



Das Deutsche Sportabzeichen

Das Deutsche Sportabzeichen (DSA) ist eine Auszeichnung des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB). Es ist die höchste Auszeichnung außerhalb des Wettkampfsports und wird als Leistungsabzeichen für überdurchschnittliche und vielseitige körperliche Leistungsfähigkeit verliehen. Die zu erbringenden Leistungen orientieren sich an den motorischen Grundfähigkeiten Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination. Voraussetzung ist das erfolgreiche Absolvieren der in diesem Regelwerk geforderten Leistungen. Die Verleihung erfolgt durch die Ausstellung einer Urkunde.

Sportabzeichen-Digital

DEUTSCHES
SPORT
ABZEICHEN

[Sportabzeichen-Digital \(login\)](#)

[FAQ - Häufig gestellte Fragen](#)

Für Prüfer*innen

Für Prüfer*innen

Hier gibt es alle wichtigen [Materialien zum deutschen Sportabzeichen!](#)

Für hinführende Übungen und Tipps zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit gibt es das [Übungsbooklet](#)

Als Voraussetzung für das Deutsche Sportabzeichen ist das erfolgreiche Absolvieren der in diesem Regelwerk geforderten Leistungen: [Der Prüfungswegweiser - inklusive Prüfungsbestimmungen für Menschen mit Behinderung.](#)

[50 Antworten auf häufig gestellte Fragen zu den Themen Recht und Versicherungen für Übungsleiter*innen, Trainer*innen, Jugendleiter*innen und Betreuer*innen](#)

Downloads

[Kurskonzept "Fit mit dem deutschen Sportabzeichen"](#)

Dateiformat pdf

Datum 26.01.2026

[Herunterladen](#)

[Wissenswertes für Prüfer*innen](#)

Stand Februar 2026

Dateiformat pdf

Datum 03.03.2026

[Herunterladen](#)

[Arbeitshilfe Sicherheitshinweise](#)

Dateiformat pdf

Datum 26.01.2026

[Herunterladen](#)

[Gesundheitsfragebogen](#)

Dateiformat pdf

Datum 26.01.2026

[Herunterladen](#)

[Hilfestellung für Lehrer*innen](#)

Dateiformat pdf

Datum 26.01.2026

[Herunterladen](#)

Für Sportler*innen

Für Sportler*innen

Für hilfreiche Übungen und Tipps zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit gibt es das [Übungsbooklet](#)

Downloads

[Individuelles Training für das DSA](#)

Dateiformat pdf

Datum 26.01.2026

[Herunterladen](#)

Details

Autor:

Landessportbund NRW und DOSB

zuletzt aktualisiert/geprüft:

Januar 2026

Quellen:

[deutsches-sportabzeichen.de](https://www.deutsches-sportabzeichen.de)