



# Weisungen zum Baselbieter Sportabzeichen A und B

(gültig ab 1. Januar 2012)

## Ziel

Mit dem Baselbieter Sportabzeichen wollen wir die vielseitige, sportliche Tätigkeit der Bevölkerung fördern, insbesondere in den Faktoren allgemeine Fitness, Bewegungsvielfalt und Gesundheit.

## Zwei Kategorien

Das Sportabzeichen wird in zwei Altersgruppen ausgetragen: - Kategorie A: 16 bis 49 Jahre  
- Kategorie B: ab 50 Jahren

## Angebot / Leistungsanforderungen

Aus den folgenden 18 Sportbereichen werden in der Kategorie A innert 12 Monaten 5 Leistungen in mindestens drei Sportbereichen (Kategorie B: 4 Leistungen in mindestens drei Sportbereichen) verlangt. Mit Ausnahme des Sportbereiches 9 (Fitness-Training) sind pro Sportbereich zwei Wertungen möglich.

In den Kategorien A und B gilt grundsätzlich der Finisher-Gedanke. Als erfüllte Leistung gilt: Das korrekte vollständige Absolvieren der verlangten Distanz respektive das Erfüllen der Minimalanforderungen.

## Sportbereiche

1. **Bergläufe/Läufe/Walking**
2. **Duathlon/Triathlon**
3. **Orientierungslauf**
4. **Schwimmen** Kategorie A: 1000 Meter, Kategorie B: 500 Meter Distanzschwimmen
5. **Leichtathletik/Turnen**
6. **Radsport** (Radrundfahrten, Rad-Einzelzeitfahren, Mountainbike-Events)
7. **Allgemeiner Konditionstest:** Die 10 Testaufgaben aus den Bereichen Schnelligkeit, Kraft, Ausdauer und Bewegungskoordination müssen vollständig unter Aufsicht absolviert werden. Die leitende Person entscheidet über die Anerkennung.
8. **Hindernisbahn** Der Parcours muss während 12 Minuten ohne Unterbruch absolviert werden. Die leitende Person entscheidet über die Anerkennung.
9. **Fitness-Training** Nachweis von mindestens 20 Trainingseinheiten in einem Fitness-Center oder einer gleichwertigen Institution.
10. **Ski nordisch/Ski alpin**
11. **Inline-Skating**
12. **Lizenz- und Wettkampfsport**
  - a) Spielsport: Sportlerinnen und Sportler, die in einer Spielsportart lizenziert sind und Meisterschaftsspiele bestreiten.
  - b) Wettkampfsport: Sportlerinnen und Sportler, die wettkampfmässig eine andere Sportart betreiben als in den Sportbereichen 1 bis 6, 10, 11 und 14.
  - c) Teilnahme an Schweizermeisterschaften: Anerkannt wird die aktive Teilnahme an lizenzpflichtigen oder lizenzfreien Schweizermeisterschaften in einer anderen Sportart als in den Sportbereichen 1 bis 6, 10, 11 und 14.
13. **Bergsteigen und Wandern**
  - a) Bestehen einer Gebirgstour des SAC.
  - b) Bestehen einer Tageswanderung oder zwei Halbtageswanderungen der "Schweizer Wanderwege" oder einer gleichwertigen Institution.
14. **Bogenschiessen und Sportschiessen mit Druckluftwaffen** Bestehen eines Wettkampfprogramms gemäss Fachverbände.
15. **Behindertensport** Bestehen eines Wettkampfprogramms
16. **Polysportive Sportwochen**





17. **Funktion in einem Sportverein oder Sportverband** Bestätigte Tätigkeit im Vorstand oder einer technischen Abteilung
18. **Aus-/Fortbildung** Erfolgreich absolvierter Kurs in J+S oder esa

### **Allgemeiner Hinweis**

Für das Erreichen des Baselbieter Sportabzeichens müssen in der Regel die in den Richtlinien aufgeführten Wettkämpfe absolviert werden. In Einzelfällen akzeptiert das Sportamt auch andere Veranstaltungen.

### **Leistungseintrag**

Jede Teilnehmerin und jeder Teilnehmer trägt die erreichten Leistungen im Leistungsblatt selbständig ein. Ein Visum ist nach Möglichkeit einzuholen beziehungsweise die konkreten Ranglisten des Anlasses sind beizulegen:

- Leistungsblatt
- Kopien der Ranglisten aller absolvierten Wertungsanlässe

### **Versicherung**

Die Versicherung ist Sache der Sportlerin und des Sportlers.

### **Auskünfte**

Für die Beschaffung der Unterlagen zu den einzelnen Veranstaltungen ist jede Sportlerin und jeder Sportler selber verantwortlich. Auskünfte:

Sportamt Baselland, Carmen Röthlisberger  
St. Jakobstrasse 43, 4133 Pratteln  
Telefon: 061 827 91 02, Fax: 061 827 91 19,  
E-Mail: carmen.roethlisberger@bl.ch  
Homepage: [www.bl.ch/sportamt](http://www.bl.ch/sportamt)

### **Hinweis**

Unter „Richtwerte“ publiziert das Sportamt so genannte „gute Leistungen“ sowie Weisungen zu den Sportbereichen. Diese dienen lediglich zur Einordnung der eigenen sportlichen Leistung.