8 bis 9 Jahre (2015 - 2016)

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		**5:35 / 4:50 / 4:10**														
	Dauer/Geländelauf		**10:00 / 15:00 / 20:00**														
	Schwimmen 200 m		**8:00 / 7:00 / 5:55**														
	Radfahren 5 km		**27:00 / 24:00 / 21:00**														
Kraft	Werfen Schlagball (80 g)		**9,00 / 12,00 / 15,00**														
	Medizinball (1 kg)		**3,00 / 4,00 / 5,00**														
	Standweitsprung		**1,15 / 1,30 / 1,50**														
	Geräteturnen	Boden Kopfstand	**6.2.7.2**														
Schnelligkeit	Laufen 30 m		**7,4 / 6,6 / 5,7**														
	25 m Schwimmen		**42,0 / 34,0 / 28,0**														
	200 m Radfahren		**41,0 / 36,0 / 31,0**														
	Geräteturnen	Sprung Sprungaufhocken	**6.3.4.2**														
Koordination	Zonenweitsprung		**24 / 27 / 30**														
	Drehwurf		**18 / 21 / 27**														
	Seilspringen	Grundsprung vw mit oder ohne Zwischenprung oder Galoppsprung	**10 / 15 / 25**														
	Geräteturnen	Reck	**6.4.7.2**														