



Nimm Deine Herausforderung an!
Teile Deinen Erfolg: [#Sportabzeichen](#)



Abnahme Sportabzeichen 2016

4x Gold und 2x Silber waren das Resultat der Abnahme des Sportabzeichens am 03.09.2016 in der Sportanlage Südwest in Ingolstadt.

Wir hatten die Möglichkeit (fast) alle Disziplinen an einem Tag zu absolvieren und uns mit anderen Sportlern zu messen. Diese Wettkampfatmosphäre motivierte jeden von uns zu seinen persönlichen Höchstleistungen.

Los ging es mit der Disziplin aus dem Bereich Schnelligkeit: Lauf Sprint (100m bzw. 50m). Angespornt durch einen acht-jährigen Jungen erreichte Dirk Maiwald mit 8,5 s auf 50 m sein erstes Gold. Stefanie Slany und Dominik Friedrich freuten sich mit 14,8 s bzw. 13,2 s auf 100m ebenfalls über Gold.

Im Bereich Ausdauer teilte sich Daniel Götz die anschließenden 3000m sehr gut ein, legte nach einer Zeitansage durch Steffi eine schnelle letzte Runde hin und erhielt mit 13 min 55 s ebenfalls Gold! Tanja Schweigard schwamm die 800 m ohne Training zu Gold, vor allem durch die Zeitansagen eines Freundes am Beckenrand.

In Bereich Koordination trumpten wir dann so richtig auf: Steffi erreichte bei jedem Versuch im Weitsprung eine größere Weite und freute sich am Ende über tolle 4,22 m: Gold! Daniel warf zum ersten Mal Schleuderball, steigerte sich von Wurf zu Wurf und endete bei goldenen 43 m. Dominik übersprang die goldene Höhe von 1,65m im Hochsprung mit sehr

viel Luft zur Stange. Hätten die Prüfer noch weitere Höhen aufgelegt, wäre bestimmt noch mehr drin gewesen.

Am Ende stand noch der Bereich Kraft an: Eva Seidenschwarz sprang im Standweitsprung bei ihrem ersten Versuch mit 2,03m auf Gold. Gleiches erreichten in dieser Disziplin Tanja und Dirk.



Von links: Stefanie Slany, Dominik Frierich, Eva Seidenschwarz, Daniel Götze, Dirk Maiwald

Tanja Schweigard