



Sportabzeichen Treff

Wir laden ein alle:

- Familien**, die sich gemeinsam einer sportlichen Herausforderung stellen möchten
- Aktive Sportler**, die ihre Leistungsfähigkeit überprüfen möchten
- Couch Potatoes**, die endlich aktiv werden wollen
- Corona Träge**, die wieder Gesellschaft erleben möchten
- Betriebe und Institutionen**, denen die Gesundheit der Mitarbeiter am Herzen liegt und **alle** anderen, die einfach einen bewegten Tag verbringen möchten

mit uns zu rennen, springen, werfen, hüpfen, schwitzen, lachen, anzufeuern

Geprüft werden die motorischen Grundfertigkeiten Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination. Es muss jeweils eine Aufgabe bewältigt werden. Es kann aus verschiedenen Übungen ausgewählt werden. Je nach Leistungsniveau wird das Sportabzeichen Bronze, Silber oder Gold verliehen. Die Disziplinen müssen innerhalb eines Kalenderjahres absolviert werden. Es bleibt also Zeit zum Üben und Verbessern. Die genauen Anforderungen findet ihr unter www.deutsches-sportabzeichen.de. Das Deutsche Sportabzeichen ist ein messbarer Nachweis für die vielseitige körperliche Leistungsfähigkeit und wirkt sich positiv beim Schulsport oder bei Bewerbungen aus.

Also, ob Couchpotatoe oder Fitnesscrack: Rein in die Sportschuhe und mitgemacht beim Deutschen Sportabzeichen



Termine samstags nach Absprache

Uhrzeit: ab 11:00

**Ort: Sportplatz im Schulzentrum
Kümbdcher Hohl 17, Simmern**

**Anmeldung: Corine 0175 4066462
mail: hapkidohunsrueck@gmail.com**

Weitere Infos: www.hapkido-hunsrueck.de

