

## Laufabzeichenwettbewerb 2021

### SONDERPREISE ZU GEWINNEN:

Auch in diesem Jahr möchten AOK und NLV zwei besondere Preise verlosen. Alle am Laufabzeichenwettbewerb teilnehmenden Schulen bzw. Klassen nehmen automatisch an dieser Sonderverlosung teil. Zu gewinnen gibt es auf Grund der positiven Resonanz aus dem Vorjahr wieder:

#### Startraining mit einem NLV-Top-Athleten\*



\*Olympia-  
teilnehmerin

#### Kinderleichtathletik-Wettkampf bei Ihnen vor Ort



© Silke Post

### AUSWERTUNG:

Aus allen Einsendungen wird ein Gewinner je Preis gezogen. Die Auswertung erfolgt durch den Niedersächsischen Leichtathletik-Verband. Der Rechtsweg gegen die Entscheidung ist ausgeschlossen.

## Laufabzeichenwettbewerb 2021

### AUSGEZEICHNET: DAS LAUFABZEICHEN

Das Laufabzeichen steht für körperliche Fitness. Der Wettbewerbscharakter, der viele abschreckt, entfällt bei diesem individuellen Leistungstest. Ein besonderer Anreiz insbesondere für Schülerinnen und Schüler ist der Erwerb des Abzeichens in der Gruppe. Regelmäßige sportliche Aktivität ist Sinn und Ziel zur Erlangung des Laufabzeichens.



Das Laufabzeichen ist ein standardisiertes Abzeichen des Deutschen Leichtathletik-Verbandes. Daher kann es erst ab einer erbrachten Laufleistung von 15 min vergeben werden.

	Bedingung	Farbe
Stufe 1	15 min. laufen	grün
Stufe 2	30 min. laufen	rot
Stufe 3	60 min. laufen	blau
Stufe 4	90 min. laufen	lila
Stufe 5	120 min. laufen	silber

Nach Erfüllung der Bedingungen können die Abzeichen mit beiliegendem Vordruck bei der **NLV-Geschäftsstelle** bestellt werden (Stoffabzeichen und/oder Nadeln (Pins) je **1,50 €** und/oder Ausweiskarte **0,30 €**). Nach Zusendung wird die Ausweiskarte durch die Lehrkraft ausgefüllt und an die Schülerinnen und Schüler vergeben. Die Lieferung erfolgt gegen Rechnung. Eine Abgabe der Abzeichen in Kommission ist leider nicht möglich.

*Das Laufabzeichen - für kommende Herausforderungen ganz sicher fit bleiben.*

Laufen, Springen, Werfen und Gehen – das ist Leichtathletik. Dahinter verbergen sich spannende Sprints, mitreißende Staffelwettbewerbe, fesselnde Mehrkämpfe, Laufveranstaltungen und Walking für Jeden.

**Sie interessieren sich für ein Angebot?  
Wir nennen Ihnen gerne einen Verein in Ihrer Nähe!**

# run

Welche Schule schafft die meisten Minuten?



mit  
Sonderpreisen

for fun **20**  
**21**

LAUFABZEICHEN  
WETTBEWERB



## Laufabzeichenwettbewerb 2021

LIEBE SPORTLEHRERINNEN UND -LEHRER,  
SEHR GEEHRTE DAMEN UND HERREN,

ein Jahr voller Herausforderungen und zugleich Möglichkeiten liegt vor uns – nicht zuletzt auch für die niedersächsischen Schulen. Auch im Jahr 2021 startet wieder der AOK-Laufabzeichenwettbewerb der AOK Niedersachsen in Zusammenarbeit mit dem Niedersächsischen Leichtathletik-Verband. Aufgrund der derzeitigen Situation werden neben dem traditionellen Wettbewerb zusätzlich auf den Wettbewerb ausgerichtete „Trimm-Dich-Hausaufgaben“ bereitgestellt, die von den Schülerinnen und Schüler selbstständig im Wochenrhythmus absolviert werden und als Vorbereitung auf die Abnahme der Laufleistung dienen.

### VORBEREITUNG: „TRIMM-DICH-HAUSAUFGABEN“

Beginnend am 14. April 2021 wird vier Wochen lang jeweils mittwochs die „Trimm-Dich-Hausaufgabe der Woche“ per Video-Anleitung auf der NLV-Homepage veröffentlicht. Im Anschluss an die Hausaufgabenreihe, die natürlich seitens der Sportlehrkräfte erweitert, ausgestaltet und zeitlich versetzt angedacht werden kann, erfolgt die eigentliche Abnahme der Laufleistung.

### DAS MOTTO: LAUFEN OHNE SCHNAUFEN - DIE AUSDAUER SIEGT

Ziel des AOK-Laufabzeichenwettbewerbs ist es, die Schülerinnen und Schüler für das ausdauernde Laufen zu begeistern, denn eine gute Laufausdauer bildet die Grundlage für Leistung und Spaß in fast allen Sportarten sowie im alltäglichen Leben.

### GESUCHT: DIE LAUFBEGEISTERTEN SCHULEN IN NIEDERSACHSEN

Mit dem Wettbewerb möchten wir Ihren Schülerinnen und Schülern einen Trainingsanreiz bieten. Der Wettstreit mit anderen Schulen und attraktive Preise sollen sie motivieren, mit ihrer persönlichen Leistung zum Schulergebnis beizutragen und ganz nebenbei etwas für die eigene Fitness zu tun.

**JEDE/R** kann mitmachen! Egal in welchem Tempo eine Laufstufe erreicht wird oder welche Strecke dabei zurückgelegt wurde.

**ERFOLG** erleben: Von Mal zu Mal besser werden, sich wohl dabei fühlen.

## Laufabzeichenwettbewerb 2021

### GESUCHT:

Die laufbegeisterten Schulen Niedersachsens.

### TEILNAHMEBEDINGUNGEN:

Der Wettbewerb ist für die Klassen 1-4, 5-6 & 7-8 aller niedersächsischen Schulen ausgeschrieben.

Im Bereich der Grundschulen gibt es zwei Wertungsgruppen:

- Gesamtschülerzahl 1 bis 149
- ab 150 Schülerinnen und Schüler

### WERTUNG:

Für die Wertung zählt pro Schüler **nur 1** Laufergebnis!

- Gewertet wird die beste Laufleistung **ohne Pause!**
- Die Schüler bestimmen das Tempo.
- Für Schüler der Klassen 1-4 gehen max. 60 min in die Wertung ein.
- Für Schüler der Klassen 5-6 gehen max. 90 min in die Wertung ein.
- Für Schüler der Klassen 7-8 gehen max. 120 min in die Wertung ein.
- Die Laufergebnisse werden je nach erreichter Stufe mit unterschiedlichen Punkten belegt.

1. Stufe	15 min.	= 1 Pkt.	Alle Klassen
2. Stufe	30 min.	= 2 Pkt.	Alle Klassen
3. Stufe	60 min.	= 3 Pkt.	Alle Klassen
4. Stufe	90 min.	= 4 Pkt.	Kl. 5-6 & 7-8
5. Stufe	120 min.	= 5 Pkt.	Kl. 7-8

Zur Berechnung des Gesamtergebnisses wird die Anzahl der Laufergebnisse mit der jeweiligen Punktzahl multipliziert. Die Summe wird dann durch die Gesamtschülerzahl geteilt. Dieser Wert ergibt den Leistungsindex.

### WETTBEWERBSZEITRAUM:

**12. April bis 21. Juli 2021!** Bitte reichen Sie uns Ihre Meldungen bis zum **04. August 2021** ein.

### ERGEBNISSE:

Die Ergebnisse werden ab September 2021 auf der NLV Homepage [www.nlv-la.de](http://www.nlv-la.de) unter Breitensport als Download veröffentlicht.

## Laufabzeichenwettbewerb 2021

### PREISE UND GEWINNER:

Die **drei** lauffreudigsten Schulen jeder (Wertungs-) Gruppe erhalten Präsente & Warengutscheine eines Sportartikelherstellers im Wert von insgesamt **2.600 €**. Suchen **Sie** die Sportgeräte aus, die für den Sportunterricht an Ihrer Schule benötigt werden!

Alle Gewinner werden schriftlich durch den NLV benachrichtigt.

### RÜCKFRAGEN:

Informationen erhalten Sie in der NLV- Geschäftsstelle bei Till Wöllenweber.

Niedersächsischer Leichtathletik-Verband e.V.  
Ferdinand - Wilhelm - Fricke - Weg 10  
30169 Hannover  
Telefon: 0511 - 33 89 0 44  
Fax: 0511 - 33 89 0 19  
E-Mail: [woellenweber@nlv-la.de](mailto:woellenweber@nlv-la.de)  
Homepage: [www.nlv-la.de](http://www.nlv-la.de)

### WEITERE INFORMATIONEN:

Alle Informationen rund um den Laufabzeichenwettbewerb finden Sie auf der NLV-Homepage unter Breitensport.

### DIE WICHTIGSTEN PUNKTE:

- Vorbereitung durch „Trimm-Dich-Hausaufgaben“
- jeder sollte mitlaufen, Laufen non-stop
- egal wie lange, egal wie weit, die längste ununterbrochene Laufleistung geht in die Wertung ein → Meldung an NLV (s. Formblatt)
- Meldung der Gesamtschülerzahl (**inklusive Nichtteilnehmende**)
- Die Teilnahme ist nicht an die Bestellung von Abzeichen gebunden
- Termin: **12. April bis 21. Juli 2021**
- Meldungen bis spätestens 04.08.2021 (Ausschlussfrist)