

# **ZDv 3/10**

## **Sport in der Bundeswehr**

**September 2004**

**DSK AF150100189**

Vereinnahmt	Datum	Lfd. Nr.

**Änderung 1**

Ich erlasse die Zentrale Dienstvorschrift

**Sport in der Bundeswehr**

**ZDv 3/10**

Im Auftrag

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Schneiderhan', written in a cursive style.

Schneiderhan

Die ZDv 3/10 „Sport in der Bundeswehr“, Ausgabe März 1988, tritt hiermit außer Kraft und ist zu vernichten.

## Vorbemerkung

1. Diese Dienstvorschrift enthält die grundsätzlichen Bestimmungen über den Sport in der Bundeswehr.
2. Sie gilt für alle Soldaten/Soldatinnen im Geschäftsbereich des Bundesministeriums der Verteidigung im In- und Ausland.
3. Sie wird durch den Allgemeinen Umdruck 3/109 „Sport in der Bundeswehr – Theorie und Praxisteil“ ergänzt. Dieser umfasst die notwendigen didaktischen, methodischen und trainingsphysiologischen Grundkenntnisse, ohne die eine erfolgreiche Planung und Durchführung des Sports nicht möglich ist.
4. Der Hauptpersonalrat und der Gesamtvertrauenspersonenausschuss beim Bundesministerium der Verteidigung wurden beteiligt.
5. Änderungsvorschläge zu dieser Dienstvorschrift sind mit dem in der Formulardatenbank der Bundeswehr bereitgestellten Vordruck einzureichen bei:

Streitkräfteamt III 5  
Kommerner Str. 188  
53879 Euskirchen

|  
Ä  
|

## Inhaltsverzeichnis

<b>Kapitel 1</b>	<b>Grundsätze, Aufgaben und Ziele des Sports in der Bundeswehr .....</b>	<b>101-108</b>	
<b>Kapitel 2</b>	<b>Organisation und Durchführung des Sports .....</b>	<b>201-248</b>	
<b>I.</b>	<b>Einteilung .....</b>	<b>201-231</b>	<b>Ä</b>
	a) Allgemeine Sportausbildung .....	202-211	
	b) Freizeitsport .....	212-219	
	c) Sportveranstaltungen .....	220-223	
	d) Besondere Sportausbildung .....	224-229	
	e) Spitzensportförderung .....	230-231	
<b>II.</b>	<b>Leistungs- und Durchführungsverantwortung/ Zuständigkeiten .....</b>	<b>232-240</b>	
<b>III.</b>	<b>Leistungsnachweise .....</b>	<b>241-248</b>	<b>Ä</b>
	a) Basis-Fitness-Test (BFT) .....	244-246	
	b) Deutsches Sportabzeichen .....	247	
	c) Sonstige Leistungsnachweise .....	248	
<b>Kapitel 3</b>	<b>Grundsätzliche Bestimmungen .....</b>	<b>301-326</b>	
<b>I.</b>	<b>Sicherheitsbestimmungen .....</b>	<b>301-309</b>	
<b>II.</b>	<b>Sportmedizinische Richtlinien .....</b>	<b>310-321</b>	
<b>III.</b>	<b>Versorgungsschutz .....</b>	<b>322-326</b>	
<b>Kapitel 4</b>	<b>Richtlinien und Normen .....</b>	<b>401-412</b>	
<b>I.</b>	<b>Sportanlagen .....</b>	<b>401-405</b>	
<b>II.</b>	<b>Sportgerät .....</b>	<b>406-408</b>	
<b>III.</b>	<b>Sportbekleidung .....</b>	<b>409-412</b>	
<b>Anhang</b>			
Anlage 1	Hinweis auf Allgemeinen Umdruck 3/109 und computer- unterstützte Ausbildung (Lernprogramme) .....	1/1-2	
Anlage 2	Sport in Neigungsgruppen .....	2	
Anlage 3	Sportleistungsblatt .....	3/1-4	
Anlage 4	Sportanlagen (Infrastruktur, baufachliche Richtlinien) und Sportgeräte .....	4/1-3	

### Änderungsnachweis

**Ä**

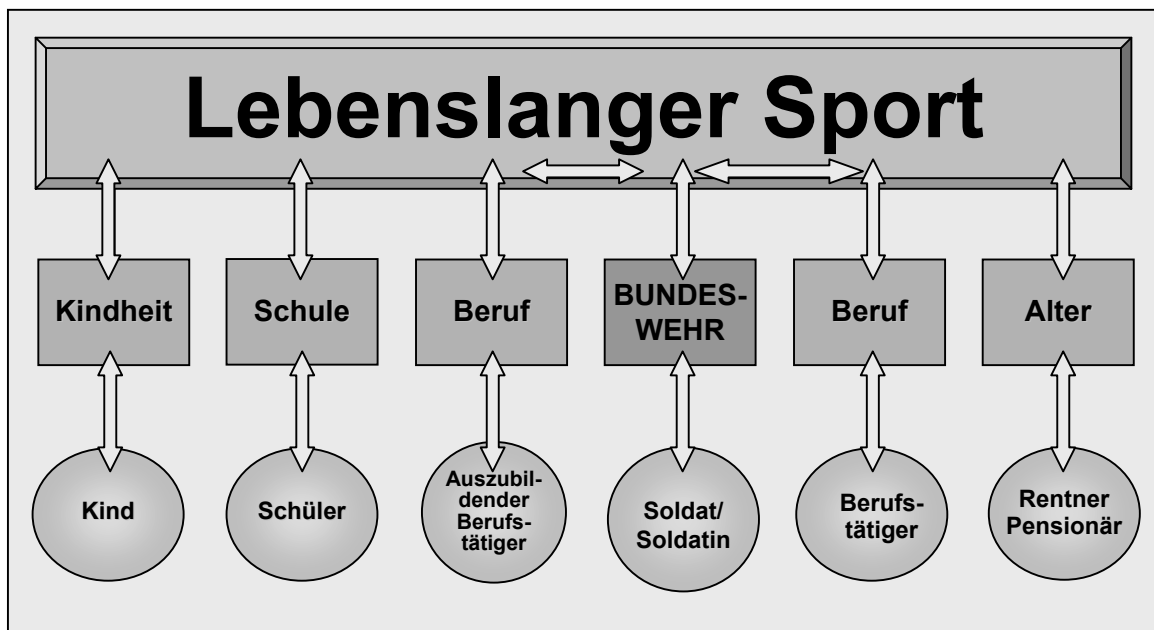
## Kapitel 1

### Grundsätze, Aufgaben und Ziele des Sports in der Bundeswehr

**101.** Der Sport in der Bundeswehr dient in seiner pädagogischen, auf den ganzen Menschen gerichteten Gesamtwirkung der **Leistungssteigerung und -erhaltung** der Soldaten/Soldatinnen. Er fördert ihn in **der Entwicklung seiner Anlagen** und im **Ausgleich seiner Schwächen**. Darüber hinaus stärkt er das **Gemeinschaftsgefühl** und liefert wertvolle Beiträge zur **Gesunderhaltung** sowie zu einer sinnvollen **Freizeitgestaltung**.

**102.** Sport in der Bundeswehr ist ein **wichtiger Bestandteil der Erziehung und Ausbildung** der Soldaten/Soldatinnen. **Er steht in enger Wechselbeziehung zum Sport in der Gesellschaft**, ist mit dessen Strukturen sinnvoll verknüpft und somit Teil des Modells „Lebenslanger Sport“ (Bild 101).

Bild 101



**103.** Der Sport in der Bundeswehr befähigt die Soldaten/Soldatinnen auch, **selbstständig** und **eigenverantwortlich** außerhalb des Dienstes und über die aktive Dienstzeit hinaus (z. B. als Reservist) regelmäßig Sport zu treiben und sich dadurch **leistungsfähig** zu halten.

**104.** Sport in der Bundeswehr ist zielgerichtet. Er

- verbessert **sportliche Leistungsfähigkeit**,
- steigert und erhält **allgemeine Leistungs- und Belastungsfähigkeit**,
- vermittelt **Kenntnisse** über Sport und
- beeinflusst positiv das **Sozialverhalten**.

Alle vier Ziele sind gleichwertig, sie ergänzen sich und bedingen einander.

**105.** Sport entwickelt **notwendige Grundlagen** (siehe Nr. 104), mit denen der Soldat/ die Soldatin die Belastungssituationen des militärischen Alltags besser bewältigen kann. Gleichzeitig schafft Sport die unabdingbaren Voraussetzungen für zusätzliche militärische Ausbildungs- und Trainingsmaßnahmen und unterstützt dadurch wesentlich die Gesamtausbildung der Soldaten/Soldatinnen.

**Sport in der Bundeswehr kann und darf daher durch keinen anderen Dienst ersetzt werden!**

**106.** Trainingsmaßnahmen im Rahmen der Waffen- und der Schießausbildung sowie des Gefechtsdienstes gehören auch dann nicht zum Sport, wenn sie in Form von Wettkämpfen stattfinden und eine „sportliche“ Note tragen.

**Ä Sie dürfen auch nicht in der für den Sport festgesetzten Zeit betrieben werden!**

**107.** Weiterführende **militärische Trainingsmaßnahmen** und **Sport** müssen sich auf der Grundlage wissenschaftlicher Erkenntnisse (u. a. Trainingslehre, Sportmedizin) ergänzen, weil nur dadurch eine **einsatznahe Leistungsfähigkeit** zielgerichtet entwickelt und erhalten werden kann<sup>1</sup>.

**108.** Vor, während und nach psychisch und physisch besonders fordernden Einsätzen im In- oder Ausland gewinnt die Sportausbildung für die betroffenen Soldaten/Soldatinnen eine noch höhere Bedeutung.

Die für den Einsatz verantwortlichen Vorgesetzten berücksichtigen diesen Aspekt in besonders enger Zusammenarbeit mit den Sportlehrern/Sportlehrerinnen Truppe und der Sportschule der Bundeswehr.

---

**Ä** <sup>1</sup> siehe AllgUmdr 3/109 „Sport in der Bundeswehr – Theorie und Praxisteil“

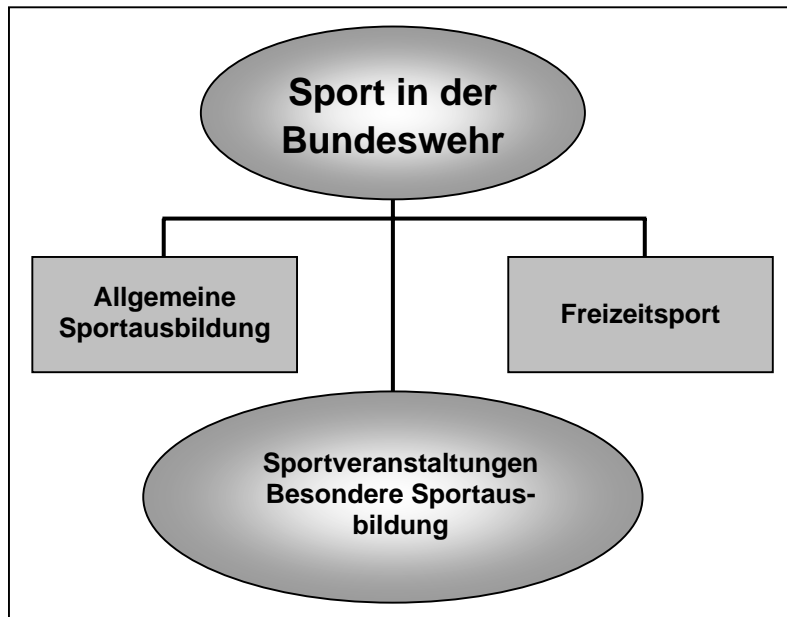
## Kapitel 2

### Organisation und Durchführung des Sports

#### I. Einteilung

**201.** Sport in der Bundeswehr gliedert sich in **Allgemeine Sportausbildung** (dienstlicher Sport) und **Freizeitsport** (außerdienstlicher Sport) und wird ergänzt durch **Sportveranstaltungen** sowie **Besondere Sportausbildung** (Bild 201).

Bild 201



Die Bundeswehr fördert bundeskaderangehörige Spitzensportler/Spitzensportlerinnen und ist Mitglied im **Conseil International du Sport Militaire (CISM)**.

#### a) Allgemeine Sportausbildung

**202.** Alle Soldaten/Soldatinnen sind zur **Teilnahme** an der Allgemeinen Sportausbildung (dienstlicher Sport) **verpflichtet**. Soldaten/Soldatinnen, deren Verwendungsfähigkeit eingeschränkt ist, nehmen nur an den Teilen der Sportausbildung teil, die für sie nach truppenärztlicher Maßgabe zulässig und geeignet sind.

**203.** Die Teilnahme von **zivilen Beschäftigten** der Bundeswehr am dienstlichen Sport der Soldaten/Soldatinnen ist durch Erlass<sup>1</sup> geregelt.

**204.** Die Allgemeine Sportausbildung ist im Dienstplan/in Weisungen für den Sport zu befehlen.

Dienststellen/integrierte Stäbe im Inland und Ausland, bei denen Dienstgestaltung, Sportanlagen, Sportgerät, Sportausbilder/Sportausbilderinnen und Unterstellungsverhältnisse besonderen Bedingungen unterworfen sind, passen die Durchführung der dienstlichen Sportausbildung den jeweiligen örtlichen Möglichkeiten an, unter Beachtung der versorgungsrechtlichen Bestimmungen der ZDv 20/30 „Versorgung der wehrdienstbeschädigten Soldaten der Bundeswehr und ihrer Hinterbliebenen“.

**205.** Allgemeine Sportausbildung ist regelmäßig und planmäßig mindestens 2 mal 90 Minuten pro Woche durchzuführen. Anzustreben sind 3 mal Sport pro Woche. Sie ist vorrangig auf die Erfüllung der Leistungsnormen zur Überprüfung körperlicher/sportlicher Leistungsfähigkeit in der Bundeswehr auszurichten. Von diesen Vorgaben abzuweichen, ist nur aus zwingenden dienstlichen Gründen und nach Entscheidung des/der nächsthöheren Disziplinarvorgesetzten zulässig.

**206.** Die Bundeswehr stellt für folgende Sportarten Sportausbilder/Sportausbilderinnen (siehe Nr. 239), Infrastruktur und Sportgerät (siehe Kapitel 4) bereit:

Sportart	Sportausbilder/Sportausbilderinnen		
	Übungsleiter/ Übungsleiterin Bw	Sportleiter/ Sportleiterin	Fachsportleiter/ Fachsportleiterin
Leichtathletik	X	X	X
Schwimmen	X	X	X
Rettungsschwimmen			X
Allgemeines Fitness-Training (sportartübergreifend)	X	X	X
Turnen	X	X	
Judo			X
Orientierungslauf	X	X	X
Badminton	X	X	

<sup>1</sup> VMBl 1985 i. V. m. VMBl 1989 S. 29)



Sportart	Sportausbilder/Sportausbilderinnen		
	Übungsleiter/ Übungsleiterin Bw	Sportleiter/ Sportleiterin	Fachsportleiter/ Fachsportleiterin
Skilanglauf			X
Skilauf-alpin			X
Skilauf-Tour			X
Basketball	X	X	X
Fußball	X	X	X
Handball	X	X	X
Volleyball	X	X	X
Gesundheitssport			X

Im Rahmen der Allgemeinen Sportausbildung werden auch Gymnastik, kleine Spiele und Gewichtheben angeboten.

**207.** Über die in Nr. 206 genannten Sportarten hinaus können von Soldaten/Soldatinnen, die im Basis-Fitness-Test (BFT) und Deutschen Sportabzeichen (DSA) sowie ggf. von den mil. Org-Bereichen zusätzlich vorgegebenen Tests zur Überprüfung körperlicher/sportlicher Leistungsfähigkeit ausreichende Leistungen erbracht haben, im Rahmen der Allgemeinen Sportausbildung grundsätzlich auch **andere Sportarten** der im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB) organisierten Spitzenverbände betrieben werden, wenn sie von einem/einer **für diese Sportart ausgebildeten** Sportausbilder/Sportausbilderin geleitet und durchgeführt werden<sup>1</sup>. Anspruch auf Bereitstellung von Sportanlagen und Sportgerät durch die Bundeswehr, sowie die Durchführung von Wettkampfmaßnahmen bestehen jedoch grundsätzlich nicht.

**208.** Jeder dienstlich angesetzte Sport muss grundsätzlich von qualifiziertem Personal geleitet und durchgeführt werden:

- **Übungsleiter/Übungsleiterin Bw,**
- **Sportleiter/Sportleiterin** sowie
- **Fachsportleiter/Fachsportleiterin.**

<sup>1</sup> Grundsätzlich mindestens die Qualifikation Übungsleiter-/Trainer-C des DOSB bzw. Spitzenverbandes.

Soldaten/Soldatinnen mit einer Lizenz des DOSB, eines Sportfachverbandes oder mit vergleichbaren Voraussetzungen können auch mit der Durchführung beauftragt werden<sup>1, 2</sup>.

**209. Die Auswahl der Inhalte** der Allgemeinen Sportausbildung **obliegt dem Sportausbilder/der Sportausbilderin**. Dabei sind Leistungsstand und Interessen der Soldaten/Soldatinnen angemessen zu berücksichtigen.

**210.** Grundsätzlich kann die Allgemeine Sportausbildung in folgenden **Organisationsformen** stattfinden:

- im Rahmen der Teileinheit/Einheit und
- in Neigungsgruppen (siehe Anlage 2).

Die Teileinheit an Schulen ist der Hörsaal bzw. die Ausbildungsklasse/-halbklasse.

**211. Zu Beginn der Allgemeinen Grundausbildung** ist festzustellen, ob die Soldaten/Soldatinnen **schwimmen** können. Als Schwimmer/Schwimmerin gilt, wer die Bedingungen des Deutschen Schwimmabzeichens in Bronze erfüllt. **Nichtschwimmer/Nichtschwimmerinnen** sollen nach der Allgemeinen Grundausbildung Schwimmausbildung erhalten (siehe Nrn. 306, 307).

## b) Freizeitsport

**212.** Der Freizeitsport der Soldaten/Soldatinnen gliedert sich in:

- außerdienstlichen Sport im Verantwortungsbereich der Bundeswehr und
- sonstigen freiwilligen Sport.

**213.** Der **außerdienstliche Sport im Verantwortungsbereich der Bundeswehr** ist als Freizeitsport aller Soldaten/Soldatinnen zu fördern. Er bedarf der vorherigen **schriftlichen Genehmigung des/der Disziplinarvorgesetzten**. Die Bestimmungen zur Gewährleistung des Versorgungsschutzes sind zu beachten.

Der/die Disziplinarvorgesetzte

- teilt dazu geeignete Soldaten/Soldatinnen oder geeignete Zivilpersonen ein, die in einem Dienst-/Vertragsverhältnis zur Bundeswehr stehen und den Sport leiten,
- prüft, ob für die betreffende Sportart einwandfreie Geräte vorhanden sind und die Übungsanlage den Erfordernissen entspricht und

---

<sup>1</sup> Die Begriffe **Leitung** und **Durchführung** sind wie folgt gegeneinander abzugrenzen:

- **Leitung** beinhaltet die Verantwortung für die vor Ort eingesetzten Ausbilder/Ausbilderinnen sowie für die Vorbereitung und Nachbereitung der durchzuführenden/durchgeführten Sportstunde. Eine zwingende Anwesenheit vor Ort ist nicht erforderlich.
- **Durchführung** bedingt die zwingende Anwesenheit des Sportausbilders/der Sportausbilderin vor Ort.

<sup>2</sup> Grundsätzlich mindestens die Qualifikation Übungsleiter-/Trainer-C des DOSB bzw. Spitzenverbandes.

– sorgt für die Einhaltung der Sicherheitsbestimmungen (siehe Nr. 301 ff.).

**214.** Jeder Soldat/jede Soldatin kann sich in einer von ihm/ihr gewählten Sportart betätigen, soweit die Bundeswehr dafür die Einrichtungen und die personellen sowie die materiellen Voraussetzungen bietet.

**215.** Für die Förderung des Freizeitsports können spezielle Sportgeräte und Sportausrüstungen beschafft werden<sup>1</sup>. Diese können auch in der Allgemeinen Sportausbildung genutzt werden.

**216.** Im Rahmen der **Betreuung der Soldaten/Soldatinnen** in der Bundeswehr können auch **zentrale Maßnahmen** im In- und Ausland durchgeführt werden (z. B. Durchführung von Lehrgängen, Kursen und Weiterbildungsmaßnahmen).

**217.** Die Einrichtung von **Betriebssportgruppen** ist durch Erlass<sup>2</sup> geregelt.

**218.** **Sonstiger freiwilliger Sport** ist Sport, der aufgrund eines eigenen Entschlusses, individuell und außerhalb des Dienstplanes ausgeübt wird und der nicht auf einer dienstlichen Genehmigung des/der zuständigen Disziplinarvorgesetzten beruht. Hierzu zählt neben dem Sport in Sportvereinen auch der Sport, der in Arbeitspausen oder in Freistunden während der Rahmendienstzeit betrieben wird (zum Versorgungsschutz siehe Kapitel 3, III.).

**219.** Im Interesse einer guten Zusammenarbeit mit den Mitgliedsorganisationen des DOSB, vor allem mit den örtlichen Sportvereinen und regionalen Sportverbänden, können Soldaten/Soldatinnen auch an deren **Sportangebot und Wettkämpfen** teilnehmen, sofern es die dienstlichen Belange zulassen. Die freiwillige Teilnahme am Training und an den Wettkämpfen der Vereine gilt nicht als außerdienstlicher Sport im Verantwortungsbereich der Bundeswehr (zum Versorgungsschutz siehe Kapitel 3, III.).

Ä

### c) Sportveranstaltungen

**220.** Sportveranstaltungen sind Teil des Sports in der Bundeswehr. Ihre Vorbereitung und Durchführung sind dienstlich zu regeln.

Kosten für Sportveranstaltungen können nur im Rahmen der Mittel bestritten werden, die den Truppenteilen und Dienststellen zur Verfügung stehen<sup>3</sup>.

---

<sup>1</sup> VMBI. 2003 S. 53

<sup>2</sup> VMBI 1991 S. 465

<sup>3</sup> Weisung BMVg – Fü S I 5, Az 32-12-01 vom 05. März 2009

**221. Regelmäßige Sportveranstaltungen** auf Einheits- und Verbandsebene sind wegen ihrer Breitenwirkung wichtiger als Sportveranstaltungen im größeren Rahmen. Bei der Ausschreibung sind die Altersklassen angemessen zu berücksichtigen.

Ä

**222. Sportveranstaltungen** der militärischen Organisationsbereiche (Org-Bereiche) werden von den zuständigen Führungsstäben<sup>1</sup> angeordnet.

**223.** Die Bundeswehr nimmt insbesondere im Rahmen ihrer Mitgliedschaft im Internationalen Militärsportverband (CISM) an nationalen und internationalen Sportveranstaltungen teil. Einzelheiten regelt der Erlass des Bundesministeriums der Verteidigung (BMVg) in der jeweils gültigen Fassung.

#### **d) Besondere Sportausbildung**

Ä

**224.** Die Besondere Sportausbildung umfasst die Sportarten der im DOSB organisierten Spitzenverbände und Maßnahmen im Rahmen der Mitgliedschaft der Bundeswehr im CISM.

**225.** An der Besonderen Sportausbildung können teilnehmen:

Ä

- Spitzensportler/Spitzensportlerinnen gemäß Erlass<sup>2</sup> und
- Soldaten/Soldatinnen mit besonderer Eignung und Leistung, die sich freiwillig melden und vom/von der Disziplinarvorgesetzten zugelassen werden.

**226.** Die Besondere Sportausbildung wird, je nach den dienstlichen Möglichkeiten, innerhalb und außerhalb der für den Sport angesetzten Dienststunden gefördert; innerhalb des Dienstes vor allem dann, wenn sich die Soldaten/Soldatinnen auf Wettkämpfe vorbereiten.

**227. Leitung und Durchführung** des Trainings durch einen qualifizierten Trainer/eine qualifizierte Trainerin sind sicherzustellen.

**228.** Soldaten/Soldatinnen, die im Rahmen der Besonderen Sportausbildung gefördert werden, nehmen an der Allgemeinen Sportausbildung teil, wenn sie nicht trainieren.

**229.** Die Förderung von Soldaten/Soldatinnen in der Besonderen Sportausbildung, d. h. ihre Vorbereitung zu und ihre Teilnahme an Wettkämpfen, geschieht im Rahmen der dafür verfügbaren Haushaltsmittel.

Ä

---

<sup>1</sup> Weisung BMVg – Fü S I 5, Az 32-12-01 vom 05. März 2009

<sup>2</sup> VMBI 1992 S. 257

### e) Spitzensportförderung

**230.** Die Bundeswehr fördert Soldaten, die aufgrund der Wehrpflicht Wehrdienst leisten, sowie Soldaten/Soldatinnen auf Zeit und Berufssoldaten/Berufssoldatinnen als Spitzensportler/Spitzensportlerinnen in den **Sportarten der im DOSB organisierten Spitzenverbände und in Mehrkämpfen nach den Bestimmungen des CISM.**

Ä

Näheres regelt der Erlass „Förderung von Spitzensportlern in der Bundeswehr“ in der jeweils gültigen Fassung.

**231.** Die Bundeswehr unterstützt die **Antidopingkampagne** der Bundesregierung und des Europäischen Rates.

<b>II. Leitungs- und Durchführungsverantwortung/ Zuständigkeiten</b>
--

**232.** Der **Kommandeur/die Kommandeurin** bzw. der **Dienststellenleiter/die Dienststellenleiterin** überwachen den gesamten Sport in ihrem Zuständigkeitsbereich im Rahmen ihrer Dienstaufsicht. Er/sie verschafft sich ein Bild

- über die Sportausbildung in den Einheiten bzw. Dienststellen,
- vom Leistungsstand der Soldaten/Soldatinnen und
- vom Ausbildungsstand der Sportausbilder/Sportausbilderinnen.

Durch eigene Teilnahme an der Sportausbildung gibt er/sie den Soldaten/Soldatinnen ein Beispiel. Er/sie berät sich sportfachlich mit dem/der zuständigen Sportlehrer/Sportlehrerin Bw-Schule bzw. Sportlehrer/Sportlehrerin Bw-Truppe. Er/sie teilt einen Sportoffizier (siehe Nr. 238) ein.

Der Kommandeur/die Kommandeurin bzw. Dienststellenleiter/Dienststellenleiterin ist dafür verantwortlich, dass geeignete Soldaten/Soldatinnen an den Aus-, Fort- und Weiterbildungsmaßnahmen der Sportschule der Bundeswehr bzw. der zuständigen Sportlehrer/Sportlehrerinnen Bw-Truppe teilnehmen.

**233.** Der Einheitsführer/die Einheitsführerin bzw. Dienststellenleiter/Dienststellenleiterin ist verantwortlich für

- die Durchführung des Sports in seiner/ihrer Einheit bzw. Dienststelle,
- die ausreichende Anzahl qualifizierter Sportausbilder/Sportausbilderinnen (siehe Nrn. 206, 208) und deren Einsatz im Sport,
- den Leistungsstand seiner/ihrer Soldaten/Soldatinnen und
- den Ausbildungsstand der Sportausbilder/Sportausbilderinnen.

**234.** Für die **Aus-, Fort- und Weiterbildung** der Sportausbilder/Sportausbilderinnen setzt

die Bundeswehr **zivile Sportlehrer/Sportlehrerinnen**<sup>1</sup> ein. Sie sind tätig

- an ausgewählten Schulen/Ausbildungseinrichtungen der militärischen Org-Bereiche (Sportlehrer/Sportlehrerin Bw-Schule),
- auf Truppenebene in zugewiesenen Regionalbereichen (Sportlehrer/Sportlehrerin Bw-Truppe) und
- in Spezial- und Sondereinheiten.

Die hierfür erforderlichen Dienstposten sind für die jeweilige Schule/Ausbildungseinrichtung mit der Abteilung Haushalt im modifizierten STAN-Verfahren abzustimmen.

**235.** Der **Sportlehrer/die Sportlehrerin Bw-Schule** bzw. **Sportlehrer/Sportlehrerin Bw-Truppe** ist verantwortlicher Berater der Kommandeure/Kommandeurinnen bzw. Dienststellenleiter/Dienststellenleiterinnen der ihm/ihr zugeordneten Verbände und Dienststellen.

Er/sie unterstützt die Sportoffiziere sowie alle Maßnahmen zur Planung/Organisation und Durchführung des Sports unter Berücksichtigung der spezifischen Belange der Teilstreitkräfte/Org-Bereiche.

**236.** Der **Truppenarzt/die Truppenärztin** berät – in Abstimmung mit dem/der zuständigen Sportlehrer/Sportlehrerin Bw-Schule bzw. Sportlehrer/Sportlehrerin Bw-Truppe – den Kommandeur/die Kommandeurin bzw. Dienststellenleiter/Dienststellenleiterin und den Sportoffizier bei der Gestaltung des Sports nach den Erkenntnissen der Sportmedizin und der Hygiene.

Er/sie entscheidet über die gesundheitliche Eignung der Soldaten/Soldatinnen zur Teilnahme am Sport.

Er/sie überwacht die Einhaltung der sportmedizinischen Richtlinien. (Kapitel 3, II.)

**237.** Der **Sportoffizier** plant und organisiert den Sport seines Zuständigkeitsbereiches. Er muss die Qualifikation Übungsleiter/Übungsleiterin Bw oder Sportleiter/Sportleiterin besitzen und am Lehrgang „Sportoffizier der Bundeswehr“ an der Sportschule der Bundeswehr teilgenommen haben. Der Sportoffizier ist verpflichtet, sich regelmäßig weiterzubilden. Er nimmt folgende Aufgaben nach Weisung wahr:

- Beraten des Kommandeurs/der Kommandeurin bzw. des Dienststellenleiters/der Dienststellenleiterin und der Einheitsführer/Einheitsführerin in Zusammenarbeit mit dem/der zuständigen Sportlehrer/Sportlehrerin Bw-Schule bzw. Sportlehrer/Sportlehrerin Bw-Truppe,
- Planen und Durchführen von Sportveranstaltungen sowie Auswerten der Ergebnisse in Zusammenarbeit mit den Sportausbildern/Sportausbilderinnen,
- Überwachen von Sportprüfungen (z. B. Basis-Fitness-Test, Deutsches Sportabzeichen, Schwimmbzeichen, Rettungsschwimmbzeichen),

Ä

---

<sup>1</sup> Weisung BMVg – Fü S I, Az 32-12-01 vom 21.11.97

- Organisieren des Trainings von Wettkampfmannschaften,
- Planen und Organisieren des Freizeitsports,
- Überprüfen der Sportgeräte, der Sportausrüstungen und der Sportanlagen sowie Festlegen der erforderlichen Pflegezeiten für die Sportanlagen im Einvernehmen mit der Standortverwaltung,
- Zusammenarbeit mit dem Kasernenkommandanten/der Kasernenkommandantin und dem Bundeswehrdienstleistungszentrum sowie
- Kontaktpflege zu den zivilen Sportvereinen am Standort.

Ä

**238.** Als **Sportausbilder/Sportausbilderinnen** werden eingesetzt (siehe Nr. 208):

- **Übungsleiter/Übungsleiterin Bw** und **Sportleiter/Sportleiterin**  
Die Übungsleiter/Übungsleiterinnen Bw bzw. die Sportleiter/Sportleiterinnen planen, organisieren, leiten die Sportausbildung in den Einheiten/Dienststellen und führen sie durch.
- **Fachsportleiter/Fachsportleiterin**  
Die Fachsportleiter/Fachsportleiterinnen planen, organisieren, leiten und führen die Sportausbildung in ihrer jeweiligen Sportart bzw. spezifischen Thematik (Gesundheit, Kondition und Fitness) durch.

Ä

Die Zuerkennung dieser Sportausbilderqualifikationen ist mit der Vergabe einer ATB/ATN verbunden. Ihre Gültigkeitsdauer und die Modalitäten der Verlängerung regeln gesonderte Rahmenrichtlinien.

Soldaten/Soldatinnen mit einer Lizenz des DOSB, eines Sportfachverbandes oder mit vergleichbaren Voraussetzungen können herangezogen werden<sup>1</sup>.

Ä

**239.** Die **Sportschule der Bundeswehr** ist die zentrale Ausbildungseinrichtung für den Sport in der Bundeswehr.

**240.** Eine effiziente und **versorgungsrechtlich abgesicherte Durchführung des dienstlichen Sports und des außerdienstlichen Sports im Verantwortungsbereich der Bundeswehr** ist nur möglich, wenn eine genügende Anzahl von Sportausbildern/Sportausbilderinnen in der Truppe/Ausbildungseinrichtungen/Dienststellen vorhanden ist. Militärische Org-Bereiche legen diesbezüglich in ergänzenden Weisungen verbindliche Mindestforderungen hinsichtlich Anzahl und Qualifikation fest. Als grundsätzliche Vorgabe gilt:

Für ca. 25 Soldaten/Soldatinnen ein Sportausbilder/eine Sportausbilderin.

---

<sup>1</sup> Grundsätzlich mindestens die Qualifikation Übungsleiter-/Trainer-C des DOSB bzw. Spitzenverbandes.

Ä

### III. Leistungsnachweise

**241.** Der **Ausbildungs- und Leistungsstand** der Soldaten/Soldatinnen ist anhand von Tests, Prüfungen und Sportwettkämpfen festzustellen.

**242.** Für jeden Soldaten/jede Soldatin ist ein **Sportleistungsblatt** (Anlage 3) anzulegen. Alle Nachweise sportlicher Leistungen und Qualifikationen sind einzutragen. Das Sportleistungsblatt gehört zu den Personalunterlagen und ist fortlaufend zu führen.

**243.** Die Veröffentlichung personenbezogener Daten aus dem Bereich der Sportausbildung unterliegt den Bestimmungen zum Datenschutz in der jeweils gültigen Fassung.

#### **a) Basis-Fitness-Test (BFT)<sup>1</sup>**

**244.** Der BFT ist ein **fähigkeitsorientierter Test**, der den aktuellen Stand der **allgemeinen körperlichen Leistungsfähigkeit** der Soldaten/Soldatinnen misst. Er besteht aus Übungen, bei denen die konditionellen Fähigkeiten Kraft, Schnelligkeit und Ausdauer sowie koordinative Fähigkeiten überprüft werden.

Das Wesentliche dieser Übungen besteht darin, dass sie weder technische Fertigkeiten noch vorangegangenes Training voraussetzen.

**245.** Die **Testergebnisse** dienen der **Planung und der Steuerung von Trainingsmaßnahmen** und können als **Grundlagen für Bewertungen und Beurteilungen** herangezogen werden (siehe ZDv 20/6 „Bestimmungen über die Beurteilungen der Soldatinnen und Soldaten der Bundeswehr“).

Die Testübungen sollen nicht für ein gezieltes Vorbereitungstraining eingesetzt werden.

**246.** Der BFT ist von Grundwehrdienstleistenden zu Beginn und am Ende des Grundwehrdienstes, von freiwillig länger dienenden Wehrdienstleistenden, Zeitsoldaten/Zeitsoldatinnen und Berufssoldaten/Berufssoldatinnen einmal jährlich abzulegen.

Militärische Org-Bereiche können weitere Tests festlegen.

#### **b) Deutsches Sportabzeichen (DSA)**

**247.** Das DSA ist ein **fertigkeitsorientierter Test**, der neben konditionellen Fähigkeiten auch vielseitige sportliche Fertigkeiten bzw. Techniken erfordert.

---

<sup>1</sup> Weisung BMVg – Fü S I 5, Az 32-12-05/VS-NfD vom 19. Juni 2009



Alle Soldaten/Soldatinnen sind grundsätzlich verpflichtet, **einmal im Jahr die Disziplinen des DSA abzulegen**. Vorbereitung und Abnahme der Übungen des DSA sind sinnvoll in die Allgemeine Sportausbildung einzubinden<sup>1</sup>.

### **c) Sonstige Leistungsnachweise**

**248.** Möglichst viele Soldaten/Soldatinnen sollen die Bedingungen zum Erwerb folgender Leistungsnachweise erfüllen:

- Deutsches Schwimmbzeichen und
- Deutsches Rettungsschwimmbzeichen der Deutschen Lebens-Rettungs-Gesellschaft (DLRG) und der Wasserwacht im Deutschen Roten Kreuz (DRK-WW)<sup>2</sup>.

---

<sup>1</sup> VMBl 2003 S. 92

<sup>2</sup> VMBl 1976 S. 282 i. V. m. VMBl 1978 S. 155

## Kapitel 3

### Grundsätzliche Bestimmungen

#### I. Sicherheitsbestimmungen

**301.** Die Bestimmungen über die Sicherheit im Sport gelten für die Allgemeine Sportausbildung, den außerdienstlichen Sport im Verantwortungsbereich der Bundeswehr, Sportveranstaltungen und die Besondere Sportausbildung.

**302. Während des Sports** trägt der Sportausbilder/die Sportausbilderin die Verantwortung für die Gesundheit der ihnen anvertrauten Soldaten/Soldatinnen. Sie müssen die für die einzelnen Sportarten geltenden Sicherheitsbestimmungen kennen und ihre Einhaltung sicherstellen.

**303.** Im Rahmen der **Unfallverhütung** ist in allen Bereichen des Sports dafür zu sorgen, dass

- das Sicherheitsbewusstsein der Soldaten/Soldatinnen durch sinnvolle Anleitung und Gewöhnung an ein geordnetes, umsichtiges und eigenverantwortliches Verhalten geweckt wird und
- die Planung, Organisation und Durchführung der jeweiligen Zielgruppe und der Ausbildungssituation angepasst und insbesondere die körperliche Belastung richtig dosiert wird.

**304. Vor Beginn und während des Sports** sind die Übungsanlagen, die Geräte und die Sportbekleidung auf ihren Zustand hin zu prüfen. Jeder Sportausbilder/jede Sportausbilderin hat die Pflicht, erkennbare Unfall- und Schadensursachen umgehend zu beseitigen bzw. zu melden. Lassen sich Unfall- und Schadensursachen nicht beseitigen, hat die Sportausbildung zu unterbleiben. Gegebenenfalls sind Änderungen in der Sportausbildung zu veranlassen.

**305.** Die **sportmedizinischen Richtlinien** sind zu beachten (siehe Nr. 310 ff.).

**306.** Bei der **Schwimmbildung** mit Nichtschwimmern/Nichtschwimmerinnen ist dem Sportausbilder/der Sportausbilderin mindestens ein Rettungsschwimmer/eine Rettungsschwimmerin zur zusätzlichen Aufsicht zur Seite zu stellen, der/die mindestens im Besitz eines gültigen Rettungsschwimmabzeichens Silber der DLRG/DRK-WW ist oder eine Person mit vergleichbarer Qualifikation (z. B. Schwimmmeister/Schwimmmeisterin). Besteht die Übungsgruppe ausschließlich aus Schwimmern/Schwimmerinnen, ist es ausreichend, wenn der Sportausbilder/die Sportausbilderin zusätzlich über diese Qualifikation verfügt.

Die Stärke der Übungsgruppe sollte die Anzahl von 25 bis 30 nicht überschreiten.

In angemessenen Zeiträumen (max. 3 Jahre) ist nachzuweisen, dass die Qualifikation Rettungsschwimmer Silber fortbesteht<sup>1</sup>.

**307.** Bei einer **Wassertemperatur** unter 17 Grad ist die Schwimmausbildung verboten. Es wird eine Temperatur von mindestens 22 Grad empfohlen.

**308.** Für **Konditions- und Fitnessräume** ist eine Nutzungsordnung zu erstellen.

**309.** **Faires Verhalten** ist im Sport immer anzustreben (siehe Nr. 104). Verstöße gegen sportliche Regeln sind zu unterbinden. Wo immer es möglich ist, sollte ein Schiedsrichter/eine Schiedsrichterin eingeteilt werden.

## II. Sportmedizinische Richtlinien

**310.** Die **günstigsten Zeiten** für eine sportliche Betätigung liegen aufgrund des natürlichen Tagesrhythmus in der zweiten Hälfte des Vor- und des Nachmittags. Sportliche Belastungen unmittelbar nach dem morgendlichen Aufstehen haben wegen der verminderten körperlichen Leistungsbereitschaft einen geringeren Trainingseffekt. In Form von gymnastischen Übungen am Morgen ist der Sport jedoch zur Aufwärmung und Vorbereitung auf den Dienst gut geeignet. 30 Minuten vor einer Hauptmahlzeit soll der Sport beendet sein; frühestens 60 Minuten nach dem Frühstück/Abendessen und 90 Minuten nach dem Mittagessen soll der Sport beginnen.

**311.** Bei **extremer Witterung** sind die Inhalte der Sportausbildung und die Leistungsanforderungen den jeweiligen Verhältnissen anzupassen. Besonders bei großer Kälte oder bei hohen Temperaturen, verbunden mit hoher Luftfeuchtigkeit, sind große, sportliche Anstrengungen zu vermeiden.

Jeder Sportausbilder/jede Sportausbilderin hat Anzeichen eines Schwächeanfalls, eines Kollapszustandes, eines Kälte- bzw. Hitzeschadens zu beachten und – wenn nötig – Maßnahmen der „Ersten Hilfe“ einzuleiten.

**312.** Zu **Beginn der Sportausbildung** oder des Trainings ist die Muskulatur durch gymnastische Übungen aufzuwärmen und zu lockern. Durch Anspannungs- und anschließende Dehnungsübungen lässt sich die Gefahr von Sportverletzungen und Sportschäden senken. Ein **sportliches Training** darf und soll zur Ermüdung führen, ohne zu erschöpfen. Die Leistungsanforderungen sind auf den übrigen Dienst abzustimmen.

---

<sup>1</sup> Die Ausbildung und Weiterbildung der Rettungsschwimmer erfolgt durch Sportlehrer Bw-Truppe in Zusammenarbeit mit Fachsportleiter/Fachsportleiterin Rettungsschwimmen.

**313.** Die **Intensität und der Umfang des Sports** sind an den körperlichen Voraussetzungen und der Belastbarkeit der teilnehmenden Soldaten/Soldatinnen auszurichten. Akute körperliche Überforderungen können u. U. zu bedrohlichen gesundheitlichen Zwischenfällen führen; auf längere Sicht haben körperliche Überlastungen eine Leistungsabnahme zur Folge.

**314. Wettkämpfe und Sportfeste** sind zeitlich so zu legen, dass ein ausreichendes vorbereitendes Training möglich ist. Leistungsüberprüfungen und Tests sind so mit dem Dienstplan abzustimmen, dass es zu keiner Beeinträchtigung der Leistungsfähigkeit kommt.

**315. Bei Erkrankungen**, insbesondere bei Infekten, ist die Teilnahme am Sport grundsätzlich zu untersagen. Die Beurteilung der Sportfähigkeit obliegt dem zuständigen Truppenarzt/der Truppenärztin.

**316.** Während beim Sport in jüngeren Jahren die Aspekte der Leistungssteigerung im Vordergrund stehen, dient der Sport bei einem Alter von mehr als 40 Jahren vorwiegend zur **Erhaltung der Gesundheit und der allgemeinen körperlichen/sportlichen Leistungsfähigkeit**. Vor allem Stoffwechsel-, Herz- und Gefäßkrankheiten sowie Beschwerden am Halte- und Bewegungsapparat kann durch regelmäßige, richtig dosierte körperliche Aktivität vorgebeugt werden.

**317.** Aus medizinischer Sicht besitzen **Ausdauerbelastungen** den größten gesundheitlichen Wert (z. B. Dauerlauf, Schwimmen, Skilanglauf, Radfahren, Inline-Skating). Zur Erhaltung der körperlichen Fitness werden daneben insbesondere für **ältere Soldaten/Soldatinnen** gymnastische Übungen zur Kräftigung und Lockerung sowie zur Verbesserung der Beweglichkeit und Koordination empfohlen.

**318.** Sportarten, die Gelenke, Bänder, Muskeln oder Sehnen stark belasten, sind – insbesondere für **ältere Soldaten/Soldatinnen** – wegen der erhöhten Verletzungsgefahr nur eingeschränkt geeignet und setzen in jedem Fall eine sorgfältige Vor- und Nachbereitung (gründliche Erwärmung, begleitendes altersgemäßes Krafttraining, sorgfältiges anschließendes Dehnen, Einhaltung der Regenerationszeiten) voraus.

**319.** Eine **gesunde Lebensweise** fördert die körperliche Belastbarkeit und Leistungsfähigkeit! Dazu gehören u. a. eine abwechslungsreiche, vielseitige Ernährung, mäßiger Alkoholenuss, ausreichender Schlaf sowie das Meiden von Nikotin.

**320.** Nach dem Sport ist eine entsprechende **Körperpflege** unerlässlich. Die Sportbekleidung ist in hygienisch einwandfreiem Zustand zu halten.

**321.** Bei Sport in geschlossenen Räumen ist vor, während und nach dem Sport für gute Belüftung zu sorgen.

### III. Versorgungsschutz

**322.** Voraussetzung für den Versorgungsschutz nach dem Soldatenversorgungsgesetz (SVG) bei Sportunfällen ist, dass es sich um einen Unfall während der Ausübung des Wehrdienstes handelt. Diese Voraussetzung ist nur erfüllt, wenn der Sport im Rahmen des Dienstplans ausgeübt wird oder – außerhalb des Dienstplans – auf einer dienstlichen Anordnung des/der zuständigen Disziplinarvorgesetzten beruht und somit keine freiwillige sportliche Betätigung mehr darstellt (siehe Nr. 204). Eine gesundheitliche Schädigung durch einen solchen Unfall ist eine Wehrdienstbeschädigung im Sinne der 2. Alternative des § 81 Abs. 1 SVG. Für Berufssoldaten/Berufssoldatinnen liegt außerdem ein Dienstunfall im Sinne des § 27 SVG vor.

**323.** Mit der notwendigen dienstlichen Anordnung legt der/die Disziplinarvorgesetzte/im BMVg, der Referatsleiter/die Referatsleiterin oder Stabsabteilungsleiter/Stabsabteilungsleiterin oder Unterabteilungsleiter/Unterabteilungsleiterin die Modalitäten des beabsichtigten Trainings fest. In der Regel erfolgt hierzu mindestens die Bestimmung von Trainingszeit, Trainingsort und Sportausbilder/ Sportausbilderinnen. Verzichtet der/die anordnende Disziplinarvorgesetzte auf die Bestimmung eines Sportausbilders/einer Sportausbilderin, ist der/die allein trainierende Soldat/Soldatin versorgungsrechtlich – analog einer normalen Sportausbildung (mindestens zwei, in der Regel mehrere Personen) – ohne weitere Einschränkung abgesichert; im Falle eines Unfalles hat jedoch der/die anordnende Disziplinarvorgesetzte seine/ihre getroffene Entscheidung ggf. zu verantworten (siehe Nrn. 204 und 208).

**324.** Auch wenn für den Soldaten/die Soldatin eine besondere Pflicht zur Gesunderhaltung besteht und der Dienstherr deshalb regelmäßigen Sport in der Freizeit fördert, wird der aufgrund eines eigenen Entschlusses individuell ausgeübte Sport nicht zum Dienstsport, selbst wenn er in Arbeitspausen oder Freistunden während der Rahmendienstzeit ausgeübt wird (siehe Nr. 204).

**325.** Bei einer freiwilligen sportlichen Betätigung besteht – abgesehen von dem umfassend versorgungsrechtlich geschützten Ausgleichssport (Betriebssport) gemäß Erlass BMVg vom 15. Juli 1991 (VMBl S. 465) – nach ständiger höchstrichterlicher Rechtsprechung – dann Versorgungsschutz im Rahmen der Beschädigtenversorgung, wenn der Sport vom/von der zuständigen Disziplinarvorgesetzten aus dienstlichen Gründen genehmigt und von einem/einer von ihm/ihr beauftragten Soldaten/Soldatin oder einer von ihm/ihr bestellten Zivilperson, die in einem Dienstverhältnis zur Bundeswehr steht, verantwortlich geleitet wird (siehe Nr. 213). Unter diesen Voraussetzungen liegt bei einem Unfall eine gesundheitliche Schädigung durch die dem Wehrdienst eigentümlichen Verhältnisse im Sinne der 3. Alternative des § 81 Abs. 1 SVG vor. Ein Dienstunfallschutz für Berufssoldaten/Berufssoldatinnen nach § 27 SVG besteht jedoch nicht.

**326.** Die Pflicht zur Dienstaufsicht und zur Fürsorge verlangt von jedem/jeder Verantwortlichen für die Sportausbildung, dass organisatorische Vorkehrungen getroffen werden, die den größtmöglichen Schutz vor gesundheitlichen Gefahren sicherstellen, die mit dem erteilten Auftrag verbunden sein können.

## Kapitel 4

### Richtlinien und Normen

#### I. Sportanlagen

**401.** Genormte Sportanlagen, Einrichtungen und Geräte sind die Voraussetzungen für einen geregelten Sportbetrieb. Messbar und vergleichbar sind nur Leistungen, die auf wettkampfgerechten und gewarteten Sportanlagen mit der entsprechenden Ausstattung und mit geeichten und gepflegten Geräten erzielt werden. **Die Sportanlagen der Bundeswehr sollen der Leitplanung des DOSB entsprechen.**

Ä

**402.** Bedarf, Art und Größe der Sportanlagen sind in **den Raum- und Flächennormen der Bundeswehr (RFN)**<sup>1</sup> festgelegt. Die Sportanlagen sind nach den **baufachlichen Richtlinien** auszuführen (Auszug siehe Anlage 4).

**403.** Über Sportanlagen für Universitäten, Akademien, Schulen, Stäbe, Kontingente/Truppenteile im Einsatz und vergleichbare Dienststellen entscheidet in jedem Einzelfall das BMVg.

**404.** Der Bedarf an **Schwimmballen** wird vom BMVg ermittelt und festgelegt.

**405.** Stehen für den dienstlichen Sport **keine bundeswehreigenen Sportanlagen** in ausreichendem Umfang zur Verfügung, kann das zuständige Bundeswehrdienstleistungszentrum zivile Sportanlagen in dem notwendigen Umfang zur Nutzung vertraglich anmieten.

Ä

#### II. Sportgerät

**406.** Die Ausstattung der Sportanlagen mit liegenschaftsgebundenem Turn- und Sportgerät richtet sich nach Raumausstattungssätzen (RAS) für Sportanlagen. Die Beschaffung erfolgt über die Standortverwaltungen.

**407.** Einheiten und Verbände sowie Schulen und Dienststellen erhalten außerdem Sportgerät als Wehrmaterial bzw. als dienststellegebundenes Gerät (STAN-Sportgerätesätze; siehe Anlage 4).

---

<sup>1</sup> ZDv 73/1 VS-NfD „Raum- und Flächennormen der Bundeswehr (RFN)“ sowie AllgUmdr Nr. 150 VS-NfD „Grundsätzliche Militärische Infrastrukturforderung für eine Truppenunterkunft (GMIF Truppenunterkunft)“

Grundsätzlich kann privates Sportgerät, das den jeweils gültigen Sicherheitsbestimmungen entspricht, in eigener Verantwortung benutzt werden. Einzelheiten bestimmt der/die Disziplinarvorgesetzte im Zusammenwirken mit dem Sportausbilder/der Sportausbilderin.

**408.** Zur Betreuung der Soldaten/Soldatinnen in der Freizeit können Sportgeräte beschafft werden (siehe Nr. 215).

### III. Sportbekleidung

**409.** Jeder **Grundwehrdienstleistende, jeder/jede Zeitsoldat/Zeitsoldatin sowie Berufssoldat/Berufssoldatin**, der/die nicht Selbsteinkleider ist, erhält Sportbekleidung im Rahmen seiner/ihrer „persönlichen Ausrüstung“ gemäß Ausstattungssoll<sup>1</sup>.

**410.** **Offiziere** sind als Selbsteinkleider/Selbsteinkleiderinnen nach den allgemeinen Verwaltungsvorschriften (§ 69 Abs. 1 Bundesbesoldungsgesetz (BbesG)) verpflichtet, die vorgeschriebene Sportbekleidung bereitzuhalten<sup>2</sup>.

**411.** Das **Tragen privater Sportbekleidung** ist grundsätzlich erlaubt und durch den Disziplinarvorgesetzten/die Disziplinarvorgesetzte im Einzelfall zu regeln.

**412.** Die Ausrüstung von Spitzensportlern/Spitzensportlerinnen der Bundeswehr ist gesondert geregelt.

---

<sup>1</sup> AllgUmdr Nr. 37/3 „Richtlinien für Bekleidung“

<sup>2</sup> ZDv 37/10 „Anzugordnung für die Soldaten der Bundeswehr“



## **Anhang**

# Hinweis auf Allgemeinen Umdruck 3/109 und computerunterstützte Ausbildung (Lernprogramme)

## 1. Allg Umdr 3/109

### Theorie und Praxis des Sports in der Bundeswehr

Der AllgUmdr Nr. 3/109 ist eine Ausbildungshilfe zur Umsetzung der ZDv 3/10 „Sport in der Bundeswehr“.

Er besteht aus einem Theorie- und einem Praxisteil. Der Praxisteil enthält zum Zeitpunkt der Drucklegung folgende Sportarten: Basketball, Handball, Fußball, Leichtathletik, Schwimmen und Gymnastik. Weitere Sportarten werden ergänzt.

Jedes Kapitel beginnt mit einer Lernzielübersicht. Auf der Feinzielebene werden entsprechend lernwirksame Bewegungsanweisungen vorgegeben. Zusätzlich werden die wichtigsten Wettkampffregeln genannt und insbesondere auch trainingsmethodische Hinweise zur Leistungssteigerung gegeben.

Jedes Kapitel endet mit fünf zusammenfassenden Handzetteln/Stundenbildern zur Durchführung der Ausbildung.

## 2. Computerunterstützte Ausbildung (Lernprogramme)

(Computer **U**nterstützte **A**usbildung)

Für die Aus-, Fort- und Weiterbildung von Ausbildern werden CUA-Lernprogramme entwickelt.

Unter dem Titel „**Starke Leistung**“ ist bereits ein Programm zum Teilgebiet **Trainingslehre** vorhanden. Es enthält eine trainingsmethodische Gesamtkonzeption für Maßnahmen zur Steigerung der Leistungsfähigkeit. Neben theoretischen Hintergrundinformationen enthält es vor allem Praxishinweise für ein zielgerichtetes Training im Truppenalltag.

Unter dem Titel „**Optimal gelöst**“ wird zum Themenkomplex **Biomechanik** und **Bewegungslehre** ein weiteres Programm angeboten. Hier werden bewegungstechnische Grundlagen zur Steigerung der Leistungsfähigkeit vermittelt.

Die CUA-Lernprogramme sind über die **Vorschriftenstellen** zu erhalten.

## Sport in Neigungsgruppen

1. Sport in Neigungsgruppen ist **eine Organisationsform** des Sports, die sich unter Beachtung vorgegebener Ausbildungsziele in ihrer Gestaltung und Ausrichtung den Interessen und Bedürfnissen der Soldaten/Soldatinnen öffnet (siehe Nrn. 209 und 210). Das bedeutet, dass sich jeder Soldat/jede Soldatin aus einem Sportangebot mindestens eine Sportart auswählt.
2. Sport in Neigungsgruppen geht davon aus, dass es im Hinblick auf die vorgegebenen Ausbildungsziele (Nr. 104) eine untergeordnete Rolle spielt, welche Sportart betrieben wird. Viel entscheidender als die zeitlich parallele Ausbildung in mehreren Sportarten ist die Intensität/Häufigkeit, mit der geübt wird.
3. Durch die **vertiefte Auseinandersetzung** mit Sportarten seiner Wahl wächst die Chance, dass der Soldat/die Soldatin dem Sport und seiner/ihrer persönlichen Leistungsentwicklung Interesse abgewinnt.
4. Beim Sport in Neigungsgruppen kann sich jede Einheit/Dienststelle unter Berücksichtigung der örtlich verfügbaren **Sportanlagen und Sportgeräte sowie der Anzahl von Sportausbildern/Sportausbilderinnen** ein „individuelles“ Sportprogramm zusammenstellen (Baukastensystem).
5. Die Wirksamkeit des Sports in Neigungsgruppen überprüfen die jeweiligen Sportausbilder/Sportausbilderinnen durch sportartspezifische Tests **und** sportartübergreifend durch den BFT.

# Sportleistungsblatt

Zutreffendes bitte ankreuzen

Name, Vorname	Personenkennziffer		Eintritt in die Bundeswehr

## 1. Ausbilder-Qualifikation

1.1 Bundeswehr	ATN	erworben am	gültig bis	verlängert bis	Dienststelle, Unterschrift
<input type="checkbox"/> Sportleiter					
<input type="checkbox"/> Übungsleiter Bw					
<input type="checkbox"/> Fachsportleiter					
<input type="checkbox"/> Sportabzeichenprüfer Bw					
<input type="checkbox"/>					
<input type="checkbox"/>					

1.2 Zivile Qualifikation	erworben am	gültig bis	verlängert bis	Dienststelle, Unterschrift
<input type="checkbox"/> Übungsleiter DOSB				
<input type="checkbox"/> Sportabzeichen Prüferausweis				
<input type="checkbox"/> Lehrschein der DLRG/DRK				
<input type="checkbox"/>				
<input type="checkbox"/>				
<input type="checkbox"/>				

2. Sportliche Qualifikation	erworben am	gültig bis	verlängert bis	Dienststelle, Unterschrift
<b>Schwimmabzeichen:</b>				
<input type="checkbox"/> Bronze				
<input type="checkbox"/> Silber				
<input type="checkbox"/> Gold				
<b>Rettungsschwimmabzeichen:</b>				
<input type="checkbox"/> Bronze				
<input type="checkbox"/> Silber				
<input type="checkbox"/> Gold				
<b>Sonstige:</b>				
<input type="checkbox"/>				
<input type="checkbox"/>				
<input type="checkbox"/>				
<input type="checkbox"/>				

## 3. Sonstige sportliche Leistungen/Eignungen, die über die Angaben im Sportleistungsblatt hinausgehen

---



---



---



---

Anlage 3/2

4. Eintragung der Leistungen für das Deutsche Sportabzeichen

Jahr	Alters- klasse	Gruppe I		Gruppe II		Gruppe III		Gruppe IV		Gruppe V		erfüllt		DSA	Bronze Silber Gold/Whlg	Dienststelle, Unterschrift
		Übung	Leistung	Übung	Leistung	Übung	Leistung	Übung	Leistung	Übung	Leistung	ja	nein			
		200 m Schw										<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
		200 m Schw										<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
		200 m Schw										<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
		200 m Schw										<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
		200 m Schw										<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
		200 m Schw										<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
		200 m Schw										<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
		200 m Schw										<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
		200 m Schw										<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
		200 m Schw										<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
		200 m Schw										<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
		200 m Schw										<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
		200 m Schw										<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
		200 m Schw										<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
		200 m Schw										<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
		200 m Schw										<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
		200 m Schw										<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
		200 m Schw										<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
		200 m Schw										<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
		200 m Schw										<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			



## 6. Ausfüllhinweise

### Zu 1. Ausbilder-Qualifikation

Beispiel: zu 1.1: – Fachsportleiter Volleyball  
zu 1.2: – Lizenz Trainer B Fußball

### Zu 2. Sportliche Qualifikation

Sonstige: Laufabzeichen DLV

### Zu 3. Sonstige sportliche Leistungen/.....

Beispiel: Fußball-Oberligaspieler  
Badminton-Landesmeister

### Zu 4. Übungen in abgekürzter Form angeben:

Beispiel: Gruppe II: Weit  
Gruppe III: 100 m  
Gruppe IV: Stein  
Gruppe V: 1 000 m Schw

### Zu 5. Eintrag bei

- 11 x 10 m-Sprinttest: benötigte Zeit auf 1/10 Sekunde genau,
- Klimmhang: erreichte Zeit auf 1/10 Sekunde genau und
- 1 000 m-Lauf: benötigte Zeit sekundengenau

angeben

|  
Ä  
|

## Sportanlagen (Infrastruktur, baufachliche Richtlinien) und Sportgeräte

Sportanlagen und Sportgeräte zur Durchführung der Sportausbildung werden der Truppe grundsätzlich zur Verfügung gestellt.

Die Anzahl und Art der Sportanlagen richten sich nach der Belegstärke für Truppenunterkünfte/vergleichbare Liegenschaften.

Die Ausstattung mit Sportgerät erfolgt auf zwei unterschiedlichen Wegen. Die Ausstattung mit liegenschaftsgebundenem Gerät ist von den jeweilig zur Verfügung stehenden Sportanlagen abhängig.

Die STAN-Sportgerätesätze bemessen sich nicht an der Infrastruktur, sondern an der Größe und Art der Einheit bzw. vergleichbaren Einrichtung.

Für die Ausstattung mit liegenschaftsgebundenem Gerät sind die Standortverwaltungen zuständig.

Die Beschaffung der Sportgerätesätze erfolgt nach den entsprechenden logistischen Weisungen.

### 1. Sportanlagen

Truppenunterkünfte/vergleichbare Liegenschaften erhalten folgende **Sporthallen und Konditionsräume**: (vgl. AllgUmdr Nr. 150 „Grundsätzliche Militärische Strukturförderung für eine Truppenunterkunft (GMIF).

Belegungsstärke	Sporthalle, groß	Sporthalle, klein	Konditionsraum
100 bis 250 Soldaten			1
251 bis 500 Soldaten		1 <sup>1)</sup>	1
501 bis 1 000 Soldaten	1		1
1 001 bis 1 500 Soldaten	1		2
1 501 bis 2 250 Soldaten	2		2
2 251 bis 3 000 Soldaten	2		3
Mehr als 3 000 Soldaten je angefangene 1 000 Soldaten <b>zusätzlich</b>	1		

<sup>1)</sup> Soldaten in Truppenunterkünften, deren Belegungsstärke zwischen 251 und 500 Soldaten gem. STAN (F) beträgt, erhalten grundsätzlich eine Sporthalle, klein.



## Anlage 4/2

Liegen besondere Umstände vor, ist im Einzelfall (Entscheidung BMVg) zu prüfen, ob eine Sporthalle (groß) zu fordern ist.

Truppenunterkünfte/vergleichbare Liegenschaften erhalten je nach Belegungsstärke folgende Anzahl an **Sportplatz-/Kleinsportanlagen**:

Belegungsstärke	Sportplatzanlage	Kleinsportplatzanlage
100 bis 250 Soldaten		1
251 bis 1 000 Soldaten	1	1
1 001 bis 1 500 Soldaten	1	2
1 501 bis 3 000 Soldaten <sup>1)</sup>	2	2
Mehr als 3 000 Soldaten: – je angefangene 1 000 Soldaten, <b>zusätzlich:</b> – je angefangene 1 500 Soldaten, <b>zusätzlich:</b> <sup>2)</sup>	1	1

<sup>1)</sup> Überschreitungen bis 10 % sind hinnehmbar.

<sup>2)</sup> Die Belegungsstärke ist die Belegungsstärke gem. STAN (F).

## 2. Sportgerätesätze/Auszüge

Material-Planungsbegriff	Kurzbeschreibung	Material-Planungsnummer	Versorgungsnummer
Sportgerätesatz	Gerät für die Sportausbildung der Einheiten	7810-21009	
Sportgerätesatz KL-Einheiten	Gerät für die Sportausbildung der Einheiten	7810-21019	
Sportgerätesatz Selbstständige Einheiten	Gerät für die Sportausbildung in selbstständigen Einheiten und vergleichbaren Einrichtungen der Bw	7810-01009	
Sportgeräteausstattung für Offz-/Uffz- und Truppschulen		7810-22206	7810-12-147-3212
Sportgeräte Ergänzungssatz Schulen	Gerät für die Sportausbildung der Einheiten	7810-21029	7810-12-168-2912
Sportgeräteausrüstung Marine	Gerät für die Sportausbildung für schwimmende Einheiten	7810-21059	7810-12-132-7027 7810-12-172-9975
Sportgeräteausstattung für fliegendes Personal	Zusammenstellung von Geräten, die ein spezielles Kraft-/Ausdauertraining für fliegendes Personal ermöglichen	7830-01009	7810-12-314-6426



