Bitte füllen Sie **diese Karte vollständig und leserlich** mit Ihren Personalangaben aus. Ihre sportlichen Leistungen werden von den Sportabzeichen-Beauftragten vor Ort in die Karte eingetragen und bestätigt.

PRÜFUNGSZEITRAUM

Sie können die Sportabzeichen-Prüfung während des gesamten Kalenderjahres (1.1. – 31.12. des Jahres) ablegen, **in dem das für die Bedingungen maßgebliche Alter erreicht wird.** Das Sportabzeichen kann nur einmal jährlich verliehen werden.

UNSER TIPP

Schon früh im Jahr können Sie mit der Erfüllung der Bedingungen beginnen. Das gilt für alle Hallensportarten, insbesondere für die Schwimmübungen.

DIE BEDINGUNGEN

Die sportlichen Disziplinen sind in fünf Gruppen aufgeteilt. Aus jeder Gruppe muss nur eine Bedingung erfüllt werden. Sie können die Übung auswählen, die Ihnen am besten zusagt. **Leistungen**, die im Kalenderjahr bei Wettkämpfen unter Aufsicht der für die Sportart zuständigen Fachverbände oder bei Schulwettkämpfen, wie Bundesjugendspielen, erzielt wurden, werden **anerkannt**, wenn dabei Bedingungen des Sportabzeichens erfüllt und die Ergebnisse schriftlich festgehalten wurden. Die Übertragung auf die Prüfkarte kann bei Vorlage des Nachweises (z.B. offizielle Ergebnisliste, Leistungsbescheinigung) durch eine Prüferin bzw. einen Prüfer erfolgen.

WEITERE ANGEBOTE

Neben den nach Altersklassen abgestuften Bedingungen gibt es in verschiedenen Gruppen zum Teil aus anderen Sportarten weitere Angebote. Nähere Informationen geben Ihnen die Sportabzeichen-Beauftragten der entsprechenden Sportarten.

JAHRGÄNGE

Das Deutsche Sportabzeichen orientiert sich an folgenden Jahrgängen:

- Jugendliche: Jahrgänge 2001 – 1992;
- Erwachsene: Jahrgänge 1991 und älter.

Bei den Jugendlichen können auch jüngere Jahrgänge das Sportabzeichen erwerben, wenn sie mindestens die Leistungen für die Altersgruppe 8/9 Jahre erbringen.

FRAUEN UND MÄNNER (AB 18 JAHREN)

Bei der **ersten** Verleihung wird immer das Sportabzeichen in **Bronze** ausgegeben. **Silber** gibt es nach der **dritten** erfolgreichen Prüfung. Das **Goldene Sportabzeichen** erhält, wer **fünf** erfolgreiche Prüfungen nachweisen kann.

Wiederholerinnen und Wiederholer werden in bestimmten Fällen besonders ausgezeichnet. So wird bei der entsprechenden Erfüllung das Goldene Abzeichen mit der Zahl 10, 15, 20, 25 usw. verliehen. Die Prüfungsjahre müssen nicht ununterbrochen aufeinanderfolgen.

JUGENDLICHE (8 – 17 JAHRE)

Mädchen und Jungen von 8 bis 17 Jahren können das Deutsche Sportabzeichen Jugend erwerben. Das Deutsche Sportabzeichen Jugend gibt es in Bronze nach der ersten erfolgreichen Prüfung, in Silber nach der zweiten und in Gold nach der dritten erfolgreichen Prüfung.

Wer als Jugendliche/r weitere erfolgreiche Prüfungen nachweist, erhält das Sportabzeichen in Gold mit der Zahl 4 bis 10. Die Prüfungsjahre müssen nicht ununterbrochen aufeinander folgen. Für die Zahl der bisher erfolgreichen Prüfungen werden alle vor 2009 verliehenen Schüler- und / oder Jugendsportabzeichen angerechnet.



Deutsches Sportabzeichen für Männer und Frauen



Deutsches Sportabzeichen für Jugendliche



EUROPÄISCHES JUGENDSPORTABZEICHEN

Wer 17 Jahre alt ist/wird (es gilt das Kalenderjahr, in das der 17. Geburtstag fällt) und eine Ausfertigung des Deutschen Sportabzeichen Jugend verliehen bekommen hat, ist berechtigt, auch das Europäische Jugend Sportabzeichen zu tragen. Dieses Abzeichen muss gesondert bestellt werden.

DIE VERLEIHUNG DES SPORTABZEICHENS

Nach erfolgreicher Prüfung erhalten Sie Ihr Sportabzeichen direkt bei Ihrem Sportabzeichen-Beauftragten vor Ort oder nach Überweisung der Bearbeitungsgebühr im Sportabzeichen-Büro des

Hamburger Sportbundes, Zimmer 402, Schäferkampsallee 1, 20357 Hamburg,
 Telefon: (040) 419 08-278, Fax: (040) 419 08-230,
 E-Mail: h.thal@hamburger-sportbund.de

Öffnungszeiten: Mo., Mi. und Do. 9 – 11.30 Uhr (bestätigte Prüfkarte nicht vergessen!)

Hamburger Sparkasse, BLZ: 200 505 50, Konto: 1280 156 553
 Verwendungszweck: DSA – 2403100, Name: ...

ES IST KEINE BEZAHLUNG IN FORM VON BRIEFMARKEN MÖGLICH!

Eine Rechnung kann ab einem Gesamtwert von 10,00 Euro erstellt werden.

GEBÜHREN

Die Bearbeitungsgebühren für das Sportabzeichen betragen:

BEURKUNDUNG	PREISE in EURO	Weitere Abzeichen	PREISE in EURO
Erstverleihung (Bronze1, Silber1, Gold1) einschl. Normalabzeichen	3,00 + Porto 1,45	Normalabzeichen	1,50 + Porto 1,45
Besondere Verleihung mit Zahl (10, 15, 20 ...) einschließlich Abzeichen	5,00 + Porto 1,45	Kleinabzeichen	1,50 + Porto 1,45
Bestätigung einer Wiederholung	1,50 + Porto 1,45	Großabzeichen	3,50 + Porto 1,45
		Großabzeichen mit Zahl	6,00 + Porto 1,45
		Bandschnalle	3,00 + Porto 1,45
		Bandschnalle mit Zahl	4,00 + Porto 1,45
		Normalabzeichen mit Zahl	3,50 + Porto 1,45
		Kleinabzeichen mit Zahl	2,50 + Porto 1,45

Bei der Bestellung bitte auch Sonderabzeichen wie Kleinstabzeichen oder Bandschnalle angeben.
Verleihungen an Jugendliche sind in Hamburg weiterhin kostenlos. Abzeichen mit Zahl 4, 6, 7, 8, 9, 11 und 12 sind Sonderbestellungen.

WIEDERHOLUNGSPRÜFUNGEN

Für die Anerkennung von erfolgreichen Wiederholungsprüfungen ist die letzte Urkunde beizufügen. Wird diese nicht vorgelegt, kann die Prüfung nur wie eine Erstverleihung (Bronze 1) bearbeitet werden.

Für die Verleihung des Sportabzeichens

- in Gold mit der Zahl 25 sind alle Urkunden,
- in Gold mit der Zahl 10, 15, 20, 25, 30, 35, 40, 45 usw. die letzten fünf Urkunden einzureichen.

Wettbewerbe in Hamburg

SPORTABZEICHEN-SCHULWETTBEWERB

Dieser Wettbewerb ist im Sportkalender der Hamburger Schulen ausgeschrieben und läuft unabhängig vom Schuljahr. Gewertet werden alle erfolgreich abgelegten Sportabzeichen-Prüfungen der Schule bis zum **30. November 2009**. Teilnehmen können alle Schülerinnen und Schüler ab Jahrgang 2001 sowie alle Lehrerinnen und Lehrer der Schule. Alle Verleihungen einschließlich Abzeichen sind kostenlos.

VORAUSSETZUNGEN

An jeder Schule muss eine Sportlehrerin oder ein Sportlehrer die Prüfberechtigung für das Sportabzeichen haben. Ist dies nicht der Fall, kann die Prüfberechtigung beim HSB beantragt werden.

Alle im Wettbewerbsjahr erzielten Ergebnisse (Schulsportfeste, Bundesjugendspiele, Jugend trainiert für Olympia), die auch für das Sportabzeichen Gültigkeit haben, können in die Prüfkarte übertragen werden. Sind alle fünf Bedingungen erfüllt, müssen die Eintragungen durch Unterschrift der oder des Prüfberechtigten sowie durch den Schulstempel bestätigt werden.

Sind bei einem Schulwechsel nicht alle fünf Bedingungen erfüllt und ist das Sportabzeichen daher noch nicht verliehen worden, wird es bei Erfüllung der letzten Bedingung der Schule zugerechnet, die zu diesem Zeitpunkt besucht wurde.

ORGANISATION

Der Sportabzeichen-Schulwettbewerb wird über den HSB organisiert. Die von den Schulen benötigten Prüfkarten und Urkunden werden nach Bestellung vom HSB versandt. Die Unterlagen müssen dem HSB bis zum **30. November 2009** mit dem Meldebogen wieder vorliegen.

PREISE

Der HSB stellt für den Sportabzeichen-Schulwettbewerb (Schülerinnen und Schüler ab Jahrgang 2001) in 5 Gruppen jeweils drei Sachpreise von 50,- Euro bis 150,- Euro zur Verfügung.

Gruppe 1: Schulen mit bis zu 180 Schülerinnen und Schülern

Gruppe 2: Schulen mit 181 bis 360 Schülerinnen und Schülern

Gruppe 3: Schulen mit 361 bis 650 Schülerinnen und Schülern

Gruppe 4: Schulen mit mehr als 650 Schülerinnen und Schülern

Gruppe 5: Sonderschulen/Förderschulen

Die Siegerehrung findet auf einer gemeinsamen Abschlussveranstaltung statt.



Orte, Termine und Ansprechpersonen

HINWEIS

Alle Sportanlagen stehen außer zu den jeweils angegebenen Zeiten, insbesondere während des Übungs- und Trainingsbetriebs von Vereinen, nicht für das Sportabzeichen zur Verfügung und dürfen auch nicht zum Training genutzt werden. Die Anweisungen der Sportabzeichen-Beauftragten sind zu befolgen.

BEHINDERTE

Auskunft:
Horst Martens, Lüttmoor 1
22175 Hamburg, Telefon 640 65 96

Sportplatz: Hammer Park, Hammer Steindamm 131,
ABNAHME: Mai bis September, Mi. 17-19 Uhr

BETRIEBSSPORTGEMEINSCHAFTEN

Auskunft:
Erich Baetke, Steilshooper Str. 246,
22307 Hamburg, Telefon 630 03 75

BUNDESWEHR

Auskunft:
Landeskommando Hamburg,
OLT (Oberleutnant) Dennis Glaser, Osdorfer Landstraße 365,
22589 Hamburg, Telefon 8 66 48-44 00
E-Mail: VBK10Soffz@Bundeswehr.org

FEUERWEHR

Auskunft:
Landesfeuerwehrschule Hamburg, Fachbereich Sport und Gesundheit,
Claus Lochmann, Bredowstraße 4,
22113 Hamburg, Telefon 428 51-45 92

POLIZEI

Auskunft:
Landespolizeischule Hamburg,
Christian Dede, Carl-Cohn-Straße 39,
22297 Hamburg, Telefon 428 66-82 32, Fax 428 66-82 98

SCHWIMMEN

STADTTEIL	SPORTABZEICHEN-BEAUFTRAGTE/R	TAG UND UHRZEIT
BLANKENESE Freibad Marienhöhe Luzerneweg 1-3 Halle Simrockstr. 45	Hermann Junge Vogt-Groth-Weg 67, 22609 Hamburg Tel. 80 41 85 / Fax 86 64 59 23 E-Mail: hermann.cc.junge@t-online.de	jeden Mo. ab 20.30 Uhr in der Halle Frühjahrs- und Herbstferien ab 20 Uhr und nach Vereinbarung, auch mit den Schwimmmeistern Telefon 86 01 79
EIDELSTEDT Poseidon-Bad Olloweg 51	SV Poseidon Telefon 570 55 22 Willi Steineckert Telefon/Fax 832 29 36	Mai bis September: nach Vereinbarung Training: Di. 19-20 Uhr (Gutschein Seite 19) nach Vereinbarung
FINKENWERDER Freibad Finksweg 82	Inge Behrens Benittstr. 26, 21129 Hamburg Telefon 742 61 43	nach Vereinbarung
HAMM Freibad Aschberg Rückersweg 2	Uwe Ahlf Telefon 219 14 25 Fax 219 54 44	nach Vereinbarung
HOHENFELDE Alsterschwimmhalle Ifflandstr. 21	Auskunft Telefon 22 30 12	nach Vereinbarung
LANGENHORN Kiwittsmoor Hohe Liedt 9	Thomas Schlünz Telefon 537 02 47, Fax 537 02 47 E-Mail: t.schlunz@mws-sport	Mai bis September: Mo. - Fr. 11-19 Uhr und nach Vereinbarung
NIENDORF Frei- und Hallenbad Bondenwald Friedrich-Ebert-Str. 71	Herr Fock, Telefon 551 86 29 Klaus Harder, Telefon 551 87 98	zu jeder Zeit und nach Vereinbarung

LEICHTATHLETIK

Bezirk Altona

BLANKENESE Sportplatz Dockenhuden Simrockstr. 62 / Schenefelder Landstraße 63	Hermann Junge Vogt-Groth-Weg 67, 22609 Hamburg Tel. 80 41 85 / Fax 86 64 59 23 E-Mail: hermann.cc.junge@t-online.de	Mai bis Sept.: jeden 1. und 3. Mi., ab 18.00 Uhr, So. 24.5./28.6./26.7./30.8./ 27.9./4.10., 10 Uhr Training: Di. 18 Uhr
---	--	---



DEUTSCHES SPORTABZEICHEN 2009

| www.deutsches-sportabzeichen.de |



Jede/r kann das Deutsche Sportabzeichen erwerben, auch wenn sie/er nicht Mitglied eines Sportvereins ist. Aus jeder der unten aufgeführten Gruppen (1-5) ist eine Übung nach Wahl auszuführen. Prüfungszeitraum ist das Kalenderjahr, in dem das angegebene Alter erreicht wird. Bei der ersten Verleihung wird immer das Sportabzeichen in BRONZE ausge-

geben. Kinder und Jugendliche erhalten bei der zweiten erfolgreichen Prüfung das Sportabzeichen Jugend in SILBER und bei der dritten erfolgreichen Prüfung in GOLD. Frauen und Männer erhalten nach der dritten erfolgreichen Prüfung das Sportabzeichen in SILBER und nach der fünften erfolgreichen Prüfung in GOLD. - Alle Landes-

sportbünde/-verbände mit ihren Sportvereinen und die Sportämter geben Auskunft, wo die Vorbereitungen auf das Sportabzeichen und die Prüfungen stattfinden. Weitere Auskünfte erteilen die regionalen Sportabzeichen-Beauftragten und die -Prüfer/innen. Die Tabelle gibt Aufschluss über die Leistungsanforderungen in den verschiedenen Altersklassen.

Table with columns: Gruppe, Übung, weibliche Jugend, männliche Jugend, Frauen, Männer. Rows include various sports like 50-m-Schwimmen, Hochsprung, Weitsprung, 50-m-Lauf, Kugel, etc.

Anmerkungen:

- 1) Weitere Angebote gibt es für trainierte Sportler/innen der betreffenden Sportart in Kanufahren, Rudern, Kegeln, Gewichtheben, Bankdrücken, Sportschießen und Eislaufen; über Einzelheiten (welche Sportart/Übung in welcher Klasse möglich ist, Art der Übung und Leistungsanforderung) informieren die Sportabzeichen-Prüfer/innen der betreffenden Sportart und die Sportorganisationen. Über das Sportschießen informiert ein gesondertes Fallblatt.
2) Die Prüfung kann in dieser Übung auch von Bewerbern/-innen aus den nächst höheren Altersklassen abgelegt werden; es ist dann die letztgenannte Leistungsanforderung zu erfüllen. Sportmediziner empfehlen allerdings, in den höheren Altersklassen diese Übung nicht mehr durchzuführen.
3) Die Bedingung in der Gruppe 2 oder 4 ist erfüllt, wenn die Ausführung mit „gekonnt“ bewertet wird und in Gruppe 4 außerdem die geforderten Elemente in einer Übung fließend aneinandergereiht geturnt werden.
4) In allen Altersklassen kann vom Balken oder aus einem Absprungraum (80 cm Breite) abgesprungen werden.
5) Männer mit 18 und 19 Jahren dürfen mit einer 6,00/6,25 kg Kugel stoßen.
6) ab 50 Jahre 10 Kilo Stein.
7) Altersklasse: 8/9 Jahre = 5 km, 10/11 und 12 Jahre = 10 km
8) Männer mit 18 Jahren dürfen 13:30 min. laufen

Stand: 2009

LEICHTATHLETIK

Bezirk Altona	SPORTABZEICHEN-BEAUFTRAGTE/R	TAG UND UHRZEIT
LURUP Jonny-Arfert-Sportplatz Flurstr. 7	Willi Steineckert Telefon/Fax 832 29 36 willi.steineckert@t-online.de	April bis September: Di. 18-20 Uhr
Bezirk Bergedorf		
ALLERMÖHE Sportanlage Neu-Allermöhe-Ost Henriette-Herz-Ring neben der Anton-Reé-Schule	Gisela Risse AllermöheWerftstegel 14, 21037 Hamburg Telefon 723 46 00	Mai bis September: jeden 3. Mi. ab 18 Uhr jeden 3. So. ab 10 Uhr auch 18. Okt.
WENTORF SC Wentorf Am Sportplatz 10	Olaf Kreienbring Hamburger Landstraße 27b, 21465 Wentorf Tel. 720 93 45 (priv.) Tel. 720 42 45 (Verein) sportabzeichen@sc-wentorf.de www.sc-wentorf.de	Mai bis September: Training/Abnahme: jeden Montag (auch in den Ferien) 18.30-20 Uhr und nach Vereinbarung
Bezirk Eimsbüttel		
EIDELSTEDT Sportzentrum Redingskamp 25	Bernhard Capell Roonstr. 10, 20253 Hamburg Telefon 420 02 52	27. April bis 5. Oktober: jeden 1. und 4. Mo. 17-19 Uhr
EIDELSTEDT Sportplatz Steinwiesenweg (Tartanbahn)	Bernhard Capell Roonstr. 10, 20253 Hamburg Telefon 420 02 52	27. April bis 5. Oktober: jeden 1. und 4. Mo. nach Vereinbarung 17-19 Uhr
EIMSBÜTTEL Sportplatz Sternschanze 4	Bernhard Capell Roonstr. 10, 20253 Hamburg Telefon 420 02 52	1. April bis 21. Oktober: Mi. 10-12 Uhr, insbesondere für Aufnahmeprüfung Uni/Bundeswehr/Polizei
NIENDORF Carl-Ohl-Kampfbahn Am Bondenwald 14 c Der Sportplatz liegt hinter dem Gymnasium und links vom Schwimmbad	Conrad Nibbe, Telefon 552 35 76 Manfred Schubert, Telefon 551 30 00, Mobil 0163/819 38 81 Klaus Harder, Telefon 551 87 98	jeden 1. und 3. Sonntag 3. Mai bis 4. Oktober: 10-12 Uhr, jeden 1. und 3. Mittwoch 6. Mai bis 16. September: 16.30-19 Uhr
SCHNELSEN Sportplatz Königskinderweg	Peter Hüttner Telefon 550 52 46	nach Vereinbarung
STELLINGEN Stellinger Stadion Sportplatzring 36 Eingang Basselweg	Helga Kühn Tierparkallee 27, 22527 Hamburg Telefon 54 18 82	Mai bis September: jeden Do. ab 17 Uhr nach Vereinbarung

Bezirk Harburg	SPORTABZEICHEN-BEAUFTRAGTE/R	TAG UND UHRZEIT
BUCHHOLZ Sportplatz Albert-Einstein-Gymnasium Buenser Weg	Horst Puls Wiesenstraße 45, 21244 Buchholz Telefon 041 81 / 313 09	Mai bis September: Mo. 17-19 Uhr (außer Schulferien)
BUXTEHUDE Jahnstadion An der Rennbahn	Gernot-Werner Marx in Fa. Peters (CPAG) Schanzenstr. 40, 21614 Buxtehude 0 40 / 49 91 27	April bis Oktober: Mi. ab 16.30 Uhr nach Vereinbarung
HARBURG Sportplatz Außenmühle Vinzenweg 18	Gerhard Grönboldt Marquardtweg 9e, 21217 Seevetal Telefon 041 05/48 48	15. Juli – 16. September: Mi. 18-19.30 Uhr und nach Vereinbarung
HEIMFELD Sportplatz Vahrenwinkelweg 39	Peter Schreiber Telefon 766 67 48 Erwin Aschmotat Beerentaltrift 106, 21077 Hamburg Telefon 792 43 19	Mai bis Oktober: jeden 2. Fr. 17-19 Uhr Mai bis September: jeden 2. und 4. Fr. 17-19 Uhr (außer Schulferien) Okt. nach Vereinbarung
HEIMFELD Sportplatz Rot-Gelb Ehestorfer Weg 79/ Lichtenauer Weg	TuS Harburg Peter Landahl Beerenberg 7, 21077 Hamburg Telefon 760 30 14 Geschäftsstelle Telefon 790 16 60	Mai bis Oktober: nach Vereinbarung
NEUGRABEN Sportplatz Opferberg Cuxhavener Str. 271 a	Reinhard Krischak Gebrüder-Grimm-Weg 28, 21614 Buxtehude Telefon 041 61/25 68	April bis September: Training: Di. 18-19.30 Uhr Abnahme: 5. Mai bis 29. September jeden 2. und 4. Di. auch in den Ferien
SINSTORF Sportplatz Scharfsche Schlucht	Horst Heyer Mergellstr. 13, 21073 Hamburg Telefon 766 46 37 Vertreter: Ronald Bartels Bremer Straße 149, 21073 Hamburg Telefon 76 10 26 31	Mai bis September: Do. 17.30-19 Uhr
WILHELMSBURG Sportplatz Dratelnstr.	Richard Kirchner Im Alten Gericht 2, 21109 Hamburg Telefon 754 29 85 Vertreter: Gerd Lemcke, Tel. 754 62 78	April bis Oktober: Mi. 16-18 Uhr Abnahme: jeden 2. Mi. nach Vereinbarung

LEICHTATHLETIK

Bezirk Harburg	SPORTABZEICHEN-BEAUFTRAGTE/R	TAG UND UHRZEIT
FINKENWERDER Uhlenhoff-Sportplatz Norderschulweg	Inge Behrens Benittstr. 26, 21129 Hamburg Telefon 742 61 43	Mo. 4.5./25.5./8.6./22.6./ 6.7./24.8./7.9./21.9. ab 16 Uhr
HAMM Sportplatz Hammer Park Hammer Steindamm 131	Martin Thadewaldt Bethesdastr. 43, 20535 Hamburg Telefon 250 56 35	Mai bis August: jeden 1. und 3. Mo., ab 17 Uhr September: jeden Mo., ab 17 Uhr
Bezirk Hamburg Nord		
BARMBEK Dulsberg-Süd Königshütter Str.	Horst Martens Narzissenweg 12, 22047 Hamburg Telefon 693 81 69	April bis September: Training/Abnahme: jeden 4. Mo. 17.30-19.30 Uhr
LANGENHORN Sportzentrum Oehleckerring Beckermannsweg 23	Klaus Schmidt Harksheider Str. 29, 22399 Hamburg Telefon 602 48 25 (ab 19 Uhr)	Mai bis September: jeden Di., ab 18 Uhr
WINTERHUDE Jahnkampfbahn Linninger 3	Erich Baetke, Telefon 630 03 75 Steilshooper Str. 246, 22307 Hamburg che.baetke@t-online.de Jens Witt, Telefon 631 62 71 Johann Alberts, Telefon 601 98 03	Mai bis September: jeden Di., ab 17 Uhr und nach Vereinbarung
Leichtathletikhalle Alsterdorf Krochmannstr. 55		Mo.-Fr. 12-16 Uhr nach Vereinbarung
Bezirk Wandsbek		
BERGSTEDT Sportanlage Volksdorfer Damm 69 (neue Anlage)	Gunda Saul Telefon 601 97 48	Di. 5.5./12.5./26.5. 9.6./23.6./14.7./25.8./1.9. ab 18 Uhr
BRAMFELD Sportanlage Ellernreihe 88	Brigitte v. Hielmcrone Ahornstr. 19, 22043 Hamburg Telefon 656 42 55 oder Uwe Weiershausen, Telefon 603 00 17	Mai bis September: jeden Mo. 18-20 Uhr
FARMSÉN Sportplatz SC Condor Berner Heerweg 188	Dietrich Peschke, Telefon 605 51 53	Mai, Juni, August: jeden Mi. 17-19 Uhr und nach Vereinbarung
OHLSTEDT Sportplatz Sthamerstr. 30	Antje Surenbrock Reesbrook 8, 22395 Hamburg Telefon 604 82 22	Mai bis September: jeden Mo. 18-19.30 Uhr und nach Vereinbarung
POPPENBÜTTEL Sportplatz Büitenkoppel 1	Herbert Schacht Pfefferkrug 34, 22397 Hamburg Telefon 608 01 30, Fax 35 96 60 96 Herbert.Schacht@ihr-geld.de	Mai bis September: jeden Mi. ab 18 Uhr und nach Vereinbarung

STADTTEIL	SPORTABZEICHEN-BEAUFTRAGTE/R	TAG UND UHRZEIT
RAHLSTEDT Sportplatz Scharbeutzer Str. 25	Franz Schuldt Telefon 640 56 59	Mai bis September: jeden 1. und 3. Mo. um 18 Uhr
WANDBSEK Sportplatz Oldenfelde Berner Heerweg 190	Konrad Siegel, Telefon 656 51 83 K_Siegel@gmx.de Vertreter: Uwe Harms, Telefon 644 66 38	Mai bis September: Mo. 17.30-20 Uhr
WANDBSEK Sportplatz Bekkamp Bekkamp 25	Erika Fedder (Geschäftsstelle) Mobil 0178/506 13 36 Vertreter: Manfred Lüder, Telefon 500 04 30	Juli bis September: Mo. ab 17 Uhr
WELLINGSBÜTTEL Sportplatz Waldingstr. Anfahrt über: Am Pfeilshof 16	Gerd Borchert Kätnerweg 25 g, 22393 Hamburg Telefon 640 67 56	4. Mai bis 5. Oktober: Mo. 17-19 Uhr, Training/Abnahme für Nordic-Walking und Schwimmen auf Anfrage!

RADFAHREN

BERGEDORF Curslacke Heerweg BAB 25 – AS Hamburg- Curslack (gegenüber Top-Fit Sportcenter)	Gisela Risse Allermöher Werftstegel 14, 21037 Hamburg, Telefon 723 46 00 Strecke: Curslacke Heerweg – Heinrich-Stubbe-Weg – Kirchenheerweg bis Zollenspieker (Elbfähre) und zurück	Mai bis Oktober: jeden 1. So. Start: 9 Uhr – auch Gruppe 3 300 bzw. 500 m Radfahren möglich
FINKENWERDER Parkplatz „Bremer“ DASA Neßkatenweg	Inge Behrens Benittstraße 26, 21129 Hamburg Telefon 742 61 43 Strecke: Finkenwerder – Neuenfelder Haupt- deich – Jork – Kohlenhusen und zurück	So. 19.4. und 30.8. Start: 9 Uhr
NEUGRABEN Francoper Straße/ Neuwiedenthaler Str.	Reinhard Krischak Gebrüder-Grimm-Weg 28, 21614 Buxtehude, Telefon 041 61-25 68 Strecke: Francoper Str. / Ecke Neuwieden- thaler Str. – Neuenfelder Hinterdeich – Neuwulmstorfer Bahnhofstraße – Ortsteil Rübke – Buxtehuder Straße bis Hausnummer 64 und zurück	nach Vereinbarung
RISSEN-KLÖVENSTEEN Treffpunkt Klövensteen „Pony-Waldschänke“ Babenwischenweg 28	Hermann Junge, Telefon 80 41 85 Vogt-Groth-Weg 67, 22609 Hamburg Fax 86 64 59 23 E-Mail: hermann.cc.junge@t-online.de Strecke (2,5 Runden): Start Ellernholt – Feldweg 65 – Feldweg 90 – Waldschänke – Klövensteenweg – Feldweg 83 – Feldweg 81 – Schlankweg – Ohlnhof – Ziel „Waldschänke“	Sa. 23.5./27.6./29.8./26.9. Start: 9 Uhr

RADFAHREN

STADTTEIL	SPORTABZEICHEN-BEAUFTRAGTE/R	TAG UND UHRZEIT
RADE/TANGSTEDT Rader Weg Parkplatz Wulksfelder Weg	TSC Wellingsbüttel Kurt Ehlers, Telefon 64 94 09 65 petermueller5@alice-dsl.de Strecke: Rundkurs, der dreimal zu durch- fahren ist: Rader Weg – Ehlersberger Weg – Wulksfelder Weg	Mai bis Oktober: nach Vereinbarung
SCHNELSEN Parkplatz der Fa. Stulz Holst. Chaussee 283	Conrad Nibbe, Telefon 552 35 76 Manfred Schubert, Telefon 551 30 00 Mobil 0163/819 38 81 Klaus Harder, Telefon 551 87 98 Strecke: Schnelsen – Quickborn – Schnelsen	Sa. 20.6./18.7./19.9. Start: 14 Uhr
WILHELMSBURG Stillhorner Weg 40 Hotel Le Méridien-Rückseite	Richard Kirchner Im Alten Gericht 2, 21109 Hamburg Telefon 754 29 85	nach Vereinbarung

TURNEN

BILLSTEDT Schule Bonhoefferstraße 13	Rosemarie und Wolfgang Steingruber Fanny-Lewald-Ring 24, 21035 Hamburg Telefon 735 12 38	nach Vereinbarung
HEIMFELD Turnhalle Petersweg	Peter Schreiber, Telefon 766 67 48 Hinzeweg 4, 21075 Hamburg	Di. ab 20.15 Uhr (außer Schulferien)
NEU ALLERMÖHE Anton-Reé-Schule Ebner-Eschenbach-Weg 43	Gisela Risse Allermöher Werftstegel 14, 21037 Hamburg Telefon 723 46 00	nach Vereinbarung
NIENDORF Turnhalle Moorflagen Wagrienweg 18	Heidi Koppruch Telefon 041 01/351 47	Mo. ab 20 Uhr bitte nach telefonischer Anmeldung

SCHIESSSPORT

BAHRENFELD Schießanlage Wichmannstr. 29	Atonaer Schützengilde v. 1639 e.v. Michael Weber Lüdersring 25, 22547 Hamburg Telefon 0177/373 17 73 oder Hamburger Sportschützen v. 1963 e.V. Karl-Heinz Dietzmann, Tel. 0171/280 50 50 E-Mail: Dietzmann-Hamburg@t-online.de	Mi. ab 17 Uhr Do. ab 19.30 Uhr
--	--	---

STADTTEIL	SPORTABZEICHEN-BEAUFTRAGTE/R	TAG UND UHRZEIT
BERGEDORF Schießanlage im Bergedorfer Gehölz/ Reinbeker Weg 83	Bergedorfer Schützengesellsch. v. 1848 e.V. Peter Rehan Wehrdeich 7, 21035 Hamburg Tel. 738 00 00, Mobil 0162/325 20 20	nach Vereinbarung
RAHLSTEDT Schießanlage Schützenhof Rahlstedt Hüllenkoppel 56	Schützengilde von Meiendorf e.V. Werner Schumacher Gastkamp 1, 22145 Hamburg Telefon 678 84 99 oder Schützenverein Rahlstedt Jörg Rusch, Telefon 647 47 43	nach Vereinbarung
REINBEK Loddenallee 4	Reinbeker Schützenverein Klaus Smukal Loddenallee 4, 21465 Reinbek Telefon 722 89 65	Do. 19.30-21 Uhr und nach Vereinbarung
SASEL Schießstand Schützenhof Berner Au Meiendorfer Weg	Saseler Schützenverein Peter Müller Telefon 602 58 96 E-mail: petermueller@Alice-dsl.de	Do. von 19-21 Uhr (nicht in den Schulferien)
WANDSBEK Hammer Str. 58 (zwischen den Bahngleisen)	Wandsbeker Schützengilde e.V. v. 1637 Jens Behrens Telefon 68 63 63	Fr. 17-22 Uhr

BOGENSCHIESSEN

BLANKENESE Alte Sporthalle des Gymnasium Blankenese Oesterley-/Sibbertstr.	Andreas Fläschner Caren Reinecke Telefon 870 50 94	Mai bis September: nur nach Vereinbarung Fr. 19-21 Uhr
--	--	--

INLINE-SKATING

WILHELMSBURG Stillhorner Weg 40 Hotel Le Méridien-Rückseite	Richard Kirchner Im Alten Gericht 2, 21109 Hamburg Telefon 754 29 85	nach Vereinbarung
--	--	-------------------

KANU / RUDERN

ALLERMÖHE Leistungszentrum Rudern/Kanu Am Wasserpark Dove-Elbe Allermöher Deich	Klaus Lehmann Friedrichshulder Weg 29 A 25469 Halstenbek Tel. 041 01/78 09 01 E-Mail: vorsitzender@RDE-Hamburg.de	nach Vereinbarung
WANDSBEK Bootshaus RV Wandsbek Alsterkrugchaussee 224	Markus Delfs Mobil 0162/655 13 75	nur Rudern nach Vereinbarung

KEGELN

STADTEIL	SPORTABZEICHEN-BEAUFTRAGTE/R	TAG UND UHRZEIT
EIDELSTEDT Sportzentrum Redingskamp 25	Rolf Siefke Lämmersieth 31, 22305 Hamburg Telefon 691 11 61, kegelrol@aol.com	nach Vereinbarung

WANDERN / WALKING / NORDIC-WALKING

BERGEDORF	Gisela Risse Allermöher Werftstegel 14, 21037 Hamburg Telefon 723 46 00	nach Vereinbarung
FINKENWERDER Uhlenhoff-Sportplatz Norderschulweg	Inge Behrens Benittstraße 26, 21129 Hamburg Telefon 742 61 43	nach Vereinbarung
LANGENHORN Sportzentrum Oehleckerring Beckersmannweg 23	Ursula Bülow Puttwiese 24, 22415 Hamburg Telefon 532 37 00	nach Vereinbarung (ganzjährig) Anfahrt über Oehleckerring
ÖJENDORF Sportpark Koolbargenredder 35	Bernhard Schnepf Dorfstraße 13, 22113 Oststeinbek Telefon 739 49 28, Fax 730 40 79 E-Mail: ski@ghb-hamburg.de	nach Vereinbarung
OHLSTEDT Schule Am Walde Kupferredder 12	Antje Surenbrock Telefon 604 82 22	nach Vereinbarung
WANDSBEK Sportplatz Oldenfelde Berner Heerweg 190	Konrad Siegel Telefon 656 51 83 E-Mail: K_Siegel@gmx.de	nach Vereinbarung

GEWICHTHEBEN / BANKDRÜCKEN

ALTONA Polizei-Sporthalle Haubachstraße 62	Helmut Ewerbeck Emil-Janßen-Str. 32, 22307 Hamburg Telefon 691 67 71	Di. + Fr. 18-19 Uhr
BARMBEK Leistungszentrum HH Osterbekstr. 96	Frank Schönrock, BKS Hamburg e.V. Hamburger Gewichtheberverband e.V. Neurahlstedter Graben 20, 22143 Hamburg Tel. 229 01 63 (p), Tel. 41 09 15 94 (Verein) Fax 41 09 15 95, BKSVSchoenrock@t-online.de	Mo., Mi. und Fr. 18-21.30 Uhr
	Wolfgang Woelky Telefon 522 27 94	Mo. und Mi. 15-18 Uhr

Ich will gewinnen

NA LOS!

Nur wer spielt, kann gewinnen. Die GlücksSpirale bietet Ihnen die Chance auf **7000 Euro mehr im Monat, ein Leben lang**. Gleichmäßig und stetig. Sie mit jedem Los den deutschen Sport – und oben in ein Gewinn für alle.

GlücksSpirale
Für ein Morgen ohne Sorgen.

GUTSCHEIN

SV Poseidon Hamburg e.V.

Gutschein über eine **zweimalige Ermäßigung von je Euro 1,- auf den normalen Eintrittspreis zum Besuch des vereinseigenen Bades Olloweg 51, 22527 Hamburg (Eidelstedt)**

Gültig: 2009
Montag bis Freitag
für Sportabzeichen-
training und Abnahme.
Bitte DSA-Prüfkarte vorlegen!

GUTSCHEIN

SV Poseidon Hamburg e.V.

Gutschein über eine **zweimalige Ermäßigung von je Euro 1,- auf den normalen Eintrittspreis zum Besuch des vereinseigenen Bades Olloweg 51, 22527 Hamburg (Eidelstedt)**

Gültig: 2009
Montag bis Freitag
für Sportabzeichen-
training und Abnahme.
Bitte DSA-Prüfkarte vorlegen!



„Ich muss dringend etwas für meine Gesundheit tun“

Bewegungs-Angebote erhalten Sie unter
www.sportprogesundheit.de oder
Tel. 040 / 419 08-111, Hamburger Sportbund

Viele Krankenkassen beteiligen sich an den Kurskosten.

Info-Telefon des HSB



**Sie haben Lust auf mehr
Bewegung? Rufen Sie uns an!**

Das HSB-Info-Telefon informiert Sie kostenlos über Sport- und Bewegungsmöglichkeiten in Ihrem Stadtteil. Über 7.500 mal Gesundheit, Bewegung und Sport haben wir für Sie im Angebot.

Wählen Sie 040 / 419 08-111.



Hamburger Sportbund