

Deutsches Fünfkampfabzeichen

Das Deutsche Fünfkampfabzeichen gibt es in folgenden Wertungsklassen:

Kinder bis 12 Jahre

Jugendliche von 13 bis 17 Jahren

Erwachsene

Abnahmeberechtigt sind alle Trainer und Übungsleiter in Sportvereinen im Bereich des DOSB und Lehrer im Rahmen des Schulunterrichtes.

Die Urkunden können bei der Geschäftsstelle des Landesverbandes für Modernen Fünfkampf NRW gegen einen Kostenbeitrag von 0,50 Euro pro Stück zzgl. Portokosten bestellt werden.

Anerkennung für das Deutsche Sportabzeichen des DOSB: Im Jahr der Ausstellung wird das Deutsche Fünfkampfabzeichen vom Deutschen Olympischen Sportbund als Prüfung in der Disziplingruppe Ausdauer des Deutschen Sportabzeichens anerkannt.

Die Bedingungen



Deutsches Fünfkampfabzeichen für Kinder bis 12 Jahre:

Bronze:

- 50 m Schwimmen in max. 1:30 Minuten
- 800 m Laufen in max. 6:00 Minuten

Silber:

- 50 m Schwimmen in max. 1:15 Minuten
- 800 m Laufen in max. 5:00 Minuten

Gold:

- 50 m Schwimmen in max. 1:00 Minute
- 800 m Laufen in max. 4:00 Minuten

Deutsches Fünfkampfabzeichen in Bronze	Deutsches Fünfkampfabzeichen in Silber	Deutsches Fünfkampfabzeichen in Gold
		
Folgende Leistungen wurden erfüllt:	Folgende Leistungen wurden erfüllt:	Folgende Leistungen wurden erfüllt:
100 m Schwimmen in max. 2:00 Min. (Mädchen und Jungen)	100 m Schwimmen in max. 1:30 Min. (Mädchen) / 1:45 Min. (Jungen)	100 m Schwimmen in max. 1:40 Min. (Mädchen) / 1:30 Min. (Jungen)
Erreichte Zeit: _____	Erreichte Zeit: _____	Erreichte Zeit: _____
2.000 m Laufen in max. 10:00 Min. (Mädchen und Jungen)	2.000 m Laufen in max. 9:30 Min. (Mädchen) / 9:00 Min. (Jungen)	2.000 m Laufen in max. 8:50 Min. (Mädchen) / 8:15 Min. (Jungen)
Erreichte Zeit: _____	Erreichte Zeit: _____	Erreichte Zeit: _____
Ort, Datum: _____	Ort, Datum: _____	Ort, Datum: _____
Stempel: _____	Stempel: _____	Stempel: _____
Prüfer: _____	Prüfer: _____	Prüfer: _____

Deutsches Fünfkampfabzeichen für Jugendliche von 13 bis 17 Jahren:

Bronze:

- 100 m Schwimmen in max. 2:00 Minuten
- 2000 m Laufen in max. 10:00 Minuten

Silber:

- 100 m Schwimmen in max. 1:50 Minuten (Mädchen) / max. 1:45 Minuten (Jungen)
- 2000 m Laufen in max. 9:30 Minuten (Mädchen) / max. 9:00 Minuten (Jungen)

Gold:

- 100 m Schwimmen in max. 1:40 Minuten (Mädchen) / max. 1:30 Minuten (Jungen)
- 2000 m Laufen in max. 8:50 Minuten (Mädchen) / max. 8:15 Minuten (Jungen)

Deutsches Fünfkampfabzeichen in Bronze	Deutsches Fünfkampfabzeichen in Silber	Deutsches Fünfkampfabzeichen in Gold
		
Folgende Leistungen wurden erfüllt:	Folgende Leistungen wurden erfüllt:	Folgende Leistungen wurden erfüllt:
500 m Schwimmen in max. 8:00 Min. (Frauen)	500 m Schwimmen in max. 5:15 Min. (Frauen)	500 m Schwimmen in max. 4:30 Min. (Frauen)
500 m Schwimmen in max. 5:30 Min. (Männer)	500 m Schwimmen in max. 4:45 Min. (Männer)	500 m Schwimmen in max. 4:00 Min. (Männer)
Erreichte Zeit: _____	Erreichte Zeit: _____	Erreichte Zeit: _____
2.000 m Laufen in max. 12:00 Min. (Frauen)	2.000 m Laufen in max. 11:50 Min. (Frauen)	2.000 m Laufen in max. 11:00 Min. (Frauen)
3.000 m Laufen in max. 14:00 Min. (Männer)	3.000 m Laufen in max. 13:50 Min. (Männer)	3.000 m Laufen in max. 13:30 Min. (Männer)
Erreichte Zeit: _____	Erreichte Zeit: _____	Erreichte Zeit: _____
Ort, Datum: _____	Ort, Datum: _____	Ort, Datum: _____
Stempel: _____	Stempel: _____	Stempel: _____
Prüfer: _____	Prüfer: _____	Prüfer: _____

Deutsches Fünfkampfabzeichen für Erwachsene

Bronze:

- 200 m Schwimmen in max. 6:00 Minuten für Frauen/ in max. 5:30 Minuten für Männer
- 2000 m Laufen in max. 12:00 Minuten für Frauen
- 3000 m Laufen in max. 14:00 Minuten für Männer

Silber:

- 200 m Schwimmen in max. 5:15 Minuten für Frauen/ in max. 4:45 Minuten für Männer
- 2000 m Laufen in max. 11:30 Minuten für Frauen
- 3000 m Laufen in max. 13:30 Minuten für Männer

Gold:

- 200 m Schwimmen in max. 4:30 Minuten für Frauen/ in max. 4:00 Minuten für Männer
- 2000 m Laufen in max. 11:00 Minuten für Frauen
- 3000 m Laufen in max. 12:30 Minuten für Männer