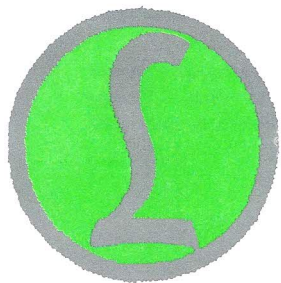


Innerhalb eines Jahres ist die Verleihung aller 6 Stufen möglich.
Wiederholungsabzeichen für 5 und 10 Jahre.



15 Minuten
Laufen ohne Pause,
Tempo beliebig

DSV Laufabzeichen- Ausweis		
Name*	Vorname*	Jahrgang
hat mit 15 Minuten Laufen die Bedingungen der 1. Stufe erfüllt.		
Ort		
Datum		Stempel und Unterschrift
* bitte Druckbuchstaben		



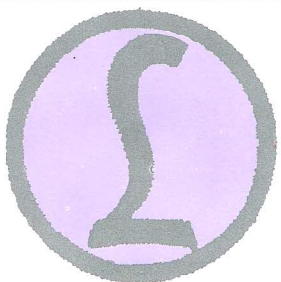
30 Minuten
Laufen ohne Pause,
Tempo beliebig

DSV Laufabzeichen- Ausweis		
Name*	Vorname*	Jahrgang
hat mit 30 Minuten Laufen die Bedingungen der 2. Stufe erfüllt.		
Ort		
Datum		Stempel und Unterschrift
* bitte Druckbuchstaben		



60 Minuten
Laufen ohne Pause,
Tempo beliebig

DSV Laufabzeichen- Ausweis		
Name*	Vorname*	Jahrgang
hat mit 60 Minuten Laufen die Bedingungen der 3. Stufe erfüllt.		
Ort		
Datum		Stempel und Unterschrift
* bitte Druckbuchstaben		



90 Minuten
Laufen ohne Pause,
Tempo beliebig

DSV Laufabzeichen- Ausweis		
Name*	Vorname*	Jahrgang
hat mit 90 Minuten Laufen die Bedingungen der 4. Stufe erfüllt.		
Ort		
Datum		Stempel und Unterschrift
* bitte Druckbuchstaben		



120 Minuten
Laufen ohne Pause,
Tempo beliebig

DSV Laufabzeichen- Ausweis		
Name*	Vorname*	Jahrgang
hat mit 120 Minuten Laufen die Bedingungen der 5. Stufe erfüllt.		
Ort		
Datum		Stempel und Unterschrift
* bitte Druckbuchstaben		



Marathonlauf = 42 195 m
für die erfolgreiche Teilnahme
an einem Marathonlauf

DSV Laufabzeichen- Ausweis		
Name*	Vorname*	Jahrgang
hat mit 42195 m Laufen die Bedingungen für Marathon erfüllt.		
Ort		
Datum		Stempel und Unterschrift
* bitte Druckbuchstaben		

