16 bis 17 Jahre (2007 - 2008)
Geburtsjahrgänge

Männlich

DEUTSCHES SPORTABZEICHEN

Stadtverband für Leibesübungen Kitzingen e.V.

Nachname: _____ Vorname: _____ Geb.datum: _____

Alter, das im Kalenderjahr erreicht wird: _____ Jahre PLZ-Ort/Telefon/Mail: _____

Schwimmen: _____

Leistungen 2024

	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**														