



# Kreisfeuerwehrverband

Limburg-Weilburg e.V.

Informationen für die Feuerwehren Nr. 117  
KFV-Info 04/2023 vom 10.04.2023

## DEUTSCHES FEUERWEHRFITNESSABZEICHEN (DFFA)



Auch im Kalenderjahr 2023 ist es wieder Ziel unseres Fachbereiches Feuerwehrsport das Deutsche Feuerwehr Fitnessabzeichen (DFFA) anzubieten.

Hinweis: Je nach Krankenkasse wird das DFFA bei deren Bonusprogramm anerkannt.

Die Abnahmetermine zu den einzelnen angebotenen Disziplinen sind auf der Folgeseite sowie im Terminkalender in unserem Webauftritt aufgeführt.

Das DFFA basiert auf drei Grundeigenschaften. Kraft, Ausdauer und Koordination sind die drei Stärken, die neben dem fachlichen Wissen und Können im Feuerwehrdienst erforderlich sind. Wer hier ein gewisses Leistungsniveau erreicht, ist für den allgemeinen Feuerwehrdienst tauglich. Aus dieser Grundüberlegung hat sich das Deutsche Feuerwehr Fitnessabzeichen mit seinen drei Leistungsstufen entwickelt:

- Gold für sehr gute körperliche Leistungsfähigkeit
- Silber für gute körperliche Leistungsfähigkeit und
- Bronze für befriedigende körperliche Leistungsfähigkeit



Getragen wird es als Bandschnalle (Erwachsene in rot, Jugend in blau, siehe Bild von Björn Hilß aus Wikipedia). Weitere Infos, insbesondere die Tabelle mit den zu erfüllenden und nach Altersstufen gegliederten Leistungen findet man unter:

[www.dfs.feuerwehrsport.org](http://www.dfs.feuerwehrsport.org)

Hinweis: Mit Inkrafttreten der neuen UVV Feuerwehren (DGUV Vorschrift 49) zum 01.10.2019 sind auch deren beigefügte Erläuterungen (DGUV Regel 105-049) zu beachten. Hierin wird unter Ziffer 2.4 ausgeführt, dass der Unternehmer – die Städte und Gemeinden – zur Förderung und Erhaltung der körperlichen Leistungsfähigkeit der ehrenamtlichen Feuerwehrangehörigen geeignete Maßnahmen anbieten soll („müssen, wenn können“). Dazu könne auch ein regelmäßiger Dienstsport gehören.





# Kreisfeuerwehrverband

Limburg-Weilburg e.V.

Informationen für die Feuerwehren Nr. 117  
KFV-Info 04/2023 vom 10.04.2023

## **DEUTSCHES FEUERWEHR FITNESSABZEICHEN (DFFA)**

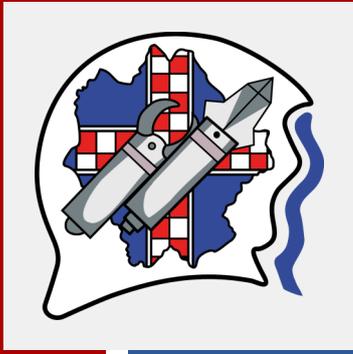
### *ABNAHMETERMINE IM JAHR 2023*

#### *ZU DEN EINZELNEN ANGEBOTENEN DISZIPLINEN*

Disziplin	Abnahmeort	Tag	Datum	Uhrzeit	Ansprechpartner
Laufen	Weilburg „Gunters Au“	Sonntag	18.06.2023	10:00 Uhr	Stefan Schmitt
Radfahren	Weilburg „Gunters Au“	Sonntag	18.06.2023	10:00 Uhr	Stefan Schmitt
Parcours	Turnhalle, Limburg, Ste.-Foy-Str. 16	Sonntag	09.07.2023	18:00 Uhr	Stefan Schmitt
Klimmzüge	Turnhalle, Limburg, Ste.-Foy-Str. 16	Sonntag	09.07.2023	18:00 Uhr	Stefan Schmitt
Dummyziehen	Turnhalle, Limburg, Ste.-Foy-Str. 16	Sonntag	09.07.2023	18:00 Uhr	Stefan Schmitt
Beugehang	Turnhalle, Limburg, Ste.-Foy-Str. 16	Sonntag	09.07.2023	18:00 Uhr	Stefan Schmitt
Laufen	Weilburg „Gunters Au“	Sonntag	24.09.2023	10:00 Uhr	Stefan Schmitt
Radfahren	Weilburg „Gunters Au“	Sonntag	24.09.2023	10:00 Uhr	Stefan Schmitt
Parcours	Turnhalle, Obertiefenbach	Sonntag	15.10.2023		Stefan Schmitt
Klimmzüge	Turnhalle, Obertiefenbach	Sonntag	15.10.2023		Stefan Schmitt
Dummyziehen	Turnhalle, Obertiefenbach	Sonntag	15.10.2023		Stefan Schmitt
Beugehang	Turnhalle, Obertiefenbach	Sonntag	15.10.2023		Stefan Schmitt
Schwimmen	Schwimmbad Limburg	Nur nach vorheriger Anmeldung und Terminabsprache unter <a href="mailto:sporttag@kreisfeuerwehrverband.net">sporttag@kreisfeuerwehrverband.net</a>			
Endlosleiter	Atenschutzübungsanlage Limburg	Abnahme- und Trainingstermine nur nach vorheriger Anmeldung und Terminabsprache unter <a href="mailto:sporttag@kreisfeuerwehrverband.net">sporttag@kreisfeuerwehrverband.net</a>			

Kreisfeuerwehrverband Limburg-Weilburg e.V.  
Kreisjugendfeuerwehr Limburg-Weilburg





# Kreisfeuerwehrverband

Limburg-Weilburg e.V.

Informationen für die Feuerwehren Nr. 117  
KFV-Info 04/2023 vom 10.04.2023

Weitere Abnahmen zu anderen Terminen oder Disziplinen sind möglich, jedoch von der interessierten Feuerwehr in Eigenregie zu planen. Bitte meldet dies dann frühzeitig beim Leiter des Fachbereichs Stefan Schmitt an, so dass dann ein Abnahmeberechtigter zu Eurem Termin kommen kann.

**Bitte mindestens eine Woche vor dem jeweiligen Abnahmetermin per E-Mail an [sporttag@kreisfeuerwehrverband.net](mailto:sporttag@kreisfeuerwehrverband.net) anmelden. Sollten sich zu einem Termin nur eine minimale Anzahl von Personen anmelden, muss der Termin leider ausfallen.**

