



BADMINTON



FUSSBALL



HANDBALL



TISCHTENNIS



LAUFTREFF



SPORTABZ.



TURNEN



FREIBADSPORT

## Vfl Hiddesen:

### Deutsches Sportabzeichen 2020

Der VfL Hiddesen, Detmolds größter Sportverein, bietet Training und Prüfung für das Deutsche Sportabzeichen 2020 an.

**Herzlich eingeladen sind:** Einzelpersonen, Familien, Gruppen, Vereine, Firmen, Behörden, Schulen, Sportstudios, etc.

**Ort:** Sportplatz am Bent, Bentweg 13  
32760 Detmold-Hiddesen

**Termine:** Vom 8.Juni bis 21.September 2020  
Jeden Montag von 17.30 – 19.00 Uhr

**Kosten:** - Mitglieder VfL Hiddesen: kostenfrei  
- Nichtmitglieder VfL Hiddesen:  
- Jugendliche bis 17 Jahre: kostenfrei  
- Erwachsene: 10 € pro Person

**Achtung: Die folgenden Spielregeln und Hygieneregeln sind strikt einzuhalten!**

**Infos:** [www.vfl-hiddesen.de](http://www.vfl-hiddesen.de)  
[www.deutsches-sportabzeichen.de](http://www.deutsches-sportabzeichen.de)

**Kontakt:** Rolf Meierhenrich, Tel. 05231/8588  
Uwe Begemann, Tel.05231/30 20 860  
Wilfried Kampmeier, Tel. 05231/8383



Detmolds größter Sportverein  
am Fuße des Hermannsdenkmals:

**VFL HIDDESEN**

Friedrich-Ebert-Str. 86  
32760 Detmold  
Telefon: 05231-877431  
Web: [www.vfl-hiddesen.de](http://www.vfl-hiddesen.de)  
E-Mail: [kontakt@vfl-hiddesen.de](mailto:kontakt@vfl-hiddesen.de)

IBAN: DE 83 47650130 0000 14555  
BIC: WELADE3LXXX  
Sparkasse Paderborn-Detmold





BADMINTON



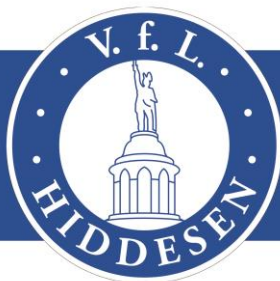
FUSSBALL



HANDBALL



TISCHTENNIS



LAUFTREFF



SPORTABZ.



TURNEN



FREIBADSPORT

## Spielregeln:

- Es dürfen max. 10 SportlerInnen gleichzeitig das Sportplatzgelände betreten, weitere SportlerInnen warten (mit Abstand) vor dem Gelände, bis SportlerInnen das Gelände verlassen.
- Kontaktlose Abwicklung: SportlerInnen erhalten eine Startnummer, unter der die Ergebnisse aufgezeichnet werden. (Startnummer verbleibt bei SportlerInnen und wird ggfls. in Folgewochen wieder mitgebracht, Laufzettel entfällt)
- Es werden nur die Disziplinen 800 m Lauf, 3000m Lauf, 7,5 km Nordic Walking, Medizinballwurf, Schlagballwurf, Kugelstoßen, Standweitsprung, Kurzstreckenlauf (30,50,100m), Schleuderball, Weitspringen, Seilspringen angeboten.
- Limitierte Anzahl von Versuchen: SportlerInnen haben bei den Laufdisziplinen einen Versuch pro Tag und bei den Wurf- und Sprungdisziplinen drei Versuche pro Tag.
- An jeder Disziplin-Station dürfen sich max. 5 SportlerInnen aufhalten (mit Abstand)
- Fixtermine:
 

Nordic-Walking:	17.00 h (vor dem Sportplatzgelände)
800 m Lauf:	18.30 h
3000 m Lauf:	18.45 h (vor dem Sportplatzgelände)
- Schwimmnachweis: SportlerInnen, die erstmalig das Deutsche Sportabzeichen beim VfL Hiddesen ablegen, bringen bitte Nachweise der Schwimmfähigkeit mit, wie z.B. Jugendschwimmabzeichen, Rettungsschwimmabzeichen, Triathlonabzeichen etc.

## Hygienereregeln:

- SportlerInnen werden am Empfang in Teilnehmerlisten eingetragen, Daten werden nach 4 Wochen gelöscht.
- Teilnahme nur bei voller Gesundheit.
- Vor und nach dem Training waschen sich die SportlerInnen unbedingt die Hände.
- Körperkontakte müssen unterbleiben, es gilt die Distanzregel: 1,5 Meter Abstand einhalten.
- Trainingsgeräte (Kugel,Schleuderball,Seil,Schlagball) desinfizieren die SportlerInnen nach der Nutzung.
- SportlerInnen kommen in Sportkleidung zum Sportplatz, Duschen/Umkleiden sind gesperrt.
- Toiletten dürfen im Notfall genutzt werden, vor und nach dem Toilettengang sind Hände, Türklinken und Wasserhähne von den SportlerInnen zu desinfizieren.
- Risiken in allen Bereichen minimieren! Appell an den gesunden Menschenverstand der SportlerInnen, wer bei Maßnahmen ein ungutes Gefühl hat oder sich über die möglichen Risiken nicht im Klaren ist, sollte darauf verzichten.



Detmolds größter Sportverein  
am Fuße des Hermannsdenkmals:

**VFL HIDDESEN**

Friedrich-Ebert-Str. 86  
32760 Detmold  
Telefon: 05231-877431  
Web: [www.vfl-hiddesen.de](http://www.vfl-hiddesen.de)  
E-Mail: [kontakt@vfl-hiddesen.de](mailto:kontakt@vfl-hiddesen.de)

IBAN: DE 83 47650130 00000 14555  
BIC: WELADE3LXXX  
Sparkasse Paderborn-Detmold



Partner des Sports



BADMINTON



FUSSBALL



HANDBALL



TISCHTENNIS



LAUFTREFF



SPORTABZ.



TURNEN



FREIBADSPORT



Detmolds größter Sportverein  
am Fuße des Hermannsdenkmals:

**VFL HIDDESEN**

Friedrich-Ebert-Str. 86  
32760 Detmold  
Telefon: 05231-877431  
Web: [www.vfl-hiddesen.de](http://www.vfl-hiddesen.de)  
E-Mail: [kontakt@vfl-hiddesen.de](mailto:kontakt@vfl-hiddesen.de)

IBAN: DE 83 47650130 0000 14555  
BIC: WELADE3LXXX  
Sparkasse Paderborn-Detmold



Partner des Sports