

## Bayerisches Sport-Leistungs-Abzeichen

*Wir machen es, wir schaffen es, wir sind fit*

In Bayern kann neben dem Deutschen Sportabzeichen auch das Bayerische Sport-Leistungs-Abzeichen erworben werden, das einen besonderen Fitness-Test für Erwachsene ab 18 Jahre darstellt.

Es sind drei Leistungsstufen vorgesehen. Je nach Höhe der erzielten Leistung wird das Abzeichen einmal im Jahr, entweder in Bronze, Silber oder Gold verliehen, wenn die Leistung innerhalb eines Kalenderjahres in allen 5 Gruppen erreicht wird.

Es wird darauf hingewiesen, dass die Bedingungen für das Deutsche Sportabzeichen und das Bayerische Sport-Leistungs-Abzeichen getrennt erfüllt werden müssen, ein Koppeln ist nicht statthaft. Aus untenstehenden Hauptgruppen ist je eine Übung nach Wahl verschiedener Art zu erfüllen:

Gruppe I:	Schwimmen, 100m
Gruppe II:	Sprungübungen, turnerischer u. sportlicher Art
Gruppe III:	Laufen, 50m, 100m, 400m, 1000m, Inline-Skating, Radfahren
Gruppe IV:	Kraft- und Geschwindigkeitsübungen
Gruppe V:	Ausdauerübungen verschiedener Art

In allen Klassen der Männer und Frauen soll der wiederholte erfolgreiche Erwerb des SLA eine besondere Anerkennung finden. Nach fünfmaligem Erwerben des Abzeichens in Bronze wird die Berechtigung zum Tragen des Abzeichens in Silber erteilt; das gleiche gilt für das Abzeichen in Gold nach fünfmaligem Erreichen des Silberabzeichens.

Die erbrachten Leistungen der einzelnen Gruppen können bei den verschiedenen Abzeichen mit erzielten Sonderleistungen einmal ausgeglichen werden.

Beispiel: Erzielt der Goldabzeichen-Anwärter eine Sonderleistung in einer Gruppe, so kann er damit eine „Silber-Leistung“ einer anderen Gruppe ausgleichen. Er erhält somit das SLA in Gold. Eine Sonderleistung wird als solche gewertet, wenn der Sportler beispielsweise die Gold-

leistung zuzüglich bzw. abzüglich der Differenz zwischen Gold- und Silberleistung erreicht. Die selbe Regelung gilt für den Erwerb des Silberabzeichens. Bronzeleistung muß in allen Fällen erreicht werden.

Beim SLA sind keine gesonderten Behinderten-Bedingungen ausgeschrieben.

Nachträgliche Verleihungen bzw. Bestätigungen sind bis zum Ablauf von drei Kalenderjahren nach dem Jahr der Prüfung möglich. Hinsichtlich der Zulassung der Prüfer, der Durchführung der Prüfungen, der Anwendung der Bestimmungen und fachlichen Regeln, gilt, soweit keine bayerische Regelung besteht, der Prüfungswegweiser des DOSB analog.

Das Sport-Leistungs-Abzeichen in Gold mit Zahl 5, 10, 15 usw. erwirbt, wer

1. die entsprechende Anzahl der bestätigten Verleihungsurkunden in Gold vorlegen kann oder
2. das 50. Lebensjahr (Frauen das 40.) vollendet hat und das SLA in Gold mindestens einmal abgelegt hat. Alle bisherigen und weiteren Verleihungen, auch in Bronze und Silber, werden dann für die entsprechende Zahl mit anerkannt.

Gebührensätze und Bestellung		EURO
Bearbeitungsgebühr einschließlich Anstecknadel	à	3,00
Bearbeitungsgebühr Gold mit Zahl einschließlich Anstecknadel (Gold)	à	5,00
Bearbeitungskosten des Wiederholungszeugnisses	à	1,50
- Anstecknadeln	à	1,00
- Kleinstabzeichen - Bronze, Silber	à	1,50
- Kleinstabzeichen - Gold	à	2,00
- Großabzeichen - Bronze, Silber	à	3,50
- Großabzeichen - Gold	à	5,50
- Anstecknadeln mit Zahl - Gold	à	3,00
- Kleinstabzeichen mit Zahl - Gold	à	2,50
- Großabzeichen mit Zahl - Gold	à	6,00
zuzüglich Versandkosten		

Beim Sportabzeichen mit Zahl sind die letzten 5 Urkunden einzusenden.

Anfragen wegen des Prüfungs- und Verleihungswesens, Lieferung verlorener Urkunden und Bestellungen von Abzeichen, sind in Bayern an die nachstehenden Sportabzeichenstellen zu richten

### BLSV-Geschäftsstellen:

#### BLSV-Geschäftsstelle Oberbayern

Georg-Brauchle-Ring 93  
80992 München  
Tel.: (089) 1 57 02-210  
E-Mail: geschaeftsstelle@blsv-obb.de

#### BLSV-Geschäftsstelle Niederbayern

Stadionstraße 50  
84130 Dingolfing  
Tel.: (08731) 52 01  
E-Mail: blsv-ndb@t-online.de

#### BLSV-Geschäftsstelle Oberpfalz

Kumpfmühler Straße 6  
93047 Regensburg  
Tel.: (0941) 29 72 611  
E-Mail: geschaeftsstelle@BLSV-Oberpfalz.de

#### BLSV-Geschäftsstelle Oberfranken

Sophienstraße 28  
95444 Bayreuth  
Tel.: (0921) 6 67 72  
E-Mail: BLSV-Oberfranken@t-online.de

#### BLSV-Geschäftsstelle Mittelfranken

Schweinauer Hauptstraße 38  
90441 Nürnberg  
Tel.: (0911) 53 87 44  
E-Mail: service@blsv-mfr.de

#### BLSV-Geschäftsstelle Unterfranken

Friedrich-Ebert-Ring 27 c  
97072 Würzburg  
Tel.: (0931) 880 74 633  
E-Mail: geschaeftsstelle@blsv-ufr.de

#### BLSV-Geschäftsstelle Schwaben

Neuhäuserstraße 1  
86154 Augsburg  
Tel.: (0821) 42 66 11  
E-Mail: geschaeftsstelle@blsv-schwaben.de

### Bayerischer Landes-Sportverband e.V.

Georg-Brauchle-Ring 93, 80992 München  
Tel. (089) 157 02-0, www.blsv.de



# Bayerisches Sport-Leistungs-Abzeichen



# Bayerisches Sport-Leistungs-Abzeichen für Frauen ab 01.01.2007

		ab 18	ab 30	ab 40	ab 45	ab 50	ab 55	ab 60	ab 65	ab 70	ab 75	ab 80	
		Br	Sl	Go	Br	Sl	Go	Br	Sl	Go	Br	Sl	Go
Gr.	Schwimmen	100m	100m	100m	100m	100m	100m	100m	100m	100m	100m	100m	
I	Hochsprung	3:20	2:55	2:30	3:45	3:15	2:45	4:15	3:45	3:15	4:30	4:00	3:30
Gr.	Weitsprung 1)	11,0	1,20	1,30	1,05	1,15	1,25	1,00	1,05	1,10	0,95	1,00	
II	Weitsprung 2)	3,50	3,90	4,30	3,25	3,55	3,85	3,00	3,30	3,60	2,90	3,20	
	Standweitsprung	-	-	-	-	-	-	1,60	1,70	1,80	1,50	1,65	
Gr.	Turnen * 2)	Sp 2	Sp 3	Sp 4	Sp 1	Sp 2	Sp 3	Sp 7	Sp 8	Sp 9	Sp 6	Sp 7	
III	Laufen	-	-	-	-	-	-	9,2	9,0	8,8	9,7	9,5	
	100m	100m	100m	100m	100m	100m	100m	100m	100m	100m	100m	100m	
	400m	400m	400m	400m	400m	400m	400m	400m	400m	400m	400m	400m	
	1400	1:30	1:20	1:50	1:40	1:30	2:00	1:50	1:40	2:10	2:00	1:50	
	Radfahren 300m mit fliegendem Start												
	Inline-Skating	300m	300m	300m	300m	300m	300m	300m	300m	300m	300m	300m	
Gr.	Kugel	0:47	0:46	0:45	0:48	0:47	0:46	0:49	0:47	0:46	0:48	0:47	
IV	Schleuderball	4kg	4kg	4kg	4kg	4kg	4kg	3kg	3kg	3kg	3kg	3kg	
	1kg	1kg	1kg	1kg	1kg	1kg	1kg	1kg	1kg	1kg	1kg	1kg	
	27	29	31	25	27	29	24	26	28	23	25	27	
	Wurfball 200g	27	29	31	25	27	29	24	26	28	23	25	
	Schwimmen	200m	200m	200m	200m	200m	200m	200m	200m	200m	200m	200m	
Gr.	Schwimmen	500m	500m	500m	500m	500m	500m	500m	500m	500m	500m	500m	
V	Laufen	15:30	14:45	14:00	11:15	10:30	9:45	12:00	11:15	10:30	12:30	11:45	
	1000m	1000m	1000m	1000m	1000m	1000m	1000m	1000m	1000m	1000m	1000m	1000m	
	6:00	5:30	5:00	6:25	5:55	5:25	6:40	6:10	5:40	7:00	6:30	6:00	
	Radfahren	10km	10km	10km	10km	10km	10km	10km	10km	10km	10km	10km	
	3000	28:30	27:00	24:00	32:30	31:00	35:00	33:30	32:00	38:00	36:30	35:00	
	Skilanglauf	10km	10km	10km	10km	10km	10km	10km	10km	10km	10km	10km	
	54:00	51:00	48:00	57:00	55:00	52:00	59:00	57:00	54:00	61:00	59:00	57:00	
	Inline-Skating	5000m	5000m	5000m	5000m	5000m	5000m	5000m	5000m	5000m	5000m	5000m	
	16:30	16:00	15:30	17:00	16:30	16:00	17:30	17:00	16:30	19:00	18:30	18:00	
	7-Km-Walking	61:00	59:30	58:00	64:00	62:30	61:00	67:00	65:30	64:00	70:00	68:30	
	10-Km-Wandern												
	* Erläuterung: Gr.II 2)	Sp 1	Bock/Pferd seit: 1,00m Sprunghocke	Sp 3	Pferd seit: 1,20m Sprunghocke/Sprunggrätsche	Sp 5	Kasten seit: 0,70m Aufhocken mit 1/4 Drehung, Niedersprung	Sp 7	Kasten längs: 1,10m Aufhocken, Hockwende	Sp 9	Pferd seit: 1,00m Sprunghocke		
	Bock-, Kasten-, bzw. Pferdsprung	Sp 2	Kasten/Pferd seit: 1,00m Sprunghocke/ Sprunghocke	Sp 4	Pferd seit: 1,20m Handstütz-Sprunggrätsche	Sp 6	Kasten seit: 0,70m Hockwende	Sp 8	Bock seit: 1,00 - 1,20m Sprunghocke				

1) In allen Altersklassen kann vom Balken oder aus einem Absprungraum (80cm Breite) abgesprungen werden.

2) Der jeweilige Sprung muss in einem Bewegungsablauf über das Gerät ausgeführt werden. Für eine Sonderleistung für das goldene SLA ist das Gerät der zutreffenden Golddisziplin um 10cm zu erhöhen.

1) Männer mit 18 und 19 Jahren dürfen mit einer 6,00/6,25kg Kugel stoßen; 2) In allen Altersklassen kann vom Balken oder aus einem Absprungraum (80cm Breite) abgesprungen werden.

3) Männer mit 18 Jahren dürfen 3000m in 13:30 (Bronze), 12:30 (Silber) und 11:30 (Gold) laufen; 4) ab 18 Jahre 15 Kilo Stein, ab 50 Jahre 10 Kilo Stein (80cm Breite) abgesprungen werden.

5) Der jeweilige Sprung muss in einem Bewegungsablauf über das Gerät ausgeführt werden. Für eine Sonderleistung für das goldene SLA ist das Gerät der zutreffenden Golddisziplin um 10cm zu erhöhen.

		ab 18	ab 30	ab 40	ab 45	ab 50	ab 55	ab 60	ab 65	ab 70	ab 75	ab 80	
		Br	Sl	Go	Br	Sl	Go	Br	Sl	Go	Br	Sl	Go
Gr.	Schwimmen	100m	100m	100m	100m	100m	100m	100m	100m	100m	100m	100m	
I	Hochsprung	2:35	2:10	1:45	3:00	2:30	2:00	3:30	3:00	2:30	4:15	3:30	
Gr.	Weitsprung 2)	1,35	1,45	1,55	1,30	1,40	1,50	1,25	1,35	1,45	1,15	1,25	
II	Weitsprung 1)	4,50	4,90	5,30	4,30	4,70	5,10	4,20	4,60	5,00	4,30	4,70	
	Standweitsprung	-	-	-	-	-	-	2,00	2,15	2,30	1,90	2,05	
Gr.	Turnen * 5)	Sp 3	Sp 4	Sp 5	Sp 2	Sp 3	Sp 4	Sp 1	Sp 2	Sp 3	Sp 1	Sp 2	
III	Laufen	13,6	13,1	12,6	14,0	13,5	13,0	14,5	14,0	13,5	15,0	14,5	
	400m	400m	400m	400m	400m	400m	400m	400m	400m	400m	400m	400m	
	1:08	1:04	1:00	1:10	1:06	1:02	1:12	1:09	1:06	1:14	1:11	1:08	
	Inline-Skating	500m	500m	500m	500m	500m	500m	500m	500m	500m	500m	500m	
	1:20	1:18	1:16	1:22	1:20	1:18	1:24	1:22	1:20	1:27	1:25	1:23	
	Radfahren 500 m mit fliegendem Start												
Gr.	Kugel 1)	7,25kg	7,25kg	7,25kg	7,25kg	7,25kg	7,25kg	7,25kg	7,25kg	7,25kg	7,25kg	7,25kg	
IV	Steinstoßen 4)	8,00	8,70	9,40	7,75	8,25	8,75	7,50	8,00	8,50	7,25	7,75	
	Schleuderball	8,75	9,00	9,25	8,50	8,75	9,00	8,25	8,50	9,25	8,75	9,00	
	Gewichtheben	35	37	39	34	36	38	33	35	37	32	34	
	Schwimmen	200m	200m	200m	200m	200m	200m	200m	200m	200m	200m	200m	
Gr.	Schwimmen	600m	600m	600m	600m	600m	600m	600m	600m	600m	600m	600m	
V	Laufen 3)	16:00	15:00	14:00	14:00	13:15	12:30	15:00	14:00	13:00	14:40	14:00	
	1000m	1000m	1000m	1000m	1000m	1000m	1000m	1000m	1000m	1000m	1000m	1000m	
	13:00	12:00	11:00	14:30	12:30	12:30	16:00	15:00	14:00	17:30	16:30	15:30	
	Radfahren	45:00	40:00	35:00	47:30	43:30	39:30	50:00	46:00	42:00	50:00	46:00	
	Skilanglauf	72:00	66:00	60:00	75:00	69:00	63:00	79:00	74:00	68:00	83:00	78:00	
	Inline-Skating	10000m	10000m	10000m	10000m	10000m	10000m	10000m	10000m	10000m	10000m	10000m	
	7-Km-Walking	56:00	54:30	53:00	58:30	57:00	55:30	60:00	59:30	63:00	61:30	60:00	
	10-Km-Wandern												
	* Erläuterung: Gr.II 5)	Sp 1	Bock seit: 1,00m Sprunghocke	Sp 2	Bock/Pferd seit: 1,00m Sprunghocke	Sp 3	Kasten/Pferd längs: 1,10m Sprunghocke	Sp 4	Pferd längs: 1,20m Sprunghocke	Sp 5	Kasten seit: 0,70m Aufhocken mit 1/4 Drehung, Niedersprung	Sp 6	Bock/Pferd seit: 1,10m Sprunghocke/Sprunghocke
	Bock-, Kasten-, bzw. Pferdsprung	Sp 7	Bock/Pferd seit: 1,00m Sprunghocke	Sp 8	Bock/Pferd seit: 1,10m Sprunghocke	Sp 9	Kasten längs: 0,90m Sprunghocke	Hockwende	Sp 10	Pferd längs: 1,10m Sprunghocke/Sprunghocke			

# Bayerisches Sport-Leistungs-Abzeichen für Männer ab 01.01.2007