

16 bis 17 Jahre ( 2008 - 2009 )

Geburtsjahrgänge

Männlich



Nachname: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_ Geb.datum: \_\_\_\_\_  
 Alter, das im Kalenderjahr erreicht wird: \_\_\_\_\_ Jahre Adresse/Telefon/E-Mail: \_\_\_\_\_

Schwimmen: \_\_\_\_\_

## Leistungen 2025

Wunsch eines Abzeichens oder Sonderabzeichens ja / nein

	Übung	Meine zu erbringende Leistungen (s. Leistungskatalog) Bronze/Silber/Gold	Datum	Wert	Prüfer-Nr./ Unterschrift	Datum	Wert	Prüfer-Nr./ Unterschrift	Datum	Wert	Prüfer-Nr./ Unterschrift	Endbewertung durch Prüfer		
												Bronze	Silber/Gold	
Ausdauer	800 m Lauf	4:05 / 3:25 / 2:45												
	Dauer/Geländelauf	55:00 / 70:00 / 90:00												
	Schwimmen 400 m	11:00 / 9:40 / 8:20												
	Radfahren 10 km	27:00 / 23:30 / 20:30												
Kraft	Werfen Wurfball (200 g)	34,00 / 38,00 / 42,00												
	Kugelstoßen 5 kg	7,50 / 8,00 / 8,50												
	Standweitsprung	2,05 / 2,20 / 2,40												
	Geräteturnen Reck Hüftaufschwung	6.2.7.6												
Schnelligkeit	Laufen 100 m	16,3 / 14,8 / 13,5												
	25 m Schwimmen	29,5 / 24,5 / 19,0												
	200 m Radfahren	22,0 / 19,5 / 17,0												
	Geräteturnen Boden Stützsprungüberschlag	6.3.4.6												
Koordination	Hochsprung	1,20 / 1,30 / 1,40												
	Weitsprung	4,30 / 4,60 / 4,90												
	Schleuderball 1 kg	27,50 / 32,00 / 36,50												
	Seilspringen Kreuzdurchschlag ohne Zwischensprung	10 / 15 / 20												
	Geräteturnen Boden Rolle auf Kästen	6.4.7.6												