

# Kurse und Veranstaltungen

**DLV „Tag des Laufens“ Laufabzeichenabnahme (+ Walkingabzeichen) am Mittwoch, den 3. Juni 2026 Infos folgen**

## **Zusammen ist besser – Berlin räumt auf- Seid mit dabei am 24.04.2026**

Berlin sauber machen und vom Müll befreien. Das ist das Ziel der großen Aktion „Zusammen ist besser – Berlin räumt auf“ von rbb 88.8, gemeinsam mit nebenan.de,

der BSR und den Berliner Bezirken. Die Idee: Vom 14. bis 29. April gehen möglichst viele Berlinerinnen und Berliner Müll sammeln, jeden Tag ein anderer Bezirk.

Friedrichshain-Kreuzberg ist am Freitag, 24. April dran. Und jeder\*r kann mitmachen.

Das Ziel der Aktion ist, dass wir alle gemeinsam zeigen: Wir Berlinerinnen und Berliner kümmern uns um unsere Stadt. Wir meckern nicht nur, sondern tun auch was dafür, dass unsere Stadt schön und sauber ist, in seiner Straße, in seinem Kiez oder seinem Lieblingsort.

BerlinRaeumtAuf

Update: 25.07.25 – 9:00 Uhr Packt die Regenschirme ein und auf zu den „Kreuzberger Alpen“ ☐ Unsere Veranstaltung findet statt. Eventuell verschieben wir das Startfenster leicht. Ihr könnt vor Ort auch auf die kürzeren Zeiten 30 oder 60 Minuten ummelden. Es gibt Umkleidekabinen wir stellen Zelte für unsere Gäste auf. Wir starten erst, wenn das Wetter Ausblick auf ein Stündchen starkregenfreies Zeit gibt. Regen- und Wechselkleidung nicht vergessen. Im Anschluss laden wir im Trockenen zum gemeinsamen Abendessen ein. Wir freuen uns auf euch. Dieter und Claudi

## **Herzlich willkommen zum: Kiezwalk am Freitag, den 25. Juli 2025, Start ist im Willy-Kressmann-Stadion**

Hier geht es zur Ausschreibung: siehe PDF, BT-LA DLV Abzeichenabnahme-2025

DLV\_Abzeichenabnahme 2025\_BT-LA\_2\_Seiten

Wir bieten euch zusätzlich am Veranstaltungstag an die Disziplinen Standweitsprung, Medizinballwurf und Seilsprung zu prüfen. Es werden mehrere Sportabzeichenprüfer\*innen vor Ort sein. Bitte bekundet euer Interesse mit der Meldung zur Veranstaltung. Das DLV-Abzeichen ist in der Disziplinengruppe Ausdauer für das Sportabzeichen(DSA) anerkannt.

Durch die Vorlage des Ausweises oder Urkunde für das Laufabzeichen der Stufen 4 (90min) oder Walking und Nordic-Walkingabzeichen der Stufe 3 (120min) gilt im Jahr der Ausstellung die Prüfung auf der Leistungsebene Gold als absolviert. Für alle, die zwei Stunden W/NW absolvieren möchten ist der Start

bereits um 16:30 Uhr.

Herzliche Grüße vom BT-LA-Team

**DLV „Tag des Laufens“ Laufabzeichenabnahme (+ Walkingabzeichen) am Mittwoch, den 4. Juni 2025 Infos, siehe PDF-Link.**



**DLV\_WalkingAbzeichen Freitag, 19. Juli 2024, hier geht's zum Bericht, siehe Link**



DLV Abzeichen 120min Walken

**Nächster Kiezwalk am Freitag, den 19. Juli 2024**

**DLV Lauf- & Walkingabzeichen-Abnahme Start um 17:00 Uhr**



Liebe Walkingfans,

auf zum Präventions-Bonuspunkte sammeln, die X-Berger Alpen rufen euch!  
Unsere nächste **DLV Walkingabzeichen** Abnahme findet am **Freitag, den 19. Juli 2024** im Kressmannstadion statt. Start ist um 17:00 Uhr.

Stufe 3- 120 Minuten (NW)/ Walken, kann für das Sportabzeichen des DOSB als Ausdauerleistung **Leistungsstufe Gold** anerkannt werden.

Wir freuen uns auf euch und grüßen herzlich

Dieter & Claudia + BT-LA-Team

Ausschreibung, Seite 1 von 2, siehe Link: [DLV\\_Abzeichenabnahme-2024 BT-LA](#)

[DLV\\_Abzeichenabnahme 2024\\_BT-LA](#)

Ausschreibung, Seite 2 von 2, siehe Link: [Teilnahmebedingungen, DLV\\_Abzeichenabnahme-2024 BT-LA](#)

**5. JUNI  
2024**



**DATEV**  
**#GEMEINSAM  
MEHR  
BEWEGEN**

TagDesLaufens\_BT-LA\_A5

Wir waren dabei, beim Tag des Laufens am Mittwoch, den 5. Juni 24! Ein gut gelauntes Warm up und eine Geburtstagsständchen zum Beginn und die tollen Startnummer, beim Training (?) bereiteten eine ganz besondere Stimmung! So gingen alle gut gelaunt an den Start um die Dauerlaufdisziplin für das Sportabzeichen bei einem lockeren Läuferchen zu absolvieren. Für die Jüngsten und die Kinder der Schul AG als Haupttrainingsteil, für unsere Leichtathlet\*innen als Warm Up. Das Wetter sorgte dann nach 20 Minuten für eine Planänderung: Durch einen starken Regenschauer, schwammen unsere restlichen Pläne davon... Wir mussten unseren hochmotivierten Nachwuchs gerade zu zwingen, eine Regenpause einzulegen. Unserer erfahreneren Wettkämpfer\*innen trainierten jedoch weiter um sich auf zum Beispiel OL- und Mehrkampf Wettbewerbe vorzubereiten. Ein echter Sportler\*in lässt sich doch von Regen nicht abhalten ☐

Auf der „tagdeslaufens“-Seite erfahrt ihr wie ihr ein Signal fürs Laufen setzen könnt und unterstützt gleichzeitig Wiederaufforstungsprojekte in Deutschlands Wäldern. Anmeldung und Teilnahmebedingungen:

<https://www.tagdeslaufens.de/anmeldung>

## **BT-LA Walkingtreff am 8. März 2024**

hier geht es zum Bericht, siehe Link



BT-LA Walkingtreff am 8.März mit Gästen von den Kiezwalkern. Unseren Walkingtreff gibt es jeden Freitag um 17:00 Uhr. Mitstreiter\*innen sind herzlich willkommen.

**29.10.23 Wanderung durch den Kreuzberger Kiez zum Tag der offenen Tür OHL**



Kreuzberger KiezWalk zum Tag der offenen Tür OHL

## **Kiezwalk/ Gruselwalk am 29. Oktober 2023**

**Happy Birthday, liebe BT! Unsere DLV-Walkingabzeichen-Abnahme, fand im Rahmen der BT-Jubiläumsfeier am Tag der offenen Tür „DIE TURNHALLE“ Ohlauer Straße statt.**



29.10.2023, hier geht es zum Bericht, siehe [Link](#)

Ausschreibung, Seite 1 von 2, siehe [Link](#)/ PDF: DLV Abzeichenabnahme-2024 BT-LA

DLV\_Abzeichenabnahme 2024\_BT-LA

**Berlin, 14. Juli 2023 DLV Walkingabzeichen Abnahme,  
schön war's mit euch!**



Berlin, 14. Juli 2023 DLV Walkingabzeichen Abnahme

Und hier noch ein paar Daten für die Statistikfans: Es haben 23 Frauen und 4 Männer zusammen 12 x 30 Minuten und 15 x 60 Minuten Walkingabzeichen absolviert. Unsere Gäste kamen aus verschiedenen Walking-Gruppen: Wandergruppe Spandau, Seniorenreisegruppe Reimer, Kiez Walker, Stolpertruppe, ehemalige RBB Laufbewegung und die betreuenden BT – Walker vom Lauf- & Walking-Treff am X-berg.

Vorankündigung: Unsere nächste Abzeichenabnahme ist für Sonntag den, 29.10.2023 beim Tag der offenen Tür in der TURNHALLE/ Ohlauer Straße geplant. Wir freuen uns auf euch! Herzliche Grüße vom BT-LA-Team. Dieter & Claudi

## **10 Jahre Turnhalle, wir waren dabei, Kiezwalk 22** □

Kiezwalk am 21.05.22, Happy Birthday, liebe TURNHALLE! Unsere DLV-Walkingabzeichen-Abnahme 2022, fand im Rahmen der BT-Jubiläumsfeier 10 Jahre „DIE TURNHALLE“ am Samstag, 21. Mai 2022 in der Ohlauerstraße 24, 10999 Berlin statt.



Foto: Jasmin Röhner



BT-Walkingabzeichen 2019

Informationen zum Sportabzeichen 2020



## Sanftes Laufen, Walken und Nordic Walken zum Ausprobieren 2020

Liebe Eltern, liebe Interessierte, unser Lauf- und Walkingtreff lädt wieder herzlich zum sanften Ausdauertraining unter fachlicher Anleitung von Sportlehrerin Claudia Becker ein. Für alle die es mal ausprobieren oder ihre Technik verbessern möchten. Freitag am **18. September** von **17:30-18:30 Uhr** an. Das Angebot ist kostenlos. Das BT-LA-Team freut sich auf euch ☐



DLV Walkingabzeichen 2017; Zahlreiche Walker sind dem Aufruf gefolgt und machten in den „Kreuzberger Alpen“ ihr Walkingabzeichen :)

## **DLV- Lauf- & Walkingabzeichen-Abnahme**

Liebe Lauf- und Walkingfans,

die X-Berger Alpen rufen euch! Unsere nächste DLV Laufabzeichen Abnahme findet am **Montag, 17. Juli 2017** statt/ Start ist um 17:30 Uhr im Willy-Kressmann-Stadion (ehm.Katzbachstadion)/Eingang Dudenstraße

Wir freuen uns auf euch und grüßen herzlich

Claudia + BT-LA-Team



DLV Walkingabzeichenabnahme 2015

## **Kurse 2017**

Unsere aktuelle Präventionskurse mit Kassenanerkennung. Für alle, die ihre guten Vorsätze endlich umsetzen wollen!

Zertifiziertes Präventionsangebot der Zentralen Prüfstelle Prävention gemäß § 20 Abs. 1 und 2 SGB V/ (80% bis 100% Rückerstattung)

## **Lauftraining – Laufkurs für Anfänger und Wiedereinsteiger**