6 bis 7 Jahre (2017 - 2018)

Geburtsjahrgäne

Weiblich

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		**5:40 / 5:00 / 4:15**														
	Dauer/Geländelauf		**8:00 / 12:00 / 17:00**														
	Schwimmen 200 m		**9:00 / 7:40 / 6:20**														
Kraft	Werfen Schlagball (80 g)		**6,00 / 9,00 / 12,00**														
	Medizinball (1 kg)		**2,50 / 3,50 / 4,50**														
	Standweitsprung		**1,05 / 1,25 / 1,40**														
	Geräteturnen	Boden Kopfstand	**6.2.7.1**														
Schnelligkeit	Laufen 30 m		**8,0 / 7,1 / 6,3**														
	25 m Schwimmen		**46,5 / 38,5 / 30,5**														
	Geräteturnen	Sprung Sprungaufhocken	**6.3.4.1**														
Koordination	Zonenweitsprung		**18 / 21 / 24**														
	Drehwurf		**12 / 15 / 21**														
	Seilspringen	Grundsprung vw mit oder ohne Zwischenprung oder Galoppsprung	**10 / 15 / 25**														
	Geräteturnen	Schwebebalken	**6.4.7.1**														