

# LAUFABZEICHENWETTBEWERB FÜR SCHULEN 2025

- UNTERSTÜTZT VON DER AOK NIEDERSACHSEN

"Wie viel Ausdauer beweist deine Schule?"

AOK  
aok.de/leistungen

NLV  
Wir machen leicht ATHLETEN!

01. MÄRZ BIS 02. JULI 2025

BITTE REICHEN SIE UNS IHRE MELDUNGEN BIS ZUM 16. JULI 2025 EIN.

## GESUCHT: DIE LAUFBEGEISTERTEN SCHULEN IN NIEDERSACHSEN

Der Laufabzeichenwettbewerb für Schulen ist ein Wettbewerb der AOK Niedersachsen in Zusammenarbeit mit dem Niedersächsischen Leichtathletik-Verband. Gesucht werden jedes Jahr laufbegeisterte Schulen in Niedersachsen, die mit ihren Schüler\*innen durch eine gemeinsame Lauf- und Bewegungsleistung Ausdauer zeigen.

### Jede/r kann mitmachen!

Es gilt: Eine Stufe wird erreicht, wenn die dafür erforderliche Minutenanzahl – unabhängig vom Tempo und der Streckenlänge – durch Laufen ohne Pause bzw. Fortbewegen\* - laufend, walkend, wandernd, rollstuhlfahrend (\*gilt für diejenigen Schüler\*innen, denen das Laufen aufgrund von körperlichen oder geistigen Beeinträchtigungen nicht möglich ist) erreicht wird.

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

## WERTUNG

Für die Wertung zählt pro Schüler\*in nur 1 Ergebnis!

- Gewertet wird die beste Lauf- bzw. Bewegungsleistung ohne Pause!
- Die Schüler\*innen bestimmen das Tempo.
- Die Laufergebnisse werden je nach erreichter Stufe mit unterschiedlichen Punkten belegt.

### Laufleistung

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

### Fortbewegen\* - laufend, walkend, wandernd, rollstuhlfahrend

1. Stufe	30 min.	= 1 Pkt.	Alle Klassen
2. Stufe	60 min.	= 2 Pkt.	Alle Klassen
3. Stufe	120 min.	= 3 Pkt.	Alle Klassen

*\*gilt für diejenigen Schüler\*innen, denen das Laufen aufgrund von körperlichen oder geistigen Beeinträchtigungen nicht möglich ist)*

Die Punkte einer Stufe werden durch Multiplikation der Schüler\*innenanzahl, die die Stufen erreicht haben, mit dem jeweiligen Faktor berechnet - pro Schüler\*in nur 1 Ergebnis! Zur Berechnung des Gesamtergebnisses der Schule werden die Punktzahlen der erreichten Stufen aufsummiert. Die Summe wird dann durch die Gesamtschülerzahl der Schule geteilt.

## AUSGEZEICHNET: DAS LAUFABZEICHEN

Das Lauf- und Walkingabzeichen steht für körperliche Fitness. Der Wettbewerbscharakter, der viele abschreckt, entfällt bei diesem individuellen Leistungstest. Ein besonderer Anreiz insbesondere für Schüler\*innen ist der Erwerb des Abzeichens in der Gruppe. Das Lauf- und Walkingabzeichen ist ein standardisiertes Abzeichen des Deutschen Leichtathletik-Verbandes.

## MELDUNG & BESTELLUNG

Die Meldung kann sowohl über die NLV-Homepage, als auch über den beiliegenden Vordruck erfolgen. Nach Erfüllung der Bedingungen können die Abzeichen über die NLV-Homepage bestellt werden. Nach Zusendung wird die Ausweiskarte durch die Lehrkraft ausgefüllt und an die Schüler\*innen vergeben.

## 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 bis 149
- ab 150 Schüler\*innen

## PREISE UND GEWINNE

Für den 1.-3. Platz des Wettbewerbs werden Warengutscheine eines Sportartikelherstellers im Gesamtwert von 2.600 € vergeben. Unter allen teilnehmenden Schulen werden zusätzliche Sonderpreise verlost. Für den begehrten Kinderleichtathletik-Wettkampf, wählt das Los wieder eine glückliche Schule aus. Weiterhin wird ein Leichtathletik-Aktionstag für Überraschung an einer Schule sorgen.

\*Alle Gewinner werden schriftlich durch den NLV benachrichtigt.

## INFORMATIONEN

Alle Informationen rund um den Laufabzeichenwettbewerb finden Sie auf der NLV-Homepage unter Breitensport.  
[www.nlv-la.de/home/bildung/veranstaltungen/aok-laufabzeichenwettbewerb](http://www.nlv-la.de/home/bildung/veranstaltungen/aok-laufabzeichenwettbewerb)



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)