



# SIEMENS

Liebe Kolleginnen und Kollegen,

die Siemens Sport- und Freizeitanlage möchte Sie, liebe Mitarbeitende, zusammen mit dem Regionalreferat Erlangen/Nürnberg auch dieses Jahr herzlich zur gemeinsamen Sportabzeichen-Aktion einladen. Dabei folgen wir unserem Motto:

## **Gemeinsam bewegen. Neues entdecken. Mach mit beim Sportabzeichen!**

Wir möchten an letztes Jahr anknüpfen und auch 2022 gemeinsam Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination trainieren und an der frischen Luft neue Disziplinen entdecken. Schirmherr unserer Sportabzeichen-Aktion ist Ralf Thomas, CFO und Mitglied des Vorstands der Siemens AG sowie Siemens-Sprecher der Metropolregion Nürnberg.

## Die Infos in Kürze

- ✓ Teilnehmen an der Aktion inkl. Training können alle Mitarbeitenden der **Siemens AG, Siemens Mobility, Siemens Healthineers und Siemens Energy** sowie deren Familienangehörige und Freunde. Herzlich willkommen heißen möchten wir auch geflüchtete Menschen aus der Ukraine, mit denen Sie aktiv in Verbindung stehen und die Sie gern mit einbinden möchten.
- ✓ Unabhängig vom Geschlecht kann jede Person ab sechs Jahren das Deutsche Sportabzeichen ablegen – auch ohne Mitgliedschaft in einem Sportverein.
- ✓ In den vier Bereichen Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination legen Sie jeweils eine Disziplin ab. Je nach Leistung in der zutreffenden Altersklasse wird das Sportabzeichen in Bronze, Silber oder Gold verliehen.
- ✓ Teamplayer? Für Gruppen von vier Personen bieten wir ein Teamsportabzeichen an. Hierbei übernimmt jeweils eine Person den Bereich Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit oder Koordination.
- ✓ Im Rahmen der Aktion bieten wir die Möglichkeit, gemeinsam fit für das Abzeichen zu werden und stellen dafür kurze Videoclips zur Anleitung der Bewegungsformen zur Verfügung. Zudem sind ab Mitte Mai Trainingssessions vor Ort geplant.
- ✓ Auch Mitarbeitende mit Behinderung können das Deutsche Sportabzeichen erwerben ([↗ Anmeldeinformationen in leichter Sprache](#)).



## Wählen Sie je eine Disziplin pro Bereich

- 1. Ausdauer:** 3 km Lauf, Schwimmen, ggf. 7,5 km Nordic Walking
- 2. Kraft:** Medizinball, Kugelstoßen, Steinstoßen, Standweitsprung
- 3. Schnelligkeit:** 50–100 m Laufen, 25 m Schwimmen
- 4. Koordination:** Weitsprung, Hochsprung, Schleuderball, Seilspringen



## Jetzt anmelden!

[↗ Melden Sie sich einfach hier an](#) – und schon sind Sie dabei!

In der Yammer-Gruppe „[↗ Sportabzeichen Event 2022](#)“ finden Sie alle weiterführenden Informationen, Neuigkeiten und Videos.

Noch Fragen zum Deutschen Sportabzeichen? [↗ Hier geht's zu den FAQs](#).

## Termine

**Ab Mitte Mai** folgen auf Yammer kurze Videoclips mit Anleitungen zu den einzelnen Sportarten (disziplinbezogen bspw. zum Springen, Werfen oder Laufen), die Sie beim Training unterstützen.

**Vom 18. Mai bis zum 08. Juli 2022** finden auf der Sport- und Freizeitanlage Erlangen jeweils mittwochs (17:00-19:00 Uhr) und freitags (15:30-17:30 Uhr) Trainings und die Abnahme des Abzeichens statt.

Bitte melden Sie sich im Vorfeld über unsere Terminbuchungsplattform zu den Terminen an. Sie erhalten den Link mit Ihrer Anmeldebestätigung per E-Mail.

## Abschlussveranstaltung

Am 14. Juli 2022 planen wir je nach Pandemielage eine Abschlussveranstaltung mit Aktionen der Sportgemeinschaft Siemens Erlangen, Kinderaktivitäten und weiterem Programm. Aktuelle Infos dazu teilen wir in der Yammer-Gruppe!

## Sie haben Fragen zur Aktion?

Wenden Sie sich gerne an das Team der Health Promotion Erlangen:

Dr. Michael Bebenek, David Wägner, Hannah Eckmeier, Johannes Störlein

[sportzentrum.hr@siemens.com](mailto:sportzentrum.hr@siemens.com)

Siemens AG  
Regionalreferat Erlangen/Nürnberg  
Leitung Michael Sigmund  
Siemenspromenade 3  
91058 Erlangen

Siemens AG  
Sport- und Freizeitanlage Erlangen  
Leitung Dr. Michael Bebenek  
Komotauer Str. 2–4  
91052 Erlangen

Es werden für diese Veranstaltung die erforderlichen Corona-Schutzmaßnahmen nach Vorgabe der Bayerischen Staatsregierung und in Abstimmung mit dem Krisenstab ERL G geplant. Die Hygieneregeln müssen eingehalten werden, je nach Infektionslage ist das Tragen von Masken erforderlich. Bei ungünstiger Infektionslage wird die Abschlussveranstaltung abgesagt. Das Training als auch die Abschlussveranstaltung ist Freizeit, für Unfälle wird nicht gehaftet. Ihre Daten werden ausschließlich zu Zwecken des Zugangs zur Sportanlage oder zur Erstellung des Sportabzeichens verwendet.