

Nachname:	Vorname:	·
Alter, das im Kalenderjahr erreicht wird:	Jahre	Jahr der Prüfung: 20

## **Trainingsplaner 2019**

	Übung	Meine zu erbringenden Leistungen (s. Leistungskatalog) Bronze / Silber / Gold	Datum	Wert												
Ausdauer	Laufen															
	10 km Lauf															
	Dauer- / Geländelauf															
	7,5 km Walking / Nordic Walking															
	Schwimmen															
	Radfahren															
	Schlagball / Wurfball															
يد	Medizinball															
Kraft	Kugelstoßen															
	Steinstoßen															
	Standweitsprung															
Schnelligkeit	Laufen															
	Schwimmen															
	Radfahren															
Koordination	Hochsprung															
	Weitsprung															
	Zonenweitsprung Punkte															
	Drehwurf Punkte															
	Schleuderball															
	Seilspringen Übung:															

Die auf dem Trainingsplaner erfassten personenbezogenen Daten können für Durchführung und Verleihung des Deutschen Sportabzeichens verarbeitet werden, wobei nur das Vorlegen des Trainingsplaners für eine Verleihung nicht ausreicht. Verantwortlicher ist der jeweilige Veranstalter des Deutschen Sportabzeichens (z.B. DOSB, LSB, Kreis-/Stadtsportbund oder Verein). Weitere Informationen erhalten Sie von Ihrem Landessportbund oder vom DOSB. Die Hinweise zum Datenschutz können Sie jederzeit im Internet unter www.deutsches-sportabzeichen.de/service/materialien/?Beiblatt=#akkordeon-15332 abrufen. Gerne stellt Ihnen der Verantwortliche diese auch auf Anfrage in Textform (z.B. als E-Mail, Ausdruck) zur Verfügung.