

KGS Pattensen Klasse 5a				Leistungsbewertung				Verleihung in:								Stand: 21.06.2026						
				B(ronze) 1 Punkt				Bronze 4 - 7 Punkte														
				S(ilber) 2 Punkte				Silber 8 - 10 Punkte														
				G(old) 3 Punkte				Gold 11 - 12 Punkte														
			Ausdauer		Kraft								Schnelligkeit			Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen
			800 m-Lauf		Wurfball 200g			Kugelstoß			Standweit		50 m Lauf		Weitsprung		Seilsprung					
5a	17.09.2015	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30		20	gültig bis 31.12.2032		
		S	04:40			15,00			6,00		1,45			10,1			2,60		30			
		G	04:00			18,00			7,00		1,65			9,1			2,90		40			
5a	09.11.2014	B	04:45		Wurfball 200g	26,00		Kugelstoß 3kg	6,25		1,70		50 m-Lauf	9,7		Weitsprung	3,20		10	gültig bis 31.12.2031		
		S	04:00			30,00			6,75		1,90			8,9			3,50		20			
		G	03:15			33,00			7,25		2,05			8,1			3,80		30			
5a	10.08.2015	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30		20	gültig bis 31.12.2032		
		S	04:40			15,00			6,00		1,45			10,1			2,60		30			
		G	04:00			18,00			7,00		1,65			9,1			2,90		40			
5a	29.01.2015	B	05:05		Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50		1,50		50 m-Lauf	10,3		Weitsprung	2,60		20	gültig bis 31.12.2032		
		S	04:20			25,00			6,50		1,70			9,3			2,90		30			
		G	03:35			28,00			7,50		1,85			8,4			3,20		40			
5a	25.04.2014	B	04:45		Wurfball 200g	26,00		Kugelstoß 3kg	6,25		1,70		50 m-Lauf	9,7		Weitsprung	3,20		10	kein Nachweis		
		S	04:00			30,00			6,75		1,90			8,9			3,50		20			
		G	03:15			33,00			7,25		2,05			8,1			3,80		30			
5a	08.08.2015	B	05:05		Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50		1,50		50 m-Lauf	10,3		Weitsprung	2,60		20	gültig bis 31.12.2032		
		S	04:20			25,00			6,50		1,70			9,3			2,90		30			
		G	03:35			28,00			7,50		1,85			8,4			3,20		40			

Seilsprung		
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung
12 - 13 Jahre	2013-2014	Grundsprung rückwärts ohne Zwischensprung

				Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen				
				800 m-Lauf		Wurfball 200g			Kugelstoß		Standweit		50 m Lauf		Weitsprung		Seilsprung							
5a	03.10.2013	B	04:45		Wurfball 200g	26,00			Kugelstoß 3kg	6,25		1,70		50 m-Lauf	9,7		Weitsprung	3,20		10		kein Nachweis		
		S	04:00			30,00				6,75		1,90			8,9			3,50		20				
		G	03:15			33,00				7,25		2,05			8,1			3,80		30				
5a	27.06.2015	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00			Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30		20		gültig bis 31.12.2032		
		S	04:40			15,00				6,00		1,45			10,1			2,60		30				
		G	04:00			18,00				7,00		1,65			9,1			2,90		40				
5a	27.06.2015	B	05:05		Schlagball 80g	21,00			Medizinball	5,50		1,50		50 m-Lauf	10,3		Weitsprung	2,60		20		gültig bis 31.12.2032		
		S	04:20			25,00				6,50		1,70			9,3			2,90		30				
		G	03:35			28,00				7,50		1,85			8,4			3,20		40				
5a	10.06.2014	B	05:10		Schlagball 80g	15,00			Kugelstoß 3kg	4,75		1,40		50 m-Lauf	10,6		Weitsprung	2,80		10		kein Nachweis		
		S	04:25			18,00				5,25		1,60			9,6			3,10		20				
		G	03:45			22,00				5,75		1,80			8,5			3,40		30				
5a	20.01.2014	B	04:45		Wurfball 200g	26,00			Kugelstoß 3kg	6,25		1,70		50 m-Lauf	9,7		Weitsprung	3,20		10		kein Nachweis		
		S	04:00			30,00				6,75		1,90			8,9			3,50		20				
		G	03:15			33,00				7,25		2,05			8,1			3,80		30				
5a	20.04.2015	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00			Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30		20		kein Nachweis		
		S	04:40			15,00				6,00		1,45			10,1			2,60		30				
		G	04:00			18,00				7,00		1,65			9,1			2,90		40				

Seilsprung		
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung
12 - 13 Jahre	2013-2014	Grundsprung rückwärts ohne Zwischensprung

			Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit			Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen			
			800 m-Lauf		Wurfball 200g		Kugelstoß		Standweit		50 m Lauf			Weitsprung		Seilsprung							
5a	02.12.2013	B	05:10		Schlagball 80g	15,00		Kugelstoß 3kg	4,75		1,40		50 m-Lauf	10,6		Weitsprung	2,80		10		kein Nachweis		
		S	04:25			18,00			5,25		1,60			9,6			3,10		20				
		G	03:45			22,00			5,75		1,80			8,5			3,40		30				
5a	10.06.2015	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30		20		kein Nachweis		
		S	04:40			15,00			6,00		1,45			10,1			2,60		30				
		G	04:00			18,00			7,00		1,65			9,1			2,90		40				
5a	16.03.2015	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30		20		kein Nachweis		
		S	04:40			15,00			6,00		1,45			10,1			2,60		30				
		G	04:00			18,00			7,00		1,65			9,1			2,90		40				
5a	05.08.2015	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30		20		kein Nachweis		
		S	04:40			15,00			6,00		1,45			10,1			2,60		30				
		G	04:00			18,00			7,00		1,65			9,1			2,90		40				
5a	31.07.2013	B	05:10		Schlagball 80g	15,00		Kugelstoß 3kg	4,75		1,40		50 m-Lauf	10,6		Weitsprung	2,80		10		gültig bis 31.12.2030		
		S	04:25			18,00			5,25		1,60			9,6			3,10		20				
		G	03:45			22,00			5,75		1,80			8,5			3,40		30				
5a	08.09.2014	B	04:45		Wurfball 200g	26,00		Kugelstoß 3kg	6,25		1,70		50 m-Lauf	9,7		Weitsprung	3,20		10		gültig bis 31.12.2031		
		S	04:00			30,00			6,75		1,90			8,9			3,50		20				
		G	03:15			33,00			7,25		2,05			8,1			3,80		30				

Seilsprung		
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung
12 - 13 Jahre	2013-2014	Grundsprung rückwärts ohne Zwischensprung

			Ausdauer		Kraft							Schnelligkeit			Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen				
			800 m-Lauf		Wurfball 200g		Kugelstoß			Standweit		50 m Lauf		Weitsprung		Seilsprung									
5a	29.09.2013	B	05:10		Schlagball 80g	15,00		Kugelstoß 3kg	4,75		1,40		50 m-Lauf	10,6		Weitsprung	2,80		10		kein Nachweis				
		S	04:25			18,00			5,25					1,60			9,6							3,10	20
		G	03:45			22,00			5,75					1,80			8,5							3,40	30
5a	11.04.2014	B	05:10		Schlagball 80g	15,00		Kugelstoß 3kg	4,75		1,40		50 m-Lauf	10,6		Weitsprung	2,80		10		gültig bis 31.12.2031				
		S	04:25			18,00			5,25					1,60			9,6							3,10	20
		G	03:45			22,00			5,75					1,80			8,5							3,40	30
5a	25.01.2014	B	04:45		Wurfball 200g	26,00		Kugelstoß 3kg	6,25		1,70		50 m-Lauf	9,7		Weitsprung	3,20		10		gültig bis 31.12.2031				
		S	04:00			30,00			6,75					1,90			8,9							3,50	20
		G	03:15			33,00			7,25					2,05			8,1							3,80	30
5a	23.10.2014	B	05:10		Schlagball 80g	15,00		Kugelstoß 3kg	4,75		1,40		50 m-Lauf	10,6		Weitsprung	2,80		10		gültig bis 31.12.2031				
		S	04:25			18,00			5,25					1,60			9,6							3,10	20
		G	03:45			22,00			5,75					1,80			8,5							3,40	30
5a	25.03.2015	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30		20		gültig bis 31.12.2032				
		S	04:40			15,00			6,00					1,45			10,1							2,60	30
		G	04:00			18,00			7,00					1,65			9,1							2,90	40
5a	13.02.2015	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30		20		gültig bis 31.12.2032				
		S	04:40			15,00			6,00					1,45			10,1							2,60	30
		G	04:00			18,00			7,00					1,65			9,1							2,90	40

Seilsprung		
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung
12 - 13 Jahre	2013-2014	Grundsprung rückwärts ohne Zwischensprung

				Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit			Koordination						Schwimm-nachweis	Punkte	Sport-abzeichen
				800 m-Lauf		Wurfball 200g		Kugelstoß		Standweit		50 m Lauf			Weitsprung			Seilsprung					
5a	17.09.2014	B	05:10	Schlagball 80g	15,00	Kugelstoß 3kg	4,75		1,40		50 m-Lauf	10,6		Weitsprung	2,80		10		gültig bis 31.12.2031				
		S	04:25		18,00		5,25		1,60			9,6			3,10		20						
		G	03:45		22,00		5,75		1,80			8,5			3,40		30						

5a																							

Seilsprung		
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung
12 - 13 Jahre	2013-2014	Grundsprung rückwärts ohne Zwischensprung

KGS Pattensen Klasse 5b				Leistungsbewertung				Verleihung in:								Stand: 21.06.2026					
				B(ronze) 1 Punkt		S(ilber) 2 Punkte		G(old) 3 Punkte		Bronze 4 - 7 Punkte										Silber 8 - 10 Punkte	
		Ausdauer		Kraft								Schnelligkeit			Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen
		800 m-Lauf		Wurfball 200g		Kugelstoß		Standweit		50 m Lauf			Weitsprung		Seilsprung						
5b	05.06.2014	B	04:45	Wurfball 200g	26,00	Kugelstoß 3kg	6,25		1,70		50 m-Lauf	9,7		Weitsprung	3,20		10	kein Nachweis			
		S	04:00		30,00		6,75		1,90			8,9			3,50		20				
		G	03:15		33,00		7,25		2,05			8,1			3,80		30				
5b	06.11.2014	B	04:45	Wurfball 200g	26,00	Kugelstoß 3kg	6,25		1,70		50 m-Lauf	9,7		Weitsprung	3,20		10	gültig bis 31.12.2031			
		S	04:00		30,00		6,75		1,90			8,9			3,50		20				
		G	03:15		33,00		7,25		2,05			8,1			3,80		30				
5b	12.11.2014	B	05:10	Schlagball 80g	15,00	Kugelstoß 3kg	4,75		1,40		50 m-Lauf	10,6		Weitsprung	2,80		10	gültig bis 31.12.2031			
		S	04:25		18,00		5,25		1,60			9,6			3,10		20				
		G	03:45		22,00		5,75		1,80			8,5			3,40		30				
5b	08.08.2015	B	05:20	Schlagball 80 g	11,00	Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30		20	gültig bis 31.12.2032			
		S	04:40		15,00		6,00		1,45			10,1			2,60		30				
		G	04:00		18,00		7,00		1,65			9,1			2,90		40				
5b	22.01.2016	B	05:05	Schlagball 80g	21,00	Medizinball	5,50		1,50		50 m-Lauf	10,3		Weitsprung	2,60		20	gültig bis 31.12.2033			
		S	04:20		25,00		6,50		1,70			9,3			2,90		30				
		G	03:35		28,00		7,50		1,85			8,4			3,20		40				
5b	30.06.2015	B	05:05	Schlagball 80g	21,00	Medizinball	5,50		1,50		50 m-Lauf	10,3		Weitsprung	2,60		20	gültig bis 31.12.2032			
		S	04:20		25,00		6,50		1,70			9,3			2,90		30				
		G	03:35		28,00		7,50		1,85			8,4			3,20		40				

Seilsprung		
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung
12 - 13 Jahre	2013-2014	Grundsprung rückwärts ohne Zwischensprung

			Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen						
			800 m-Lauf		Wurfball 200g		Kugelstoß		Standweit		50 m Lauf		Weitsprung		Seilsprung										
5b	13.07.2014	B	04:45		Wurfball 200g	26,00		Kugelstoß 3kg	6,25		1,70		50 m-Lauf	9,7		Weitsprung	3,20		10		gültig bis 31.12.2031				
		S	04:00			30,00			6,75			1,90			8,9			3,50							20
		G	03:15				33,00			7,25				2,05			8,1							3,80	
5b	08.07.2014	B	04:45		Wurfball 200g	26,00		Kugelstoß 3kg	6,25		1,70		50 m-Lauf	9,7		Weitsprung	3,20		10		gültig bis 31.12.2031				
		S	04:00			30,00			6,75			1,90			8,9			3,50							20
		G	03:15				33,00			7,25				2,05			8,1							3,80	
5b	18.06.2015	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30		20		kein Nachweis				
		S	04:40			15,00			6,00			1,45			10,1			2,60							30
		G	04:00			18,00			7,00			1,65			9,1			2,90							40
5b	25.08.2014	B	04:45		Wurfball 200g	26,00		Kugelstoß 3kg	6,25		1,70		50 m-Lauf	9,7		Weitsprung	3,20		10		gültig bis 31.12.2031				
		S	04:00			30,00			6,75			1,90			8,9			3,50							20
		G	03:15				33,00			7,25				2,05			8,1							3,80	
5b	10.02.2015	B	05:05		Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50		1,50		50 m-Lauf	10,3		Weitsprung	2,60		20		gültig bis 31.12.2032				
		S	04:20			25,00			6,50			1,70			9,3			2,90							30
		G	03:35			28,00			7,50			1,85			8,4			3,20							40
5b	07.11.2014	B	04:45		Wurfball 200g	26,00		Kugelstoß 3kg	6,25		1,70		50 m-Lauf	9,7		Weitsprung	3,20		10		gültig bis 31.12.2031				
		S	04:00			30,00			6,75			1,90			8,9			3,50							20
		G	03:15				33,00			7,25				2,05			8,1							3,80	

Seilsprung		
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung
12 - 13 Jahre	2013-2014	Grundsprung rückwärts ohne Zwischensprung

			Ausdauer		Kraft							Schnelligkeit			Koordination				Schwimm-nachweis	Punkte	Sport-abzeichen	
			800 m-Lauf		Wurfball 200g		Kugelstoß			Standweit		50 m Lauf			Weitsprung		Seilsprung					
5b	08.08.2015	B	05:05		Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50		1,50		50 m-Lauf	10,3		Weitsprung	2,60		20	gültig bis 31.12.2032		
		S	04:20			25,00			6,50		1,70			9,3			2,90		30			
		G	03:35			28,00			7,50		1,85			8,4			3,20		40			
5b	11.03.2015	B	05:05		Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50		1,50		50 m-Lauf	10,3		Weitsprung	2,60		20	gültig bis 31.12.2032		
		S	04:20			25,00			6,50		1,70			9,3			2,90		30			
		G	03:35			28,00			7,50		1,85			8,4			3,20		40			
5b	06.04.2015	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30		20	kein Nachweis		
		S	04:40			15,00			6,00		1,45			10,1			2,60		30			
		G	04:00			18,00			7,00		1,65			9,1			2,90		40			
5b	15.09.2015	B	05:05		Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50		1,50		50 m-Lauf	10,3		Weitsprung	2,60		20	gültig bis 31.12.2032		
		S	04:20			25,00			6,50		1,70			9,3			2,90		30			
		G	03:35			28,00			7,50		1,85			8,4			3,20		40			
5b	18.09.2014	B	04:45		Wurfball 200g	26,00		Kugelstoß 3kg	6,25		1,70		50 m-Lauf	9,7		Weitsprung	3,20		10	gültig bis 31.12.2031		
		S	04:00			30,00			6,75		1,90			8,9			3,50		20			
		G	03:15			33,00			7,25		2,05			8,1			3,80		30			
5b	25.08.2014	B	05:10		Schlagball 80g	15,00		Kugelstoß 3kg	4,75		1,40		50 m-Lauf	10,6		Weitsprung	2,80		10	gültig bis 31.12.2031		
		S	04:25			18,00			5,25		1,60			9,6			3,10		20			
		G	03:45			22,00			5,75		1,80			8,5			3,40		30			

Seilsprung		
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung
12 - 13 Jahre	2013-2014	Grundsprung rückwärts ohne Zwischensprung

			Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit			Koordination				Schwimm-nachweis	Punkte	Sport-abzeichen					
			800 m-Lauf		Wurfball 200g		Kugelstoß		Standweit		50 m Lauf			Weitsprung		Seilsprung									
5b	28.10.2014	B	05:10		Schlagball 80g	15,00		Kugelstoß 3kg	4,75		1,40		50 m-Lauf	10,6		Weitsprung	2,80		10		gültig bis 31.12.2031				
		S	04:25			18,00			5,25					1,60			9,6							3,10	20
		G	03:45			22,00			5,75					1,80			8,5							3,40	30
5b	04.09.2014	B	04:45		Wurfball 200g	26,00		Kugelstoß 3kg	6,25		1,70		50 m-Lauf	9,7		Weitsprung	3,20		10		gültig bis 31.12.2031				
		S	04:00			30,00			6,75					1,90			8,9							3,50	20
		G	03:15			33,00			7,25					2,05			8,1							3,80	30
5b	21.09.2015	B	05:05		Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50		1,50		50 m-Lauf	10,3		Weitsprung	2,60		20		kein Nachweis				
		S	04:20			25,00			6,50					1,70			9,3							2,90	30
		G	03:35			28,00			7,50					1,85			8,4							3,20	40
5b	03.02.2015	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30		20		gültig bis 31.12.2032				
		S	04:40			15,00			6,00					1,45			10,1							2,60	30
		G	04:00			18,00			7,00					1,65			9,1							2,90	40
5b	08.03.2015	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30		20		gültig bis 31.12.2032				
		S	04:40			15,00			6,00					1,45			10,1							2,60	30
		G	04:00			18,00			7,00					1,65			9,1							2,90	40
5b	03.03.2015	B	05:05		Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50		1,50		50 m-Lauf	10,3		Weitsprung	2,60		20		gültig bis 31.12.2032				
		S	04:20			25,00			6,50					1,70			9,3							2,90	30
		G	03:35			28,00			7,50					1,85			8,4							3,20	40

Seilsprung		
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung
12 - 13 Jahre	2013-2014	Grundsprung rückwärts ohne Zwischensprung

			Ausdauer		Kraft							Schnelligkeit			Koordination					Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen	
			800 m-Lauf		Wurfball 200g		Kugelstoß			Standweit		50 m Lauf			Weitsprung		Seilsprung						
5b	09.08.2015	B	05:05		Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50		1,50		50 m-Lauf	10,3		Weitsprung	2,60		20		gültig bis 31.12.2032		
		S	04:20			25,00			6,50		1,70		9,3			2,90		30					
		G	03:35			28,00			7,50		1,85		8,4			3,20		40					
5b	21.12.2014	B	05:10		Schlagball 80g	15,00		Kugelstoß 3kg	4,75		1,40		50 m-Lauf	10,6		Weitsprung	2,80		10		gültig bis 31.12.2031		
		S	04:25			18,00			5,25		1,60		9,6			3,10		20					
		G	03:45			22,00			5,75		1,80		8,5			3,40		30					
5b	19.07.2015	B	05:05		Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50		1,50		50 m-Lauf	10,3		Weitsprung	2,60		20		gültig bis 31.12.2032		
		S	04:20			25,00			6,50		1,70		9,3			2,90		30					
		G	03:35			28,00			7,50		1,85		8,4			3,20		40					
5b																							

Seilsprung		
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung
12 - 13 Jahre	2013-2014	Grundsprung rückwärts ohne Zwischensprung

KGS Pattensen Klasse 5c				Leistungsbewertung				Verleihung in:								Stand: 21.06.2026							
				B(ronze) 1 Punkt		S(ilber) 2 Punkte		G(old) 3 Punkte		Bronze 4 - 7 Punkte										Silber 8 - 10 Punkte		Gold 11 - 12 Punkte	
		Ausdauer		Kraft								Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen			
		800 m-Lauf		Wurfball 200g		Kugelstoß		Standweit		50 m Lauf		Weitsprung		Seilsprung									
5c	21.11.2014	B	05:10	Schlagball 80g	15,00		Kugelstoß 3kg	4,75		1,40		50 m-Lauf	10,6		Weitsprung	2,80		10	gültig bis 31.12.2031				
		S	04:25		18,00			5,25		1,60			9,6			3,10		20					
		G	03:45		22,00			5,75		1,80			8,5			3,40		30					
5c	03.03.2015	B	05:05	Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50		1,50		50 m-Lauf	10,3		Weitsprung	2,60		20	gültig bis 31.12.2032				
		S	04:20		25,00			6,50		1,70			9,3			2,90		30					
		G	03:35		28,00			7,50		1,85			8,4			3,20		40					
5c	30.10.2014	B	05:10	Schlagball 80g	15,00		Kugelstoß 3kg	4,75		1,40		50 m-Lauf	10,6		Weitsprung	2,80		10	gültig bis 31.12.2031				
		S	04:25		18,00			5,25		1,60			9,6			3,10		20					
		G	03:45		22,00			5,75		1,80			8,5			3,40		30					
5c	25.02.2015	B	05:05	Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50		1,50		50 m-Lauf	10,3		Weitsprung	2,60		20	gültig bis 31.12.2032				
		S	04:20		25,00			6,50		1,70			9,3			2,90		30					
		G	03:35		28,00			7,50		1,85			8,4			3,20		40					
5c	08.12.2014	B	04:45	Wurfball 200g	26,00		Kugelstoß 3kg	6,25		1,70		50 m-Lauf	9,7		Weitsprung	3,20		10	kein Nachweis				
		S	04:00		30,00			6,75		1,90			8,9			3,50		20					
		G	03:15		33,00			7,25		2,05			8,1			3,80		30					
5c	07.09.2014	B	05:10	Schlagball 80g	15,00		Kugelstoß 3kg	4,75		1,40		50 m-Lauf	10,6		Weitsprung	2,80		10	gültig bis 31.12.2031				
		S	04:25		18,00			5,25		1,60			9,6			3,10		20					
		G	03:45		22,00			5,75		1,80			8,5			3,40		30					

Seilsprung		
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung
12 - 13 Jahre	2013-2014	Grundsprung rückwärts ohne Zwischensprung

				Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit			Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen			
				800 m-Lauf		Wurfball 200g				Kugelstoß		Standweit		50 m Lauf		Weitsprung		Seilsprung						
5c	08.09.2014	B	04:45		Wurfball 200g	26,00		Kugelstoß 3kg	6,25		1,70		50 m-Lauf	9,7		Weitsprung	3,20		10	kein Nachweis				
		S	04:00				30,00			6,75				1,90	8,9			3,50						20
		G	03:15				33,00			7,25				2,05	8,1			3,80						30
5c	30.07.2014	B	05:10		Schlagball 80g	15,00		Kugelstoß 3kg	4,75		1,40		50 m-Lauf	10,6		Weitsprung	2,80		10	gültig bis 31.12.2031				
		S	04:25				18,00			5,25				1,60	9,6			3,10						20
		G	03:45				22,00			5,75				1,80	8,5			3,40						30
5c	21.03.2015	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30		20	gültig bis 31.12.2032				
		S	04:40				15,00			6,00				1,45	10,1			2,60						30
		G	04:00				18,00			7,00				1,65	9,1			2,90						40
5c	13.12.2014	B	04:45		Wurfball 200g	26,00		Kugelstoß 3kg	6,25		1,70		50 m-Lauf	9,7		Weitsprung	3,20		10	kein Nachweis				
		S	04:00				30,00			6,75				1,90	8,9			3,50						20
		G	03:15				33,00			7,25				2,05	8,1			3,80						30
5c	01.11.2014	B	05:10		Schlagball 80g	15,00		Kugelstoß 3kg	4,75		1,40		50 m-Lauf	10,6		Weitsprung	2,80		10	gültig bis 31.12.2031				
		S	04:25				18,00			5,25				1,60	9,6			3,10						20
		G	03:45				22,00			5,75				1,80	8,5			3,40						30
5c	27.11.2014	B	04:45		Wurfball 200g	26,00		Kugelstoß 3kg	6,25		1,70		50 m-Lauf	9,7		Weitsprung	3,20		10	gültig bis 31.12.2031				
		S	04:00				30,00			6,75				1,90	8,9			3,50						20
		G	03:15				33,00			7,25				2,05	8,1			3,80						30

Seilsprung		
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung
12 - 13 Jahre	2013-2014	Grundsprung rückwärts ohne Zwischensprung

			Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen						
			800 m-Lauf		Wurfball 200g		Kugelstoß		Standweit		50 m Lauf		Weitsprung		Seilsprung										
5c	14.02.2014	B	04:45		Wurfball 200g	26,00		Kugelstoß 3kg	6,25		1,70		50 m-Lauf	9,7		Weitsprung	3,20		10		gültig bis 31.12.2031				
		S	04:00			30,00			6,75			1,90			3,50			20							
		G	03:15			33,00			7,25			2,05			8,1			3,80							30
5c	08.05.2014	B	05:10		Schlagball 80g	15,00		Kugelstoß 3kg	4,75		1,40		50 m-Lauf	10,6		Weitsprung	2,80		10		kein Nachweis				
		S	04:25			18,00			5,25			1,60			9,6			3,10							20
		G	03:45			22,00			5,75			1,80			8,5			3,40							30
5c	17.05.2015	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30		20		kein Nachweis				
		S	04:40			15,00			6,00			1,45			10,1			2,60							30
		G	04:00			18,00			7,00			1,65			9,1			2,90							40
5c	19.03.2015	B	05:05		Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50		1,50		50 m-Lauf	10,3		Weitsprung	2,60		20		gültig bis 31.12.2032				
		S	04:20			25,00			6,50			1,70			9,3			2,90							30
		G	03:35			28,00			7,50			1,85			8,4			3,20							40
5c	31.03.2015	B	05:05		Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50		1,50		50 m-Lauf	10,3		Weitsprung	2,60		20		gültig bis 31.12.2032				
		S	04:20			25,00			6,50			1,70			9,3			2,90							30
		G	03:35			28,00			7,50			1,85			8,4			3,20							40
5c	21.06.2015	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30		20		gültig bis 31.12.2032				
		S	04:40			15,00			6,00			1,45			10,1			2,60							30
		G	04:00			18,00			7,00			1,65			9,1			2,90							40

Seilsprung		
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung
12 - 13 Jahre	2013-2014	Grundsprung rückwärts ohne Zwischensprung

			Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen				
			800 m-Lauf		Wurfball 200g		Kugelstoß		Standweit		50 m Lauf		Weitsprung		Seilsprung								
5c	27.12.2014	B	04:45		Wurfball 200g	26,00		Kugelstoß 3kg	6,25		1,70		50 m-Lauf	9,7		Weitsprung	3,20		10		kein Nachweis		
		S	04:00			30,00			6,75		1,90			8,9			3,50		20				
		G	03:15			33,00			7,25		2,05			8,1			3,80		30				
5c	12.01.2015	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30		20		kein Nachweis		
		S	04:40			15,00			6,00		1,45			10,1			2,60		30				
		G	04:00			18,00			7,00		1,65			9,1			2,90		40				
5c	05.03.2015	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30		20		gültig bis 31.12.2032		
		S	04:40			15,00			6,00		1,45			10,1			2,60		30				
		G	04:00			18,00			7,00		1,65			9,1			2,90		40				
5c	02.07.2015	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30		20		gültig bis 31.12.2032		
		S	04:40			15,00			6,00		1,45			10,1			2,60		30				
		G	04:00			18,00			7,00		1,65			9,1			2,90		40				
5c	14.04.2014	B	05:10		Schlagball 80g	15,00		Kugelstoß 3kg	4,75		1,40		50 m-Lauf	10,6		Weitsprung	2,80		10		gültig bis 31.12.2031		
		S	04:25			18,00			5,25		1,60			9,6			3,10		20				
		G	03:45			22,00			5,75		1,80			8,5			3,40		30				
5c	04.01.2015	B	05:05		Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50		1,50		50 m-Lauf	10,3		Weitsprung	2,60		20		gültig bis 31.12.2032		
		S	04:20			25,00			6,50		1,70			9,3			2,90		30				
		G	03:35			28,00			7,50		1,85			8,4			3,20		40				

Seilsprung		
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung
12 - 13 Jahre	2013-2014	Grundsprung rückwärts ohne Zwischensprung

			Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit			Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen			
			800 m-Lauf		Wurfball 200g		Kugelstoß		Standweit		50 m Lauf			Weitsprung		Seilsprung							
5c	18.06.2015	B	05:05		Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50		1,50		50 m-Lauf	10,3		Weitsprung	2,60		20		kein Nachweis		
		S	04:20	25,00		6,50	1,70		9,3	2,90	30												
		G	03:35	28,00		7,50	1,85		8,4	3,20	40												
5c	16.02.2015	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30		20		gültig bis 31.12.2032		
		S	04:40	15,00		6,00	1,45		10,1	2,60	30												
		G	04:00	18,00		7,00	1,65		9,1	2,90	40												
5c	19.06.2015	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30		20		gültig bis 31.12.2032		
		S	04:40	15,00		6,00	1,45		10,1	2,60	30												
		G	04:00	18,00		7,00	1,65		9,1	2,90	40												
5c	21.01.2015	B	05:05		Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50		1,50		50 m-Lauf	10,3		Weitsprung	2,60		20		gültig bis 31.12.2032		
		S	04:20	25,00		6,50	1,70		9,3	2,90	30												
		G	03:35	28,00		7,50	1,85		8,4	3,20	40												
5c	27.05.2015	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30		20		gültig bis 31.12.2032		
		S	04:40	15,00		6,00	1,45		10,1	2,60	30												
		G	04:00	18,00		7,00	1,65		9,1	2,90	40												
5c																							

Seilsprung		
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung
12 - 13 Jahre	2013-2014	Grundsprung rückwärts ohne Zwischensprung

KGS Pattensen Klasse 5d				Leistungsbewertung B(ronze) 1 Punkt S(ilber) 2 Punkte G(old) 3 Punkte				Verleihung in: Bronze 4 - 7 Punkte Silber 8 - 10 Punkte Gold 11 - 12 Punkte								Stand: 21.06.2026								
			Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit			Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen				
			800 m-Lauf		Wurfball 200g		Kugelstoß		Standweit		50 m Lauf			Weitsprung		Seilsprung								
5d	25.03.2014	B	05:10		Schlagball 80g	15,00		Kugelstoß 3kg	4,75		1,40		50 m-Lauf	10,6		Weitsprung	2,80		10	kein Nachweis				
		S	04:25			18,00			5,25			1,60			9,6			3,10						20
		G	03:45			22,00			5,75			1,80			8,5			3,40						30
5d	13.06.2014	B	04:45		Wurfball 200g	26,00		Kugelstoß 3kg	6,25		1,70		50 m-Lauf	9,7		Weitsprung	3,20		10	gültig bis 31.12.2031				
		S	04:00			30,00			6,75			1,90			8,9			3,50						20
		G	03:15			33,00			7,25			2,05			8,1			3,80						30
5d	19.08.2015	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30		20	gültig bis 31.12.2032				
		S	04:40			15,00			6,00			1,45			10,1			2,60						30
		G	04:00			18,00			7,00			1,65			9,1			2,90						40
5d	09.06.2014	B	04:45		Wurfball 200g	26,00		Kugelstoß 3kg	6,25		1,70		50 m-Lauf	9,7		Weitsprung	3,20		10	gültig bis 31.12.2031				
		S	04:00			30,00			6,75			1,90			8,9			3,50						20
		G	03:15			33,00			7,25			2,05			8,1			3,80						30
5d	24.12.2014	B	05:10		Schlagball 80g	15,00		Kugelstoß 3kg	4,75		1,40		50 m-Lauf	10,6		Weitsprung	2,80		10	gültig bis 31.12.2031				
		S	04:25			18,00			5,25			1,60			9,6			3,10						20
		G	03:45			22,00			5,75			1,80			8,5			3,40						30
5d	16.05.2015	B	05:05		Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50		1,50		50 m-Lauf	10,3		Weitsprung	2,60		20	gültig bis 31.12.2032				
		S	04:20			25,00			6,50			1,70			9,3			2,90						30
		G	03:35			28,00			7,50			1,85			8,4			3,20						40

Seilsprung		
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung
12 - 13 Jahre	2013-2014	Grundsprung rückwärts ohne Zwischensprung

			Ausdauer		Kraft							Schnelligkeit			Koordination					Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen
			800 m-Lauf		Wurfball 200g		Kugelstoß			Standweit		50 m Lauf			Weitsprung		Seilsprung					
5d	08.02.2015	B	05:05		Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50		1,50		50 m-Lauf	10,3		Weitsprung	2,60		20	gültig bis 31.12.2032		
		S	04:20			25,00			6,50		1,70			9,3			2,90		30			
		G	03:35			28,00			7,50		1,85			8,4			3,20		40			
5d	14.01.2016	B	05:05		Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50		1,50		50 m-Lauf	10,3		Weitsprung	2,60		20	gültig bis 31.12.2033		
		S	04:20			25,00			6,50		1,70			9,3			2,90		30			
		G	03:35			28,00			7,50		1,85			8,4			3,20		40			
5d	24.08.2015	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30		20	gültig bis 31.12.2032		
		S	04:40			15,00			6,00		1,45			10,1			2,60		30			
		G	04:00			18,00			7,00		1,65			9,1			2,90		40			
5d	29.08.2015	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30		20	gültig bis 31.12.2032		
		S	04:40			15,00			6,00		1,45			10,1			2,60		30			
		G	04:00			18,00			7,00		1,65			9,1			2,90		40			
5d	09.12.2014	B	05:10		Schlagball 80g	15,00		Kugelstoß 3kg	4,75		1,40		50 m-Lauf	10,6		Weitsprung	2,80		10	gültig bis 31.12.2031		
		S	04:25			18,00			5,25		1,60			9,6			3,10		20			
		G	03:45			22,00			5,75		1,80			8,5			3,40		30			
5d	15.09.2015	B	05:05		Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50		1,50		50 m-Lauf	10,3		Weitsprung	2,60		20	gültig bis 31.12.2032		
		S	04:20			25,00			6,50		1,70			9,3			2,90		30			
		G	03:35			28,00			7,50		1,85			8,4			3,20		40			

Seilsprung		
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung
12 - 13 Jahre	2013-2014	Grundsprung rückwärts ohne Zwischensprung

				Ausdauer		Kraft							Schnelligkeit			Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen
				800 m-Lauf		Wurfball 200g		Kugelstoß			Standweit		50 m Lauf			Weitsprung		Seilsprung				
5d	29.08.																			Bronze		

5d	12.02.2014	B	04:45		Wurfball 200g	26,00		Kugelstoß 3kg	6,25		1,70		50 m-Lauf	9,7		Weitsprung	3,20		10		gültig bis 31.12.2031		
		S	04:00			30,00	6,75		1,90		8,9			3,50			20						
		G	03:15			33,00	7,25		2,05		8,1			3,80			30						

5d	30.01.2015	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30		20		gültig bis 31.12.2032		
		S	04:40			15,00	6,00		1,45		10,1			2,60			30						
		G	04:00			18,00	7,00		1,65		9,1			2,90			40						

5d																				Seeräuber		

5d	18.03.2015	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30		20		gültig bis 31.12.2032		
		S	04:40			15,00	6,00		1,45		10,1			2,60			30						
		G	04:00			18,00	7,00		1,65		9,1			2,90			40						

5d	02.10.2014	B	05:10		Schlagball 80g	15,00		Kugelstoß 3kg	4,75		1,40		50 m-Lauf	10,6		Weitsprung	2,80		10		gültig bis 31.12.2031		
		S	04:25			18,00	5,25		1,60		9,6			3,10			20						
		G	03:45			22,00	5,75		1,80		8,5			3,40			30						

Seilsprung		
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung
12 - 13 Jahre	2013-2014	Grundsprung rückwärts ohne Zwischensprung

			Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit			Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen		
			800 m-Lauf		Wurfball 200g		Kugelstoß		Standweit		50 m Lauf			Weitsprung		Seilsprung						
5d	14.04.2015	B	05:05		Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50		1,50		50 m-Lauf	10,3		Weitsprung	2,60		20	gültig bis 31.12.2032		
		S	04:20	25,00		6,50	1,70		9,3	2,90	30											
		G	03:35	28,00		7,50	1,85		8,4	3,20	40											
5d	30.05.2014	B	04:45		Wurfball 200g	26,00		Kugelstoß 3kg	6,25		1,70		50 m-Lauf	9,7		Weitsprung	3,20		10	gültig bis 31.12.2031		
		S	04:00	30,00		6,75	1,90		8,9	3,50	20											
		G	03:15	33,00		7,25	2,05		8,1	3,80	30											
5d	25.06.2014	B	04:45		Wurfball 200g	26,00		Kugelstoß 3kg	6,25		1,70		50 m-Lauf	9,7		Weitsprung	3,20		10	gültig bis 31.12.2031		
		S	04:00	30,00		6,75	1,90		8,9	3,50	20											
		G	03:15	33,00		7,25	2,05		8,1	3,80	30											
5d	17.05.2015	B	05:05		Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50		1,50		50 m-Lauf	10,3		Weitsprung	2,60		20	gültig bis 31.12.2032		
		S	04:20	25,00		6,50	1,70		9,3	2,90	30											
		G	03:35	28,00		7,50	1,85		8,4	3,20	40											
5d	14.09.2014	B	05:10		Schlagball 80g	15,00		Kugelstoß 3kg	4,75		1,40		50 m-Lauf	10,6		Weitsprung	2,80		10	gültig bis 31.12.2031		
		S	04:25	18,00		5,25	1,60		9,6	3,10	20											
		G	03:45	22,00		5,75	1,80		8,5	3,40	30											
5d	31.05.2015	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30		20	gültig bis 31.12.2032		
		S	04:40	15,00		6,00	1,45		10,1	2,60	30											
		G	04:00	18,00		7,00	1,65		9,1	2,90	40											

Seilsprung		
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung
12 - 13 Jahre	2013-2014	Grundsprung rückwärts ohne Zwischensprung

				Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit			Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen				
				800 m-Lauf		Wurfball 200g		Kugelstoß		Standweit		50 m Lauf			Weitsprung		Seilsprung								
5d	31.05.2015	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30		20		gültig bis 31.12.2032				
		S	04:40			15,00			6,00		1,45			10,1			2,60		30						
		G	04:00			18,00			7,00		1,65			9,1			2,90		40						
5d	13.04.2015	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30		20		gültig bis 31.12.2032				
		S	04:40			15,00			6,00		1,45			10,1			2,60		30						
		G	04:00			18,00			7,00		1,65			9,1			2,90		40						
5d	25.05.2015	B	05:05		Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50		1,50		50 m-Lauf	10,3		Weitsprung	2,60		20		gültig bis 31.12.2032				
		S	04:20			25,00			6,50		1,70			9,3			2,90		30						
		G	03:35			28,00			7,50		1,85			8,4			3,20		40						
5d	28.09.2014	B	05:10		Schlagball 80g	15,00		Kugelstoß 3kg	4,75		1,40		50 m-Lauf	10,6		Weitsprung	2,80		10		gültig bis 31.12.2031				
		S	04:25			18,00			5,25		1,60			9,6			3,10		20						
		G	03:45			22,00			5,75		1,80			8,5			3,40		30						
5d																									

Seilsprung		
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung
12 - 13 Jahre	2013-2014	Grundsprung rückwärts ohne Zwischensprung

KGS Pattensen Klasse 5e					Leistungsbewertung B(ronze) 1 Punkt S(ilber) 2 Punkte G(old) 3 Punkte					Verleihung in: Bronze 4 - 7 Punkte Silber 8 - 10 Punkte Gold 11 - 12 Punkte										Stand: 21.06.2026		
		Ausdauer			Kraft							Schnelligkeit			Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen	
		800 m-Lauf			Wurfball 200g		Kugelstoß			Standweit		50 m Lauf			Weitsprung		Seilsprung					
5e																						
5e																						
5e																						
5e																						
5e																						
5e																						
5e																						

[illegible]

[illegible]

Ausdauer					Kraft					Schnelligkeit				Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen
800 m-Lauf					Wurfball 200g			Kugelstoß		Standweit		50 m Lauf		Weitsprung		Seilsprung				
5e																				
5e																				
5e																				
5e																				
5e																				
5e																				

[illegible]

KGS Pattensen Klasse 5f				Leistungsbewertung B(ronze) 1 Punkt S(ilber) 2 Punkte G(old) 3 Punkte				Verleihung in: Bronze 4 - 7 Punkte Silber 8 - 10 Punkte Gold 11 - 12 Punkte				Stand: 21.06.2026			
		Ausdauer		Kraft				Schnelligkeit				Koordination			
		800 m-Lauf		Wurfball 200g		Kugelstoß		Standweit		50 m Lauf		Weitsprung		Seilsprung	
5f	19.12.2014	B	05:10	Schlagball 80g	15,00	Kugelstoß 3kg	4,75		1,40	50 m-Lauf	10,6	Weitsprung	2,80	10	gültig bis 31.12.2031
		S	04:25		18,00		5,25		1,60		9,6		3,10	20	
		G	03:45		22,00		5,75		1,80		8,5		3,40	30	
5f	04.10.2014	B	05:10	Schlagball 80g	15,00	Kugelstoß 3kg	4,75		1,40	50 m-Lauf	10,6	Weitsprung	2,80	10	gültig bis 31.12.2031
		S	04:25		18,00		5,25		1,60		9,6		3,10	20	
		G	03:45		22,00		5,75		1,80		8,5		3,40	30	
5f	29.09.2015	B	05:05	Schlagball 80g	21,00	Medizinball	5,50		1,50	50 m-Lauf	10,3	Weitsprung	2,60	20	gültig bis 31.12.2032
		S	04:20		25,00		6,50		1,70		9,3		2,90	30	
		G	03:35		28,00		7,50		1,85		8,4		3,20	40	
5f	03.10.2014	B	05:10	Schlagball 80g	15,00	Kugelstoß 3kg	4,75		1,40	50 m-Lauf	10,6	Weitsprung	2,80	10	gültig bis 31.12.2031
		S	04:25		18,00		5,25		1,60		9,6		3,10	20	
		G	03:45		22,00		5,75		1,80		8,5		3,40	30	
5f	22.06.2015	B	05:20	Schlagball 80 g	11,00	Medizinball	5,00		1,30	50 m-Lauf	11,0	Weitsprung	2,30	20	gültig bis 31.12.2032
		S	04:40		15,00		6,00		1,45		10,1		2,60	30	
		G	04:00		18,00		7,00		1,65		9,1		2,90	40	
5f	31.01.2015	B	05:20	Schlagball 80 g	11,00	Medizinball	5,00		1,30	50 m-Lauf	11,0	Weitsprung	2,30	20	gültig bis 31.12.2032
		S	04:40		15,00		6,00		1,45		10,1		2,60	30	
		G	04:00		18,00		7,00		1,65		9,1		2,90	40	

Seilsprung		
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung
12 - 13 Jahre	2013-2014	Grundsprung rückwärts ohne Zwischensprung

				Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit			Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen		
				800 m-Lauf		Wurfball 200g		Kugelstoß		Standweit		50 m Lauf			Weitsprung		Seilsprung						
5f	26.08.2015	B	05:05		Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50		1,50		50 m-Lauf	10,3		Weitsprung	2,60		20				
		S	04:20			25,00			6,50		1,70			9,3			2,90		30				
		G	03:35			28,00			7,50		1,85			8,4			3,20		40				
5f	10.09.2015	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30		20		gültig bis 31.12.2032		
		S	04:40			15,00			6,00		1,45			10,1			2,60		30				
		G	04:00			18,00			7,00		1,65			9,1			2,90		40				
5f	20.04.2015	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30		20		gültig bis 31.12.2032		
		S	04:40			15,00			6,00		1,45			10,1			2,60		30				
		G	04:00			18,00			7,00		1,65			9,1			2,90		40				
5f	20.01.2015	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30		20		kein Nachweis		
		S	04:40			15,00			6,00		1,45			10,1			2,60		30				
		G	04:00			18,00			7,00		1,65			9,1			2,90		40				
5f	01.06.2015	B	05:05		Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50		1,50		50 m-Lauf	10,3		Weitsprung	2,60		20		gültig bis 31.12.2032		
		S	04:20			25,00			6,50		1,70			9,3			2,90		30				
		G	03:35			28,00			7,50		1,85			8,4			3,20		40				
5f	23.06.2015	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30		20		gültig bis 31.12.2032		
		S	04:40			15,00			6,00		1,45			10,1			2,60		30				
		G	04:00			18,00			7,00		1,65			9,1			2,90		40				

Seilsprung		
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung
12 - 13 Jahre	2013-2014	Grundsprung rückwärts ohne Zwischensprung

			Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit		Koordination				Schwimm-nachweis	Punkte	Sport-abzeichen				
			800 m-Lauf		Wurfball 200g		Kugelstoß		Standweit		50 m Lauf		Weitsprung		Seilsprung								
5f	13.06.2015	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30		20		gültig bis 31.12.2032		
		S	04:40			15,00			6,00		1,45			10,1			2,60		30				
		G	04:00			18,00			7,00		1,65			9,1			2,90		40				
5f	16.09.2013	B	04:45		Wurfball 200g	26,00		Kugelstoß 3kg	6,25		1,70		50 m-Lauf	9,7		Weitsprung	3,20		10		kein Nachweis		
		S	04:00			30,00			6,75		1,90			8,9			3,50		20				
		G	03:15			33,00			7,25		2,05			8,1			3,80		30				
5f	03.07.2015	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30		20		kein Nachweis		
		S	04:40			15,00			6,00		1,45			10,1			2,60		30				
		G	04:00			18,00			7,00		1,65			9,1			2,90		40				
5f	12.09.2015	B	05:05		Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50		1,50		50 m-Lauf	10,3		Weitsprung	2,60		20		gültig bis 31.12.2032		
		S	04:20			25,00			6,50		1,70			9,3			2,90		30				
		G	03:35			28,00			7,50		1,85			8,4			3,20		40				
5f	27.05.2016	B	05:05		Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50		1,50		50 m-Lauf	10,3		Weitsprung	2,60		20		gültig bis 31.12.2033		
		S	04:20			25,00			6,50		1,70			9,3			2,90		30				
		G	03:35			28,00			7,50		1,85			8,4			3,20		40				
5f	04.03.2015	B	05:05		Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50		1,50		50 m-Lauf	10,3		Weitsprung	2,60		20		gültig bis 31.12.2032		
		S	04:20			25,00			6,50		1,70			9,3			2,90		30				
		G	03:35			28,00			7,50		1,85			8,4			3,20		40				

Seilsprung		
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung
12 - 13 Jahre	2013-2014	Grundsprung rückwärts ohne Zwischensprung

			Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen				
			800 m-Lauf		Wurfball 200g		Kugelstoß		Standweit		50 m Lauf		Weitsprung		Seilsprung								
5f	10.01.2014	B	05:10		Schlagball 80g	15,00		Kugelstoß 3kg	4,75		1,40		50 m-Lauf	10,6		Weitsprung	2,80		10		kein Nachweis		
		S	04:25	18,00		5,25	1,60		9,6	3,10	20												
		G	03:45	22,00		5,75	1,80		8,5	3,40	30												
5f	10.01.2014	B	05:10		Schlagball 80g	15,00		Kugelstoß 3kg	4,75		1,40		50 m-Lauf	10,6		Weitsprung	2,80		10		kein Nachweis		
		S	04:25	18,00		5,25	1,60		9,6	3,10	20												
		G	03:45	22,00		5,75	1,80		8,5	3,40	30												
5f	10.06.2015	B	05:05		Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50		1,50		50 m-Lauf	10,3		Weitsprung	2,60		20				
		S	04:20	25,00		6,50	1,70		9,3	2,90	30												
		G	03:35	28,00		7,50	1,85		8,4	3,20	40												
5f	11.08.2015	B	05:05		Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50		1,50		50 m-Lauf	10,3		Weitsprung	2,60		20		gültig bis 31.12.2032		
		S	04:20	25,00		6,50	1,70		9,3	2,90	30												
		G	03:35	28,00		7,50	1,85		8,4	3,20	40												
5f	13.01.2015	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30		20		gültig bis 31.12.2032		
		S	04:40	15,00		6,00	1,45		10,1	2,60	30												
		G	04:00	18,00		7,00	1,65		9,1	2,90	40												
5f	23.05.2015	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30		20		gültig bis 31.12.2032		
		S	04:40	15,00		6,00	1,45		10,1	2,60	30												
		G	04:00	18,00		7,00	1,65		9,1	2,90	40												

Seilsprung		
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung
12 - 13 Jahre	2013-2014	Grundsprung rückwärts ohne Zwischensprung

			Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit			Koordination				Schwimm-nachweis	Punkte	Sport-abzeichen						
			800 m-Lauf		Wurfball 200g		Kugelstoß		Standweit		50 m Lauf			Weitsprung		Seilsprung										
5f	20.10.2014	B	04:45		Wurfball 200g	26,00		Kugelstoß 3kg	6,25		1,70		50 m-Lauf	9,7		Weitsprung	3,20		10		gültig bis 31.12.2031					
		S	04:00			30,00			6,75					1,90			8,9							3,50	20	
		G	03:15			33,00			7,25					2,05			8,1							3,80	30	
5f	15.10.2014	B	05:10		Schlagball 80g	15,00		Kugelstoß 3kg	4,75		1,40		50 m-Lauf	10,6		Weitsprung	2,80		10		gültig bis 31.12.2031					
		S	04:25			18,00			5,25					1,60			9,6							3,10	20	
		G	03:45			22,00			5,75					1,80			8,5							3,40	30	
5f	11.12.2014	B	05:10		Schlagball 80g	15,00		Kugelstoß 3kg	4,75		1,40		50 m-Lauf	10,6		Weitsprung	2,80		10		gültig bis 31.12.2031					
		S	04:25			18,00			5,25					1,60			9,6							3,10	20	
		G	03:45			22,00			5,75					1,80			8,5							3,40	30	
5f	18.04.2015	B	05:05		Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50		1,50		50 m-Lauf	10,3		Weitsprung	2,60		20		gültig bis 31.12.2032					
		S	04:20			25,00			6,50					1,70			9,3							2,90	30	
		G	03:35			28,00			7,50					1,85			8,4							3,20	40	
5f	14.02.2015	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30		20		gültig bis 31.12.2032					
		S	04:40			15,00			6,00					1,45			10,1							2,60	30	
		G	04:00			18,00			7,00					1,65			9,1							2,90	40	
5f																										

Seilsprung		
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung
12 - 13 Jahre	2013-2014	Grundsprung rückwärts ohne Zwischensprung