

GS Pattensen Klasse 2a			Leistungsbewertung						Verleihung in:						Stand: 18.05.2026		
			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		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf		Zonenweitsprung	Seilsprung				
2a	30.07.2019	B	05:40		Schlagball 80 g	6,00	Medizinball	2,50	1,05	30 m-Lauf	8,0	Zonenweitsprung	18 Pkt	10	kein Nachweis			
		S	05:00	9,00		3,50		1,25			7,1		21 Pkt					15
		G	04:15	12,00		4,50		1,40			6,3		24 Pkt					25

2a	20.06.2019	B	05:40		Schlagball 80 g	12,00	Medizinball	2,50	1,15	30 m-Lauf	7,7	Zonenweitsprung	18 Pkt	10	kein Nachweis			
		S	05:00	15,00		3,50		1,35			6,8		21 Pkt					15
		G	04:15	17,00		4,50		1,50			6,0		24 Pkt					25

2a	15.11.2018	B	05:25		Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	kein Nachweis			
		S	04:40	20,00		4,00		1,50			6,4		30 Pkt					15
		G	03:55	23,00		5,00		1,65			5,7		33 Pkt					25

2a	20.07.2019	B	05:40		Schlagball 80 g	12,00	Medizinball	2,50	1,15	30 m-Lauf	7,7	Zonenweitsprung	18 Pkt	10	kein Nachweis			
		S	05:00	15,00		3,50		1,35			6,8		21 Pkt					15
		G	04:15	17,00		4,50		1,50			6,0		24 Pkt					25

2a	19.06.2019	B	05:40		Schlagball 80 g	6,00	Medizinball	2,50	1,05	30 m-Lauf	8,0	Zonenweitsprung	18 Pkt	10	kein Nachweis			
		S	05:00	9,00		3,50		1,25			7,1		21 Pkt					15
		G	04:15	12,00		4,50		1,40			6,3		24 Pkt					25

2a	17.05.2019	B	05:40		Schlagball 80 g	6,00	Medizinball	2,50	1,05	30 m-Lauf	8,0	Zonenweitsprung	18 Pkt	10	kein Nachweis			
		S	05:00	9,00		3,50		1,25			7,1		21 Pkt					15
		G	04:15	12,00		4,50		1,40			6,3		24 Pkt					25

		Ausdauer		Kraft								Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g			Medizinball			Standweit		30 m Lauf		Zonenweitsprung		Seilsprung				
2a	02.03.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	6,00	Medizinball	2,50		1,05	30 m-Lauf	8,0	Zonenweitsprung	18 Pkt		10	kein Nachweis				
		S	05:00		9,00		3,50		1,25		7,1		21 Pkt		15					
		G	04:15		12,00		4,50		1,40		6,3		24 Pkt		25					
2a	05.05.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	6,00	Medizinball	2,50		1,05	30 m-Lauf	8,0	Zonenweitsprung	18 Pkt		10	kein Nachweis				
		S	05:00		9,00		3,50		1,25		7,1		21 Pkt		15					
		G	04:15		12,00		4,50		1,40		6,3		24 Pkt		25					
2a	09.09.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	12,00	Medizinball	2,50		1,15	30 m-Lauf	7,7	Zonenweitsprung	18 Pkt		10	kein Nachweis				
		S	05:00		15,00		3,50		1,35		6,8		21 Pkt		15					
		G	04:15		17,00		4,50		1,50		6,0		24 Pkt		25					
2a	11.07.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	6,00	Medizinball	2,50		1,05	30 m-Lauf	8,0	Zonenweitsprung	18 Pkt		10	kein Nachweis				
		S	05:00		9,00		3,50		1,25		7,1		21 Pkt		15					
		G	04:15		12,00		4,50		1,40		6,3		24 Pkt		25					
2a	11.05.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	12,00	Medizinball	2,50		1,15	30 m-Lauf	7,7	Zonenweitsprung	18 Pkt		10	kein Nachweis				
		S	05:00		15,00		3,50		1,35		6,8		21 Pkt		15					
		G	04:15		17,00		4,50		1,50		6,0		24 Pkt		25					
2a	07.01.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	12,00	Medizinball	2,50		1,15	30 m-Lauf	7,7	Zonenweitsprung	18 Pkt		10	kein Nachweis				
		S	05:00		15,00		3,50		1,35		6,8		21 Pkt		15					
		G	04:15		17,00		4,50		1,50		6,0		24 Pkt		25					

		Ausdauer		Kraft								Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g			Medizinball			Standweit		30 m Lauf		Zonenweitsprung		Seilsprung				
2a	28.08.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	12,00	Medizinball	2,50	1,15	30 m-Lauf	7,7	Zonenweitsprung	18 Pkt	10	kein Nachweis						
		S	05:00		15,00		3,50			1,35		6,8					21 Pkt	15		
		G	04:15		17,00		4,50			1,50		6,0					24 Pkt	25		
2a	09.07.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	12,00	Medizinball	2,50	1,15	30 m-Lauf	7,7	Zonenweitsprung	18 Pkt	10	kein Nachweis						
		S	05:00		15,00		3,50			1,35		6,8					21 Pkt	15		
		G	04:15		17,00		4,50			1,50		6,0					24 Pkt	25		
2a	01.10.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	12,00	Medizinball	2,50	1,15	30 m-Lauf	7,7	Zonenweitsprung	18 Pkt	10	kein Nachweis						
		S	05:00		15,00		3,50			1,35		6,8					21 Pkt	15		
		G	04:15		17,00		4,50			1,50		6,0					24 Pkt	25		
2a	19.06.2018	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	kein Nachweis						
		S	04:40		20,00		4,00			1,50		6,4					30 Pkt	15		
		G	03:55		23,00		5,00			1,65		5,7					33 Pkt	25		
2a	10.03.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	12,00	Medizinball	2,50	1,15	30 m-Lauf	7,7	Zonenweitsprung	18 Pkt	10	kein Nachweis						
		S	05:00		15,00		3,50			1,35		6,8					21 Pkt	15		
		G	04:15		17,00		4,50			1,50		6,0					24 Pkt	25		
2a	05.07.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	6,00	Medizinball	2,50	1,05	30 m-Lauf	8,0	Zonenweitsprung	18 Pkt	10	kein Nachweis						
		S	05:00		9,00		3,50			1,25		7,1					21 Pkt	15		
		G	04:15		12,00		4,50			1,40		6,3					24 Pkt	25		

		Ausdauer		Kraft								Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf		Zonenweitsprung		Seilsprung						
2a	10.09.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	6,00	Medizinball	2,50	1,05	30 m-Lauf	8,0	Zonenweitsprung	18 Pkt	10	kein Nachweis						
		S	05:00		9,00		3,50			1,25		7,1					21 Pkt	15		
		G	04:15		12,00		4,50			1,40		6,3					24 Pkt	25		
2a	07.01.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	6,00	Medizinball	2,50	1,05	30 m-Lauf	8,0	Zonenweitsprung	18 Pkt	10	kein Nachweis						
		S	05:00		9,00		3,50			1,25		7,1					21 Pkt	15		
		G	04:15		12,00		4,50			1,40		6,3					24 Pkt	25		
2a	29.05.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	6,00	Medizinball	2,50	1,05	30 m-Lauf	8,0	Zonenweitsprung	18 Pkt	10	kein Nachweis						
		S	05:00		9,00		3,50			1,25		7,1					21 Pkt	15		
		G	04:15		12,00		4,50			1,40		6,3					24 Pkt	25		
2a	21.06.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	6,00	Medizinball	2,50	1,05	30 m-Lauf	8,0	Zonenweitsprung	18 Pkt	10	kein Nachweis						
		S	05:00		9,00		3,50			1,25		7,1					21 Pkt	15		
		G	04:15		12,00		4,50			1,40		6,3					24 Pkt	25		
2a	17.11.2018	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	kein Nachweis						
		S	04:40		20,00		4,00			1,50		6,4					30 Pkt	15		
		G	03:55		23,00		5,00			1,65		5,7					33 Pkt	25		
2a	31.05.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	12,00	Medizinball	2,50	1,15	30 m-Lauf	7,7	Zonenweitsprung	18 Pkt	10	kein Nachweis						
		S	05:00		15,00		3,50			1,35		6,8					21 Pkt	15		
		G	04:15		17,00		4,50			1,50		6,0					24 Pkt	25		

Seilsprung		
6 - 7 Jahre	2019-2020	Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung ODER Galoppsprung
8 - 9 Jahre	2017-2018	Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung ODER Galoppsprung

GS Pattensen Klasse 2b				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: 18.05.2026					
		Ausdauer		Kraft				Schnelligkeit		Koordination		Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen			
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf					Zonenweitsprung		Seilsprung
2b	28.10.2018	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	kein Nachweis			
		S	04:40		20,00		4,00			1,50		6,4				30 Pkt	15
		G	03:55		23,00		5,00			1,65		5,7				33 Pkt	25
2b	25.10.2018	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	kein Nachweis			
		S	04:40		20,00		4,00			1,50		6,4				30 Pkt	15
		G	03:55		23,00		5,00			1,65		5,7				33 Pkt	25
2b	21.07.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	6,00	Medizinball	2,50	1,05	30 m-Lauf	8,0	Zonenweitsprung	18 Pkt	10	kein Nachweis			
		S	05:00		9,00		3,50			1,25		7,1				21 Pkt	15
		G	04:15		12,00		4,50			1,40		6,3				24 Pkt	25
2b	31.08.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	6,00	Medizinball	2,50	1,05	30 m-Lauf	8,0	Zonenweitsprung	18 Pkt	10	kein Nachweis			
		S	05:00		9,00		3,50			1,25		7,1				21 Pkt	15
		G	04:15		12,00		4,50			1,40		6,3				24 Pkt	25
2b	28.03.2018	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	kein Nachweis			
		S	04:40		20,00		4,00			1,50		6,4				30 Pkt	15
		G	03:55		23,00		5,00			1,65		5,7				33 Pkt	25
2b	16.11.2018	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	kein Nachweis			
		S	04:40		20,00		4,00			1,50		6,4				30 Pkt	15
		G	03:55		23,00		5,00			1,65		5,7				33 Pkt	25

		Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit		Koordination			Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen	
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf		Zonenweitsprung		Seilsprung				
2b	22.10.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	kein Nachweis				
		S	04:50		12,00		4,00			1,30		6,6					27 Pkt	15
		G	04:10		15,00		5,00			1,50		5,7					30 Pkt	25
2b	17.12.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	kein Nachweis				
		S	04:50		12,00		4,00			1,30		6,6					27 Pkt	15
		G	04:10		15,00		5,00			1,50		5,7					30 Pkt	25
2b	09.03.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	6,00	Medizinball	2,50	1,05	30 m-Lauf	8,0	Zonenweitsprung	18 Pkt	10	kein Nachweis				
		S	05:00		9,00		3,50			1,25		7,1					21 Pkt	15
		G	04:15		12,00		4,50			1,40		6,3					24 Pkt	25
2b	31.01.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	6,00	Medizinball	2,50	1,05	30 m-Lauf	8,0	Zonenweitsprung	18 Pkt	10	kein Nachweis				
		S	05:00		9,00		3,50			1,25		7,1					21 Pkt	15
		G	04:15		12,00		4,50			1,40		6,3					24 Pkt	25
2b	06.07.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	kein Nachweis				
		S	04:50		12,00		4,00			1,30		6,6					27 Pkt	15
		G	04:10		15,00		5,00			1,50		5,7					30 Pkt	25
2b	01.04.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	6,00	Medizinball	2,50	1,05	30 m-Lauf	8,0	Zonenweitsprung	18 Pkt	10	kein Nachweis				
		S	05:00		9,00		3,50			1,25		7,1					21 Pkt	15
		G	04:15		12,00		4,50			1,40		6,3					24 Pkt	25

		Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf		Zonenweitsprung		Seilsprung				
2b	05.08.2018	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	Nachweis bis 31.12.2035				
		S	04:40		20,00		4,00			1,50		6,4					30 Pkt	15
		G	03:55		23,00		5,00			1,65		5,7					33 Pkt	25
2b	06.06.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	12,00	Medizinball	2,50	1,15	30 m-Lauf	7,7	Zonenweitsprung	18 Pkt	10	kein Nachweis				
		S	05:00		15,00		3,50			1,35		6,8					21 Pkt	15
		G	04:15		17,00		4,50			1,50		6,0					24 Pkt	25
2b	14.10.2018	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	kein Nachweis				
		S	04:40		20,00		4,00			1,50		6,4					30 Pkt	15
		G	03:55		23,00		5,00			1,65		5,7					33 Pkt	25
2b	21.12.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	kein Nachweis				
		S	04:50		12,00		4,00			1,30		6,6					27 Pkt	15
		G	04:10		15,00		5,00			1,50		5,7					30 Pkt	25
2b	30.10.2018	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	kein Nachweis				
		S	04:40		20,00		4,00			1,50		6,4					30 Pkt	15
		G	03:55		23,00		5,00			1,65		5,7					33 Pkt	25
2b	28.11.2018	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	kein Nachweis				
		S	04:40		20,00		4,00			1,50		6,4					30 Pkt	15
		G	03:55		23,00		5,00			1,65		5,7					33 Pkt	25

		Ausdauer		Kraft								Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g			Medizinball			Standweit		30 m Lauf		Zonenweitsprung		Seilsprung				
2b	25.02.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	12,00	Medizinball	2,50		1,15	30 m-Lauf	7,7	Zonenweitsprung	18 Pkt		10	kein Nachweis				
		S	05:00		15,00		3,50		1,35		6,8		21 Pkt		15					
		G	04:15		17,00		4,50		1,50		6,0		24 Pkt		25					
2b	26.12.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00		1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt		10	kein Nachweis				
		S	04:50		12,00		4,00		1,30		6,6		27 Pkt		15					
		G	04:10		15,00		5,00		1,50		5,7		30 Pkt		25					
2b	11.08.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00		1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt		10	kein Nachweis				
		S	04:50		12,00		4,00		1,30		6,6		27 Pkt		15					
		G	04:10		15,00		5,00		1,50		5,7		30 Pkt		25					
2b	13.06.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	6,00	Medizinball	2,50		1,05	30 m-Lauf	8,0	Zonenweitsprung	18 Pkt		10	kein Nachweis				
		S	05:00		9,00		3,50		1,25		7,1		21 Pkt		15					
		G	04:15		12,00		4,50		1,40		6,3		24 Pkt		25					
2b	09.04.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	12,00	Medizinball	2,50		1,15	30 m-Lauf	7,7	Zonenweitsprung	18 Pkt		10	kein Nachweis				
		S	05:00		15,00		3,50		1,35		6,8		21 Pkt		15					
		G	04:15		17,00		4,50		1,50		6,0		24 Pkt		25					
2b	16.11.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00		1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt		10	kein Nachweis				
		S	04:50		12,00		4,00		1,30		6,6		27 Pkt		15					
		G	04:10		15,00		5,00		1,50		5,7		30 Pkt		25					

		Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf		Zonenweitsprung		Seilsprung				
2b	24.06.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	6,00	Medizinball	2,50	1,05	30 m-Lauf	8,0	Zonenweitsprung	18 Pkt	10	kein Nachweis				
		S	05:00		9,00		3,50			1,25		7,1					21 Pkt	15
		G	04:15		12,00		4,50			1,40		6,3					24 Pkt	25
2b	25.06.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	6,00	Medizinball	2,50	1,05	30 m-Lauf	8,0	Zonenweitsprung	18 Pkt	10	kein Nachweis				
		S	05:00		9,00		3,50			1,25		7,1					21 Pkt	15
		G	04:15		12,00		4,50			1,40		6,3					24 Pkt	25
2b																		

Seilsprung		
6 - 7 Jahre	2019-2020	Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung ODER Galoppsprung
8 - 9 Jahre	2017-2018	Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung ODER Galoppsprung

GS Pattensen Klasse 2c				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: 18.05.2026										
		Ausdauer		Kraft				Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen						
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf		Zonenweitsprung					Seilsprung					
2c	07.02.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	6,00	Medizinball	2,50	Standweit	1,05	30 m-Lauf	8,0	Zonenweitsprung	18 Pkt	10	kein Nachweis							
		S	05:00		9,00		3,50		1,25		7,1		21 Pkt				15					
		G	04:15		12,00		4,50		1,40		6,3		24 Pkt				25					
2c	22.06.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	Standweit	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	kein Nachweis							
		S	04:50		12,00		4,00		1,30		6,6		27 Pkt				15					
		G	04:10		15,00		5,00		1,50		5,7		30 Pkt				25					
2c	22.08.2018	B	05:35	5:06	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	4,70	Standweit	1,15	30 m-Lauf	7,4	6,5	Zonenweitsprung	24 Pkt	27	10	19	Nachweis bis 31.12.2035	8	Silber
		S	04:50	12,00		4,00		1,30			6,6		27 Pkt			15						
		G	04:10	15,00		5,00		1,50			1,50		5,7			30 Pkt						
2c	14.09.2018	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	Standweit	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	kein Nachweis							
		S	04:40		20,00		4,00		1,50		6,4		30 Pkt				15					
		G	03:55		23,00		5,00		1,65		5,7		33 Pkt				25					
2c	15.08.2018	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	Standweit	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	kein Nachweis							
		S	04:40		20,00		4,00		1,50		6,4		30 Pkt				15					
		G	03:55		23,00		5,00		1,65		5,7		33 Pkt				25					
2c	05.11.2018	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	Standweit	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	kein Nachweis							
		S	04:40		20,00		4,00		1,50		6,4		30 Pkt				15					
		G	03:55		23,00		5,00		1,65		5,7		33 Pkt				25					

		Ausdauer		Kraft								Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf		Zonenweitsprung		Seilsprung						
2c	11.07.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	6,00	Medizinball	2,50	1,05	30 m-Lauf	8,0	Zonenweitsprung	18 Pkt	10	kein Nachweis						
		S	05:00		9,00		3,50			1,25		7,1					21 Pkt	15		
		G	04:15		12,00		4,50			1,40		6,3					24 Pkt	25		
2c	08.10.2018	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	kein Nachweis						
		S	04:40		20,00		4,00			1,50		6,4					30 Pkt	15		
		G	03:55		23,00		5,00			1,65		5,7					33 Pkt	25		
2c	08.12.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	kein Nachweis						
		S	04:50		12,00		4,00			1,30		6,6					27 Pkt	15		
		G	04:10		15,00		5,00			1,50		5,7					30 Pkt	25		
2c	24.10.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	kein Nachweis						
		S	04:50		12,00		4,00			1,30		6,6					27 Pkt	15		
		G	04:10		15,00		5,00			1,50		5,7					30 Pkt	25		
2c	14.08.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	6,00	Medizinball	2,50	1,05	30 m-Lauf	8,0	Zonenweitsprung	18 Pkt	10	kein Nachweis						
		S	05:00		9,00		3,50			1,25		7,1					21 Pkt	15		
		G	04:15		12,00		4,50			1,40		6,3					24 Pkt	25		
2c	25.01.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	6,00	Medizinball	2,50	1,05	30 m-Lauf	8,0	Zonenweitsprung	18 Pkt	10	kein Nachweis						
		S	05:00		9,00		3,50			1,25		7,1					21 Pkt	15		
		G	04:15		12,00		4,50			1,40		6,3					24 Pkt	25		

		Ausdauer		Kraft								Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf		Zonenweitsprung		Seilsprung						
2c	26.07.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	12,00	Medizinball	2,50	1,15	30 m-Lauf	7,7	Zonenweitsprung	18 Pkt	10	kein Nachweis						
		S	05:00		15,00		3,50			1,35		6,8					21 Pkt	15		
		G	04:15		17,00		4,50			1,50		6,0					24 Pkt	25		
2c	10.12.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	kein Nachweis						
		S	04:50		12,00		4,00			1,30		6,6					27 Pkt	15		
		G	04:10		15,00		5,00			1,50		5,7					30 Pkt	25		
2c	04.05.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	6,00	Medizinball	2,50	1,05	30 m-Lauf	8,0	Zonenweitsprung	18 Pkt	10	kein Nachweis						
		S	05:00		9,00		3,50			1,25		7,1					21 Pkt	15		
		G	04:15		12,00		4,50			1,40		6,3					24 Pkt	25		
2c	27.10.2018	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	kein Nachweis						
		S	04:40		20,00		4,00			1,50		6,4					30 Pkt	15		
		G	03:55		23,00		5,00			1,65		5,7					33 Pkt	25		
2c	16.06.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	12,00	Medizinball	2,50	1,15	30 m-Lauf	7,7	Zonenweitsprung	18 Pkt	10	kein Nachweis						
		S	05:00		15,00		3,50			1,35		6,8					21 Pkt	15		
		G	04:15		17,00		4,50			1,50		6,0					24 Pkt	25		
2c	05.11.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	kein Nachweis						
		S	04:50		12,00		4,00			1,30		6,6					27 Pkt	15		
		G	04:10		15,00		5,00			1,50		5,7					30 Pkt	25		

		Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit		Koordination			Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen	
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf		Zonenweitsprung	Seilsprung					
2c	23.08.2018	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	kein Nachweis				
		S	04:40		20,00		4,00			1,50		6,4					30 Pkt	15
		G	03:55		23,00		5,00			1,65		5,7					33 Pkt	25
2c	01.08.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	6,00	Medizinball	2,50	1,05	30 m-Lauf	8,0	Zonenweitsprung	18 Pkt	10	kein Nachweis				
		S	05:00		9,00		3,50			1,25		7,1					21 Pkt	15
		G	04:15		12,00		4,50			1,40		6,3					24 Pkt	25
2c	20.05.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	12,00	Medizinball	2,50	1,15	30 m-Lauf	7,7	Zonenweitsprung	18 Pkt	10	kein Nachweis				
		S	05:00		15,00		3,50			1,35		6,8					21 Pkt	15
		G	04:15		17,00		4,50			1,50		6,0					24 Pkt	25
2c	09.01.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	12,00	Medizinball	2,50	1,15	30 m-Lauf	7,7	Zonenweitsprung	18 Pkt	10	kein Nachweis				
		S	05:00		15,00		3,50			1,35		6,8					21 Pkt	15
		G	04:15		17,00		4,50			1,50		6,0					24 Pkt	25
2c	09.10.2018	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	kein Nachweis				
		S	04:40		20,00		4,00			1,50		6,4					30 Pkt	15
		G	03:55		23,00		5,00			1,65		5,7					33 Pkt	25
2c	05.02.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	12,00	Medizinball	2,50	1,15	30 m-Lauf	7,7	Zonenweitsprung	18 Pkt	10	kein Nachweis				
		S	05:00		15,00		3,50			1,35		6,8					21 Pkt	15
		G	04:15		17,00		4,50			1,50		6,0					24 Pkt	25

Seilsprung		
6 - 7 Jahre	2019-2020	Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung ODER Galoppsprung
8 - 9 Jahre	2017-2018	Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung ODER Galoppsprung

GS Pattensen Klasse 2d				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: 18.05.2026					
		Ausdauer		Kraft				Schnelligkeit		Koordination		Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen			
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf					Zonenweitsprung		Seilsprung
2d	09.04.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	12,00	Medizinball	2,50	1,15	30 m-Lauf	7,7	Zonenweitsprung	18 Pkt	10	kein Nachweis			
		S	05:00		15,00		3,50			1,35		6,8				21 Pkt	15
		G	04:15		17,00		4,50			1,50		6,0				24 Pkt	25
2d	05.11.2018	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	kein Nachweis			
		S	04:40		20,00		4,00			1,50		6,4				30 Pkt	15
		G	03:55		23,00		5,00			1,65		5,7				33 Pkt	25
2d	08.12.2018	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	kein Nachweis			
		S	04:40		20,00		4,00			1,50		6,4				30 Pkt	15
		G	03:55		23,00		5,00			1,65		5,7				33 Pkt	25
2d	03.07.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	kein Nachweis			
		S	04:50		12,00		4,00			1,30		6,6				27 Pkt	15
		G	04:10		15,00		5,00			1,50		5,7				30 Pkt	25
2d	30.10.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	kein Nachweis			
		S	04:50		12,00		4,00			1,30		6,6				27 Pkt	15
		G	04:10		15,00		5,00			1,50		5,7				30 Pkt	25
2d	15.06.2018	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	kein Nachweis			
		S	04:40		20,00		4,00			1,50		6,4				30 Pkt	15
		G	03:55		23,00		5,00			1,65		5,7				33 Pkt	25

			Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen
			800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf		Zonenweitsprung		Seilsprung				
2d	19.01.2019	B	05:40		Schlagball 80 g	12,00	Medizinball	2,50	1,15	30 m-Lauf	7,7	Zonenweitsprung	18 Pkt	10	kein Nachweis				
		S	05:00	15,00		3,50		1,35			6,8		21 Pkt					15	
		G	04:15	17,00		4,50		1,50			6,0		24 Pkt					25	
2d	30.12.2018	B	05:35		Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	kein Nachweis				
		S	04:50	12,00		4,00		1,30			6,6		27 Pkt					15	
		G	04:10	15,00		5,00		1,50			5,7		30 Pkt					25	
2d	15.11.2018	B	05:25		Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	kein Nachweis				
		S	04:40	20,00		4,00		1,50			6,4		30 Pkt					15	
		G	03:55	23,00		5,00		1,65			5,7		33 Pkt					25	
2d	18.08.2017	B	05:25		Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	kein Nachweis				
		S	04:40	20,00		4,00		1,50			6,4		30 Pkt					15	
		G	03:55	23,00		5,00		1,65			5,7		33 Pkt					25	
2d	11.07.2017	B	05:35		Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	kein Nachweis				
		S	04:50	12,00		4,00		1,30			6,6		27 Pkt					15	
		G	04:10	15,00		5,00		1,50			5,7		30 Pkt					25	
2d	10.11.2018	B	05:35		Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	kein Nachweis				
		S	04:50	12,00		4,00		1,30			6,6		27 Pkt					15	
		G	04:10	15,00		5,00		1,50			5,7		30 Pkt					25	

		Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf		Zonenweitsprung		Seilsprung				
2d	13.01.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	12,00	Medizinball	2,50	1,15	30 m-Lauf	7,7	Zonenweitsprung	18 Pkt	10	kein Nachweis				
		S	05:00		15,00		3,50			1,35		6,8					21 Pkt	15
		G	04:15		17,00		4,50			1,50		6,0					24 Pkt	25
2d	26.03.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	12,00	Medizinball	2,50	1,15	30 m-Lauf	7,7	Zonenweitsprung	18 Pkt	10	kein Nachweis				
		S	05:00		15,00		3,50			1,35		6,8					21 Pkt	15
		G	04:15		17,00		4,50			1,50		6,0					24 Pkt	25
2d	25.01.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	6,00	Medizinball	2,50	1,05	30 m-Lauf	8,0	Zonenweitsprung	18 Pkt	10	kein Nachweis				
		S	05:00		9,00		3,50			1,25		7,1					21 Pkt	15
		G	04:15		12,00		4,50			1,40		6,3					24 Pkt	25
2d	06.07.2018	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	kein Nachweis				
		S	04:40		20,00		4,00			1,50		6,4					30 Pkt	15
		G	03:55		23,00		5,00			1,65		5,7					33 Pkt	25
2d	21.09.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	kein Nachweis				
		S	04:50		12,00		4,00			1,30		6,6					27 Pkt	15
		G	04:10		15,00		5,00			1,50		5,7					30 Pkt	25
2d	19.11.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	kein Nachweis				
		S	04:50		12,00		4,00			1,30		6,6					27 Pkt	15
		G	04:10		15,00		5,00			1,50		5,7					30 Pkt	25

		Ausdauer		Kraft								Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf		Zonenweitsprung		Seilsprung						
2d	20.01.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	6,00	Medizinball	2,50	1,05	30 m-Lauf	8,0	Zonenweitsprung	18 Pkt	10	kein Nachweis						
		S	05:00		9,00		3,50			1,25		7,1					21 Pkt	15		
		G	04:15		12,00		4,50			1,40		6,3					24 Pkt	25		
2d	08.10.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	kein Nachweis						
		S	04:50		12,00		4,00			1,30		6,6					27 Pkt	15		
		G	04:10		15,00		5,00			1,50		5,7					30 Pkt	25		
2d	15.10.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	kein Nachweis						
		S	04:50		12,00		4,00			1,30		6,6					27 Pkt	15		
		G	04:10		15,00		5,00			1,50		5,7					30 Pkt	25		
2d	21.05.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	12,00	Medizinball	2,50	1,15	30 m-Lauf	7,7	Zonenweitsprung	18 Pkt	10	kein Nachweis						
		S	05:00		15,00		3,50			1,35		6,8					21 Pkt	15		
		G	04:15		17,00		4,50			1,50		6,0					24 Pkt	25		
2d	05.12.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	kein Nachweis						
		S	04:50		12,00		4,00			1,30		6,6					27 Pkt	15		
		G	04:10		15,00		5,00			1,50		5,7					30 Pkt	25		
2d	26.03.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	6,00	Medizinball	2,50	1,05	30 m-Lauf	8,0	Zonenweitsprung	18 Pkt	10	kein Nachweis						
		S	05:00		9,00		3,50			1,25		7,1					21 Pkt	15		
		G	04:15		12,00		4,50			1,40		6,3					24 Pkt	25		

Seilsprung		
6 - 7 Jahre	2019-2020	Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung ODER Galoppsprung
8 - 9 Jahre	2017-2018	Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung ODER Galoppsprung

GS Pattensen Klasse 3a				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: 18.05.2026						
		Ausdauer		Kraft				Schnelligkeit		Koordination		Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen				
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf					Zonenweitsprung		Seilsprung	
3a	18.01.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	gültig bis 31.12.2035				
		S	04:50		12,00		4,00			1,30		6,6					27 Pkt	15
		G	04:10		15,00		5,00			1,50		5,7					30 Pkt	25
3a	06.01.2017	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	kein Nachweis				
		S	04:50		12,00		4,00			1,30		6,6					27 Pkt	15
		G	04:10		15,00		5,00			1,50		5,7					30 Pkt	25
3a	30.04.2017	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	kein Nachweis				
		S	04:50		12,00		4,00			1,30		6,6					27 Pkt	15
		G	04:10		15,00		5,00			1,50		5,7					30 Pkt	25
3a	23.04.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	gültig bis 31.12.2035				
		S	04:50		12,00		4,00			1,30		6,6					27 Pkt	15
		G	04:10		15,00		5,00			1,50		5,7					30 Pkt	25
3a	04.07.2018	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	kein Nachweis				
		S	04:40		20,00		4,00			1,50		6,4					30 Pkt	15
		G	03:55		23,00		5,00			1,65		5,7					33 Pkt	25
3a	14.02.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	gültig bis 31.12.2035				
		S	04:50		12,00		4,00			1,30		6,6					27 Pkt	15
		G	04:10		15,00		5,00			1,50		5,7					30 Pkt	25

			Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen
			800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf		Zonenweitsprung		Seilsprung				
3a	02.10.2017	B	05:35		Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00		1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt		10	gültig bis 31.12.2034		
		S	04:50	12,00		4,00		1,30		6,6		27 Pkt		15					
		G	04:10	15,00		5,00		1,50		5,7		30 Pkt		25					
3a	15.12.2017	B	05:25		Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00		1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt		10	kein Nachweis		
		S	04:40	20,00		4,00		1,50		6,4		30 Pkt		15					
		G	03:55	23,00		5,00		1,65		5,7		33 Pkt		25					
3a	11.04.2018	B	05:25		Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00		1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt		10	kein Nachweis		
		S	04:40	20,00		4,00		1,50		6,4		30 Pkt		15					
		G	03:55	23,00		5,00		1,65		5,7		33 Pkt		25					
3a	18.01.2018	B	05:35		Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00		1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt		10	gültig bis 31.12.2035		
		S	04:50	12,00		4,00		1,30		6,6		27 Pkt		15					
		G	04:10	15,00		5,00		1,50		5,7		30 Pkt		25					
3a	27.05.2018	B	05:25		Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00		1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt		10	kein Nachweis		
		S	04:40	20,00		4,00		1,50		6,4		30 Pkt		15					
		G	03:55	23,00		5,00		1,65		5,7		33 Pkt		25					
3a	16.04.2018	B	05:25		Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00		1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt		10	kein Nachweis		
		S	04:40	20,00		4,00		1,50		6,4		30 Pkt		15					
		G	03:55	23,00		5,00		1,65		5,7		33 Pkt		25					

			Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen	
			800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf		Zonenweitsprung		Seilsprung					
3a	05.04.2018	B	05:25		Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	6,20	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	33	10	40	gültig bis 31.12.2035		
		S	04:40	20,00		4,00		1,50		6,4		30 Pkt		15						
		G	03:55	23,00		5,00		1,65		5,7		33 Pkt		25						
3a	06.05.2018	B	05:35		Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00		1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt		10	kein Nachweis			
		S	04:50	12,00		4,00		1,30		6,6		27 Pkt		15						
		G	04:10	15,00		5,00		1,50		5,7		30 Pkt		25						
3a	23.06.2017	B	05:35		Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00		1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt		10	kein Nachweis			
		S	04:50	12,00		4,00		1,30		6,6		27 Pkt		15						
		G	04:10	15,00		5,00		1,50		5,7		30 Pkt		25						
3a	11.05.2018	B	05:35		Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00		1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt		10	kein Nachweis			
		S	04:50	12,00		4,00		1,30		6,6		27 Pkt		15						
		G	04:10	15,00		5,00		1,50		5,7		30 Pkt		25						
3a	29.06.2018	B	05:25		Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00		1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt		10	gültig bis 31.12.2035			
		S	04:40	20,00		4,00		1,50		6,4		30 Pkt		15						
		G	03:55	23,00		5,00		1,65		5,7		33 Pkt		25						
3a	16.06.2018	B	05:35		Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00		1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt		10	gültig bis 31.12.2035			
		S	04:50	12,00		4,00		1,30		6,6		27 Pkt		15						
		G	04:10	15,00		5,00		1,50		5,7		30 Pkt		25						

	Ausdauer			Kraft						Schnelligkeit		Koordination			Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen	
	800 m-Lauf			Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf		Zonenweitsprung	Seilsprung					
3a	15.02.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00		1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt		10	gültig bis 31.12.2035		
		S	04:50		12,00		4,00		1,30		6,6		27 Pkt		15			
		G	04:10		15,00		5,00		1,50		5,7		30 Pkt		25			

3a	12.05.2017	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00		1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt		10	gültig bis 31.12.2034		
		S	04:40		20,00		4,00		1,50		6,4		30 Pkt		15			
		G	03:55		23,00		5,00		1,65		5,7		33 Pkt		25			

3a	01.07.2018	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00		1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt		10	kein Nachweis		
		S	04:40		20,00		4,00		1,50		6,4		30 Pkt		15			
		G	03:55		23,00		5,00		1,65		5,7		33 Pkt		25			

3a	06.09.2017	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00		1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt		10	gültig bis 31.12.2034		
		S	04:40		20,00		4,00		1,50		6,4		30 Pkt		15			
		G	03:55		23,00		5,00		1,65		5,7		33 Pkt		25			

3a																		

3a																		

Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung ODER Galoppsprung

GS Pattensen Klasse 3b				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: 18.05.2026					
		Ausdauer		Kraft				Schnelligkeit		Koordination		Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen			
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf					Zonenweitsprung		Seilsprung
3b	30.04.2018	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	kein Nachweis			
		S	04:40		20,00		4,00			1,50		6,4				30 Pkt	15
		G	03:55		23,00		5,00			1,65		5,7				33 Pkt	25
3b	24.06.2018	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	gültig bis 31.12.2035			
		S	04:40		20,00		4,00			1,50		6,4				30 Pkt	15
		G	03:55		23,00		5,00			1,65		5,7				33 Pkt	25
3b	20.04.2018	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	kein Nachweis			
		S	04:40		20,00		4,00			1,50		6,4				30 Pkt	15
		G	03:55		23,00		5,00			1,65		5,7				33 Pkt	25
3b	30.10.2017	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	kein Nachweis			
		S	04:50		12,00		4,00			1,30		6,6				27 Pkt	15
		G	04:10		15,00		5,00			1,50		5,7				30 Pkt	25
3b	02.05.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	gültig bis 31.12.2035			
		S	04:50		12,00		4,00			1,30		6,6				27 Pkt	15
		G	04:10		15,00		5,00			1,50		5,7				30 Pkt	25
3b	16.10.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	kein Nachweis			
		S	04:50		12,00		4,00			1,30		6,6				27 Pkt	15
		G	04:10		15,00		5,00			1,50		5,7				30 Pkt	25

		Ausdauer		Kraft								Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g			Medizinball			Standweit		30 m Lauf		Zonenweitsprung		Seilsprung				
3b	04.11.2017	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00		1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt		10	kein Nachweis				
		S	04:40		20,00		4,00		1,50		6,4		30 Pkt		15					
		G	03:55		23,00		5,00		1,65		5,7		33 Pkt		25					
3b	27.09.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00		1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	27	10	kein Nachweis				
		S	04:50		12,00		4,00		1,30		6,6		27 Pkt		15					
		G	04:10		15,00		5,00		1,50		5,7		30 Pkt		25					
3b	27.05.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00		1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt		10	gültig bis 31.12.2035				
		S	04:50		12,00		4,00		1,30		6,6		27 Pkt		15					
		G	04:10		15,00		5,00		1,50		5,7		30 Pkt		25					
3b	26.08.2017	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00		1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt		10	kein Nachweis				
		S	04:40		20,00		4,00		1,50		6,4		30 Pkt		15					
		G	03:55		23,00		5,00		1,65		5,7		33 Pkt		25					
3b	05.08.2017	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00		1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt		10	gültig bis 31.12.2034				
		S	04:40		20,00		4,00		1,50		6,4		30 Pkt		15					
		G	03:55		23,00		5,00		1,65		5,7		33 Pkt		25					
3b	07.02.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00		1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt		10	gültig bis 31.12.2035				
		S	04:50		12,00		4,00		1,30		6,6		27 Pkt		15					
		G	04:10		15,00		5,00		1,50		5,7		30 Pkt		25					

	Ausdauer			Kraft								Schnelligkeit		Koordination				Schwimmnachweis	Punkte	Sportabzeichen
	800 m-Lauf			Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf		Zonenweitsprung		Seilsprung						
3b	29.07.2017	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	6,80	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	30	10	gültig bis 31.12.2035				
		S	04:50		12,00		4,00		1,30		6,6		27 Pkt		15					
		G	04:10		15,00		5,00		1,50		5,7		30 Pkt		25				39	
3b	06.03.2018	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	4,90	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	27	10	gültig bis 31.12.2035				
		S	04:40		20,00		4,00		1,50		6,4		30 Pkt		15					
		G	03:55		23,00		5,00		1,65		5,7		33 Pkt		25					
3b	14.10.2017	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	5,10	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	30	10	gültig bis 31.12.2035				
		S	04:50		12,00		4,00		1,30		6,6		27 Pkt		15					
		G	04:10		15,00		5,00		1,50		5,7		30 Pkt		25				50	
3b	04.04.2017	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00		1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt		10	kein Nachweis				
		S	04:50		12,00		4,00		1,30		6,6		27 Pkt		15					
		G	04:10		15,00		5,00		1,50		5,7		30 Pkt		25					
3b	26.06.2016	B	05:05	Schlagball 80g	21,00	Medizinball	5,50		1,50	50 m-Lauf	10,3	Weitsprung	2,60		20	gültig bis 31.12.2035				
		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					
3b	27.12.2017	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00		1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt		10	kein Nachweis				
		S	04:50		12,00		4,00		1,30		6,6		27 Pkt		15					
		G	04:10		15,00		5,00		1,50		5,7		30 Pkt		25					

	Ausdauer			Kraft						Schnelligkeit		Koordination			Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen	
	800 m-Lauf			Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf		Zonenweitsprung	Seilsprung					
3b	07.03.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	kein Nachweis				
		S	04:50		12,00		4,00			1,30		6,6					27 Pkt	15
		G	04:10		15,00		5,00			1,50		5,7					30 Pkt	25
3b	19.05.2018	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	kein Nachweis				
		S	04:40		20,00		4,00			1,50		6,4					30 Pkt	15
		G	03:55		23,00		5,00			1,65		5,7					33 Pkt	25
3b	20.12.2016	B	05:20	Schlagball 80 g	11,00	Medizinball	5,00	1,30	50 m-Lauf	11,0	Weitsprung	2,30	20	gültig bis 31.12.2033				
		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
3b	04.09.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	kein Nachweis				
		S	04:50		12,00		4,00			1,30		6,6					27 Pkt	15
		G	04:10		15,00		5,00			1,50		5,7					30 Pkt	25
3b	10.06.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	kein Nachweis				
		S	04:50		12,00		4,00			1,30		6,6					27 Pkt	15
		G	04:10		15,00		5,00			1,50		5,7					30 Pkt	25
3b																		

Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung ODER Galoppsprung
Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung

GS Pattensen Klasse 3c				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: 18.05.2026						
		Ausdauer		Kraft				Schnelligkeit		Koordination		Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen				
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf					Zonenweitsprung		Seilsprung	
3c	31.01.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	gültig bis 31.12.2035				
		S	04:50		12,00		4,00			1,30		6,6					27 Pkt	15
		G	04:10		15,00		5,00			1,50		5,7					30 Pkt	25
3c	25.03.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	gültig bis 31.12.2035				
		S	04:50		12,00		4,00			1,30		6,6					27 Pkt	15
		G	04:10		15,00		5,00			1,50		5,7					30 Pkt	25
3c	27.07.2017	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	Kein Nachweis				
		S	04:40		20,00		4,00			1,50		6,4					30 Pkt	15
		G	03:55		23,00		5,00			1,65		5,7					33 Pkt	25
3c	10.11.2017	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	Kein Nachweis				
		S	04:40		20,00		4,00			1,50		6,4					30 Pkt	15
		G	03:55		23,00		5,00			1,65		5,7					33 Pkt	25
3c	09.10.2017	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	gültig bis 31.12.2034				
		S	04:40		20,00		4,00			1,50		6,4					30 Pkt	15
		G	03:55		23,00		5,00			1,65		5,7					33 Pkt	25
3c	21.04.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	gültig bis 31.12.2035				
		S	04:50		12,00		4,00			1,30		6,6					27 Pkt	15
		G	04:10		15,00		5,00			1,50		5,7					30 Pkt	25

			Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit		Koordination			Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen	
			800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf		Zonenweitsprung	Seilsprung					
3c	16.05.2018	B	05:35		Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00		1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt		10	Kein Nachweis		
		S	04:50	12,00		4,00		1,30		6,6		27 Pkt		15					
		G	04:10	15,00		5,00		1,50		5,7		30 Pkt		25					
3c	26.05.2017	B	05:35		Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00		1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt		10	Kein Nachweis		
		S	04:50	12,00		4,00		1,30		6,6		27 Pkt		15					
		G	04:10	15,00		5,00		1,50		5,7		30 Pkt		25					
3c	18.04.2017	B	05:35		Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00		1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt		10	Kein Nachweis		
		S	04:50	12,00		4,00		1,30		6,6		27 Pkt		15					
		G	04:10	15,00		5,00		1,50		5,7		30 Pkt		25					
3c	25.10.2017	B	05:25		Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00		1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt		10	Nachweis bis 31.12.2034		
		S	04:40	20,00		4,00		1,50		6,4		30 Pkt		15					
		G	03:55	23,00		5,00		1,65		5,7		33 Pkt		25					
3c	06.12.2017	B	05:35		Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00		1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt		10	Kein Nachweis		
		S	04:50	12,00		4,00		1,30		6,6		27 Pkt		15					
		G	04:10	15,00		5,00		1,50		5,7		30 Pkt		25					
3c	31.05.2018	B	05:35		Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00		1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt		10	Nachweis bis 31.12.2035		
		S	04:50	12,00		4,00		1,30		6,6		27 Pkt		15					
		G	04:10	15,00		5,00		1,50		5,7		30 Pkt		25					

		Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit		Koordination			Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen	
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf		Zonenweitsprung		Seilsprung				
3c	11.03.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	Nachweis bis 31.12.2035				
		S	04:50		12,00		4,00			1,30		6,6					27 Pkt	15
		G	04:10		15,00		5,00			1,50		5,7					30 Pkt	25
3c	09.11.2017	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	Nachweis bis 31.12.2034				
		S	04:50		12,00		4,00			1,30		6,6					27 Pkt	15
		G	04:10		15,00		5,00			1,50		5,7					30 Pkt	25
3c	01.05.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	Nachweis bis 31.12.2035				
		S	04:50		12,00		4,00			1,30		6,6					27 Pkt	15
		G	04:10		15,00		5,00			1,50		5,7					30 Pkt	25
3c	24.09.2017	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	Kein Nachweis				
		S	04:40		20,00		4,00			1,50		6,4					30 Pkt	15
		G	03:55		23,00		5,00			1,65		5,7					33 Pkt	25
3c	21.04.2018	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	Kein Nachweis				
		S	04:40		20,00		4,00			1,50		6,4					30 Pkt	15
		G	03:55		23,00		5,00			1,65		5,7					33 Pkt	25
3c	08.08.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	Nachweis bis 31.12.2035				
		S	04:50		12,00		4,00			1,30		6,6					27 Pkt	15
		G	04:10		15,00		5,00			1,50		5,7					30 Pkt	25

		Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit		Koordination			Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen	
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf		Zonenweitsprung	Seilsprung					
3c	06.04.2018	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	Nachweis bis 31.12.2035				
		S	04:40		20,00		4,00			1,50		6,4					30 Pkt	15
		G	03:55		23,00		5,00			1,65		5,7					33 Pkt	25

3c	23.06.2018	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	Kein Nachweis				
		S	04:40		20,00		4,00			1,50		6,4					30 Pkt	15
		G	03:55		23,00		5,00			1,65		5,7					33 Pkt	25

3c	22.09.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	Kein Nachweis				
		S	04:50		12,00		4,00			1,30		6,6					27 Pkt	15
		G	04:10		15,00		5,00			1,50		5,7					30 Pkt	25

3c	?	B												Kein Nachweis		
		S														
		G														

3c		B														
		S														
		G														

3c		B														
		S														
		G														

	Grundsprung rückwärts ohne Zwischensprung
	Kreuzdurchschlag ohne Zwischensprung

GS Pattensen Klasse 3d				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: 18.05.2026									
		Ausdauer		Kraft				Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen					
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf		Zonenweitsprung					Seilsprung				
3d	04.06.2018	B	05:35	4:59	Schlagball 80 g	9,00	13,30	Medizinball	3,00	4,30	1,15	1,53	30 m-Lauf	7,4	6,9	Zonenweitsprung	24 Pkt	27	10	26	kein Nachweis
		S	04:50	12,00		4,00			1,30		6,6			27 Pkt			15				
		G	04:10	15,00		5,00			1,50		5,7			30 Pkt			25				
3d	06.07.2018	B	05:35		Schlagball 80 g	9,00		Medizinball	3,00		1,15		30 m-Lauf	7,4		Zonenweitsprung	24 Pkt		10		Nachweis bis 31.12.2035
		S	04:50	12,00		4,00	1,30		6,6	27 Pkt	15										
		G	04:10	15,00		5,00	1,50		5,7	30 Pkt	25										
3d	09.07.2017	B	05:25		Schlagball 80 g	17,00		Medizinball	3,00		1,30		30 m-Lauf	7,2		Zonenweitsprung	27 Pkt		10		kein Nachweis
		S	04:40	20,00		4,00	1,50		6,4	30 Pkt	15										
		G	03:55	23,00		5,00	1,65		5,7	33 Pkt	25										
3d	20.04.2018	B	05:25		Schlagball 80 g	17,00		Medizinball	3,00		1,30		30 m-Lauf	7,2		Zonenweitsprung	27 Pkt		10		kein Nachweis
		S	04:40	20,00		4,00	1,50		6,4	30 Pkt	15										
		G	03:55	23,00		5,00	1,65		5,7	33 Pkt	25										
3d	18.01.2018	B	05:25		Schlagball 80 g	17,00		Medizinball	3,00		1,30		30 m-Lauf	7,2		Zonenweitsprung	27 Pkt		10		Nachweis bis 31.12.2035
		S	04:40	20,00		4,00	1,50		6,4	30 Pkt	15										
		G	03:55	23,00		5,00	1,65		5,7	33 Pkt	25										
3d	27.09.2017	B	05:35		Schlagball 80 g	9,00		Medizinball	3,00		1,15		30 m-Lauf	7,4		Zonenweitsprung	24 Pkt		10		Nachweis bis 31.12.2034
		S	04:50	12,00		4,00	1,30		6,6	27 Pkt	15										
		G	04:10	15,00		5,00	1,50		5,7	30 Pkt	25										

		Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit		Koordination			Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen	
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf		Zonenweitsprung		Seilsprung				
3d	30.06.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	kein Nachweis				
		S	04:50		12,00		4,00			1,30		6,6					27 Pkt	15
		G	04:10		15,00		5,00			1,50		5,7					30 Pkt	25
3d	14.09.2017	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	kein Nachweis				
		S	04:40		20,00		4,00			1,50		6,4					30 Pkt	15
		G	03:55		23,00		5,00			1,65		5,7					33 Pkt	25
3d	21.03.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	Nachweis bis 31.12.2035				
		S	04:50		12,00		4,00			1,30		6,6					27 Pkt	15
		G	04:10		15,00		5,00			1,50		5,7					30 Pkt	25
3d	07.08.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	kein Nachweis				
		S	04:50		12,00		4,00			1,30		6,6					27 Pkt	15
		G	04:10		15,00		5,00			1,50		5,7					30 Pkt	25
3d	20.04.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	kein Nachweis				
		S	04:50		12,00		4,00			1,30		6,6					27 Pkt	15
		G	04:10		15,00		5,00			1,50		5,7					30 Pkt	25
3d	13.10.2017	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	Nachweis bis 31.12.2034				
		S	04:40		20,00		4,00			1,50		6,4					30 Pkt	15
		G	03:55		23,00		5,00			1,65		5,7					33 Pkt	25

			Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen			
			800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf		Zonenweitsprung		Seilsprung							
3d	13.04.2018	B	05:35	5:09	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	5,00	1,15	1,40	30 m-Lauf	7,4	7,0	Zonenweitsprung	24 Pkt	25	10	34	Nachweis bis 31.12.2035		
		S	04:50			12,00		4,00		1,30			6,6			27 Pkt		15				
		G	04:10			15,00		5,00		1,50			5,7			30 Pkt		25				
3d	20.12.2017	B	05:35		Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00		1,15		30 m-Lauf	7,4		Zonenweitsprung	24 Pkt		10	kein Nachweis			
		S	04:50	12,00		4,00		1,30	6,6	27 Pkt	15											
		G	04:10	15,00		5,00		1,50	5,7	30 Pkt	25											
3d	14.04.2017	B	05:35		Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00		1,15		30 m-Lauf	7,4		Zonenweitsprung	24 Pkt		10	kein Nachweis			
		S	04:50	12,00		4,00		1,30	6,6	27 Pkt	15											
		G	04:10	15,00		5,00		1,50	5,7	30 Pkt	25											
3d	19.06.2018	B	05:35		Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00		1,15		30 m-Lauf	7,4		Zonenweitsprung	24 Pkt		10	kein Nachweis			
		S	04:50	12,00		4,00		1,30	6,6	27 Pkt	15											
		G	04:10	15,00		5,00		1,50	5,7	30 Pkt	25											
3d	13.10.2017	B	05:35		Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00		1,15		30 m-Lauf	7,4		Zonenweitsprung	24 Pkt		10	kein Nachweis			
		S	04:50	12,00		4,00		1,30	6,6	27 Pkt	15											
		G	04:10	15,00		5,00		1,50	5,7	30 Pkt	25											
3d	22.12.2017	B	05:25		Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00		1,30		30 m-Lauf	7,2		Zonenweitsprung	27 Pkt		10	kein Nachweis			
		S	04:40	20,00		4,00		1,50	6,4	30 Pkt	15											
		G	03:55	23,00		5,00		1,65	5,7	33 Pkt	25											

			Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen
			800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf		Zonenweitsprung		Seilsprung				
3d	19.12.2017	B	05:25		Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	Nachweis bis 31.12.2034				
		S	04:40	20,00		4,00		1,50			6,4		30 Pkt					15	
		G	03:55	23,00		5,00		1,65			5,7		33 Pkt					25	

3d	02.11.2017	B	05:25		Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	kein Nachweis			
		S	04:40	20,00		4,00		1,50			6,4		30 Pkt					15
		G	03:55	23,00		5,00		1,65			5,7		33 Pkt					25

3d	03.11.2017	B	05:25		Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	Nachweis bis 31.12.2034			
		S	04:40	20,00		4,00		1,50			6,4		30 Pkt					15
		G	03:55	23,00		5,00		1,65			5,7		33 Pkt					25

3d	01.02.2018	B	05:25		Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	Nachweis bis 31.12.2035			
		S	04:40	20,00		4,00		1,50			6,4		30 Pkt					15
		G	03:55	23,00		5,00		1,65			5,7		33 Pkt					25

3d																	

3d																	

	Grundsprung rückwärts ohne Zwischensprung
	Kreuzdurchschlag ohne Zwischensprung

GS Pattenstein

Klasse 3e

B(ronze)
S(ilber)
G(old)

1 Punkt
2 Punkte
3 Punkte

Bronze 4 - 7 Punkte
Silber 8 - 10 Punkte
Gold 11 - 12 Punkte

Stand: 18.05.2026

			Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit			Koordination		Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen
			800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf			Zonenweitsprung				
3e	01.07.2018	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	kein Nachweis				
		S	04:40		20,00		4,00			1,50		6,4					30 Pkt	15
		G	03:55		23,00		5,00			1,65		5,7					33 Pkt	25
3e	07.05.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	Nachweis bis 31.12.2035				
		S	04:50		12,00		4,00			1,30		6,6					27 Pkt	15
		G	04:10		15,00		5,00			1,50		5,7					30 Pkt	25
3e	16.12.2016	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
3e	20.06.2016	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
3e	10.08.2017	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	Nachweis bis 31.12.2034				
		S	04:40		20,00		4,00			1,50		6,4					30 Pkt	15
		G	03:55		23,00		5,00			1,65		5,7					33 Pkt	25
3e	21.04.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	Nachweis bis 31.12.2035				
		S	04:50		12,00		4,00			1,30		6,6					27 Pkt	15
		G	04:10		15,00		5,00			1,50		5,7					30 Pkt	25

			Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit		Koordination			Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen
			800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf		Zonenweitsprung		Seilsprung			
3e	19.01.2018	B	05:35		Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00		1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	18	Nachweis bis 31.12.2035		
		S	04:50	12,00		4,00		1,30		6,6		27 Pkt		15				
		G	04:10	15,00		5,00		1,50		5,7		30 Pkt		25				
3e	29.09.2017	B	05:35		Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00		1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt		Nachweis bis 31.12.2034		
		S	04:50	12,00		4,00		1,30		6,6		27 Pkt		15				
		G	04:10	15,00		5,00		1,50		5,7		30 Pkt		25				
3e	21.03.2018	B	05:35		Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00		1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt		Nachweis bis 31.12.2035		
		S	04:50	12,00		4,00		1,30		6,6		27 Pkt		15				
		G	04:10	15,00		5,00		1,50		5,7		30 Pkt		25				
3e	29.08.2017	B	05:35		Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00		1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt		Nachweis bis 31.12.2034		
		S	04:50	12,00		4,00		1,30		6,6		27 Pkt		15				
		G	04:10	15,00		5,00		1,50		5,7		30 Pkt		25				
3e	20.10.2017	B	05:25		Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00		1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt		Nachweis bis 31.12.2034		
		S	04:40	20,00		4,00		1,50		6,4		30 Pkt		15				
		G	03:55	23,00		5,00		1,65		5,7		33 Pkt		25				
3e	22.12.2017	B	05:35		Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00		1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt		Nachweis bis 31.12.2034		
		S	04:50	12,00		4,00		1,30		6,6		27 Pkt		15				
		G	04:10	15,00		5,00		1,50		5,7		30 Pkt		25				

			Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen
			800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf		Zonenweitsprung		Seilsprung				
3e	07.07.2017	B	05:25		Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00		1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt		10	kein Nachweis		
		S	04:40	20,00		4,00		1,50		6,4		30 Pkt		15					
		G	03:55	23,00		5,00		1,65		5,7		33 Pkt		25					
3e	29.11.2017	B	05:35		Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00		1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt		10	Nachweis bis 31.12.2034		
		S	04:50	12,00		4,00		1,30		6,6		27 Pkt		15					
		G	04:10	15,00		5,00		1,50		5,7		30 Pkt		25					
3e	10.11.2017	B	05:35		Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00		1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt		10	kein Nachweis		
		S	04:50	12,00		4,00		1,30		6,6		27 Pkt		15					
		G	04:10	15,00		5,00		1,50		5,7		30 Pkt		25					
3e	10.11.2017	B	05:25		Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00		1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt		10	kein Nachweis		
		S	04:40	20,00		4,00		1,50		6,4		30 Pkt		15					
		G	03:55	23,00		5,00		1,65		5,7		33 Pkt		25					
3e	12.08.2018	B	05:25		Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00		1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt		10	Nachweis bis 31.12.2035		
		S	04:40	20,00		4,00		1,50		6,4		30 Pkt		15					
		G	03:55	23,00		5,00		1,65		5,7		33 Pkt		25					
3e	09.08.2017	B	05:35		Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00		1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt		10	kein Nachweis		
		S	04:50	12,00		4,00		1,30		6,6		27 Pkt		15					
		G	04:10	15,00		5,00		1,50		5,7		30 Pkt		25					

			Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen	
			800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf		Zonenweitsprung		Seilsprung					
3e	02.11.2017	B	05:25		Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00		1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt		10		Nachweis bis 31.12.2034		
		S	04:40	20,00		4,00		1,50		6,4		30 Pkt		15						
		G	03:55	23,00		5,00		1,65		5,7		33 Pkt		25						

3e	13.11.2017	B	05:35		Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00		1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt		10		Nachweis bis 31.12.2034		
		S	04:50	12,00		4,00		1,30		6,6		27 Pkt		15						
		G	04:10	15,00		5,00		1,50		5,7		30 Pkt		25						

3e	07.12.2017	B	05:35		Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00		1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt		10		Nachweis bis 31.12.2034		
		S	04:50	12,00		4,00		1,30		6,6		27 Pkt		15						
		G	04:10	15,00		5,00		1,50		5,7		30 Pkt		25						

3e	21.06.2018	B	05:25		Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00		1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt		10		kein Nachweis		
		S	04:40	20,00		4,00		1,50		6,4		30 Pkt		15						
		G	03:55	23,00		5,00		1,65		5,7		33 Pkt		25						

3e																					

3e																					

	Grundsprung rückwärts ohne Zwischensprung
	Kreuzdurchschlag ohne Zwischensprung

GS Pattensen Klasse 4a				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: 18.05.2026							
			Ausdauer	Kraft						Schnelligkeit		Koordination			Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen		
			800 m-Lauf	Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		50 m Lauf		Weitsprung		Seilsprung					
4a	19.10.1016	B	05:20	Schlagball 80 g	11,00	Medizinball	5,00	1,30	50 m-Lauf	11,0	Weitsprung	2,30	20	Nachweis bis 31.12.2033					
		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
4a	07.04.2017	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	kein Nachweis					
		S	04:40		20,00		4,00			1,50		6,4						30 Pkt	15
		G	03:55		23,00		5,00			1,65		5,7						33 Pkt	25
4a	20.01.2017	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	Nachweis bis 31.12.2034					
		S	04:40		20,00		4,00			1,50		6,4						30 Pkt	15
		G	03:55		23,00		5,00			1,65		5,7						33 Pkt	25
4a	27.04.2016	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
4a	25.11.2016	B	05:20	Schlagball 80 g	11,00	Medizinball	5,00	1,30	50 m-Lauf	11,0	Weitsprung	2,30	20	Nachweis bis 31.12.2033					
		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
4a	27.06.2016	B	05:20	Schlagball 80 g	11,00	Medizinball	5,00	1,30	50 m-Lauf	11,0	Weitsprung	2,30	20	Nachweis bis 31.12.2033					
		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

			Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen
			800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		50 m Lauf		Weitsprung		Seilsprung				
4a	23.12.2015	B	05:05		Schlagball 80g	21,00	Medizinball	5,50		1,50	50 m-Lauf	10,3	Weitsprung	2,60		20	Nachweis 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					
4a	01.10.2016	B	05:05		Schlagball 80g	21,00	Medizinball	5,50		1,50	50 m-Lauf	10,3	Weitsprung	2,60		20	Nachweis 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					
4a	03.09.2016	B	05:05		Schlagball 80g	21,00	Medizinball	5,50		1,50	50 m-Lauf	10,3	Weitsprung	2,60		20	Nachweis 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					
4a	28.09.2016	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					
4a	12.03.2017	B	05:25		Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00		1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt		10	Nachweis bis 31.12.2034		
		S	04:40	20,00		4,00		1,50		6,4		30 Pkt		15					
		G	03:55	23,00		5,00		1,65		5,7		33 Pkt		25					
4a	05.11.2015	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					

			Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen
			800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		50 m Lauf		Weitsprung		Seilsprung				
4a	22.12.2016	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					
4a	04.08.2016	B	05:05		Schlagball 80g	21,00	Medizinball	5,50		1,50	50 m-Lauf	10,3	Weitsprung	2,60		20	Nachweis 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					
4a	10.11.2017	B	05:35		Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00		1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt		10	Nachweis bis 31.12.2034		
		S	04:50	12,00		4,00		1,30		6,6		27 Pkt		15					
		G	04:10	15,00		5,00		1,50		5,7		30 Pkt		25					
4a	14.07.2016	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					
4a	02.12.2016	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					
4a	20.03.2017	B	05:25		Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00		1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt		10	Nachweis bis 31.12.2034		
		S	04:40	20,00		4,00		1,50		6,4		30 Pkt		15					
		G	03:55	23,00		5,00		1,65		5,7		33 Pkt		25					

GS Pattensen Klasse 4b				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: 18.05.2026							
		Ausdauer		Kraft				Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen			
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		50 m Lauf		Weitsprung					Seilsprung		
4b	10.12.2016	B	05:05	Schlagball 80g	21,00	Medizinball	5,50	Standweit	1,50	50 m-Lauf	10,3	Weitsprung	2,60	Seilsprung	20	Nachweis 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
4b	26.07.2016	B	05:05	Schlagball 80g	21,00	Medizinball	5,50	Standweit	1,50	50 m-Lauf	10,3	Weitsprung	2,60	Seilsprung	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
4b	04.01.2017	B	05:35	Schlagball 80g	9,00	Medizinball	3,00	Standweit	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	Seilsprung	10	Nachweis bis 31.12.2034			
		S	04:50		12,00		4,00		1,30		6,6		27 Pkt						15
		G	04:10		15,00		5,00		1,50		5,7		30 Pkt						25
4b	12.10.2016	B	05:05	Schlagball 80g	21,00	Medizinball	5,50	Standweit	1,50	50 m-Lauf	10,3	Weitsprung	2,60	Seilsprung	20	Nachweis 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
4b	17.08.2017	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	Standweit	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	Seilsprung	10	Nachweis bis 31.12.2034			
		S	04:40		20,00		4,00		1,50		6,4		30 Pkt						15
		G	03:55		23,00		5,00		1,65		5,7		33 Pkt						25
4b	26.04.2017	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	Standweit	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	Seilsprung	10	Nachweis bis 31.12.2034			
		S	04:40		20,00		4,00		1,50		6,4		30 Pkt						15
		G	03:55		23,00		5,00		1,65		5,7		33 Pkt						25

			Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen	
			800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		50 m Lauf		Weitsprung		Seilsprung					
4b	20.04.2017	B	05:35		Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00		1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt		10		Nachweis bis 31.12.2034		
		S	04:50	12,00		4,00		1,30		6,6		27 Pkt		15						
		G	04:10	15,00		5,00		1,50		5,7		30 Pkt		25						
4b	14.12.2016	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00	Medizinball	5,00		1,30	50 m-Lauf	11,0	Weitsprung	2,30		20		Nachweis bis 31.12.2033		
		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						
4b	24.04.2017	B	05:35		Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00		1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt		10		kein Nachweis		
		S	04:50	12,00		4,00		1,30		6,6		27 Pkt		15						
		G	04:10	15,00		5,00		1,50		5,7		30 Pkt		25						
4b	14.02.2017	B	05:25		Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00		1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt		10		Nachweis bis 31.12.2034		
		S	04:40	20,00		4,00		1,50		6,4		30 Pkt		15						
		G	03:55	23,00		5,00		1,65		5,7		33 Pkt		25						
4b	01.06.2017	B	05:25		Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00		1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt		10		kein Nachweis		
		S	04:40	20,00		4,00		1,50		6,4		30 Pkt		15						
		G	03:55	23,00		5,00		1,65		5,7		33 Pkt		25						
4b	19.10.2016	B	05:05		Schlagball 80g	21,00	Medizinball	5,50		1,50	50 m-Lauf	10,3	Weitsprung	2,60		20		Nachweis 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						

			Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen
			800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		50 m Lauf		Weitsprung		Seilsprung				
4b	19.10.2016	B	05:05		Schlagball 80g	21,00	Medizinball	5,50		1,50	50 m-Lauf	10,3	Weitsprung	2,60		20	Nachweis 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					
4b	11.10.2016	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00	Medizinball	5,00		1,30	50 m-Lauf	11,0	Weitsprung	2,30		20	Nachweis bis 31.12.2033		
		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					
4b	08.05.2017	B	05:35		Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00		1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt		10	Nachweis bis 31.12.2034		
		S	04:50	12,00		4,00		1,30		6,6		27 Pkt		15					
		G	04:10	15,00		5,00		1,50		5,7		30 Pkt		25					
4b	10.05.2016	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					
4b	20.04.2017	B	05:25		Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00		1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt		10	Nachweis bis 31.12.2034		
		S	04:40	20,00		4,00		1,50		6,4		30 Pkt		15					
		G	03:55	23,00		5,00		1,65		5,7		33 Pkt		25					
4b	05.09.2017	B	05:35		Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00		1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt		10	Nachweis bis 31.12.2034		
		S	04:50	12,00		4,00		1,30		6,6		27 Pkt		15					
		G	04:10	15,00		5,00		1,50		5,7		30 Pkt		25					

			Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen
			800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		50 m Lauf		Weitsprung		Seilsprung				
4b	10.05.2017	B	05:35		Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00		1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt		10	Nachweis bis 31.12.2034		
		S	04:50	12,00		4,00		1,30		6,6		27 Pkt		15					
		G	04:10	15,00		5,00		1,50		5,7		30 Pkt		25					
4b	29.01.2017	B	05:35		Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00		1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt		10	Nachweis bis 31.12.2034		
		S	04:50	12,00		4,00		1,30		6,6		27 Pkt		15					
		G	04:10	15,00		5,00		1,50		5,7		30 Pkt		25					
4b	04.02.2017	B	05:25		Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00		1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt		10	Nachweis bis 31.12.2034		
		S	04:40	20,00		4,00		1,50		6,4		30 Pkt		15					
		G	03:55	23,00		5,00		1,65		5,7		33 Pkt		25					
4b	15.11.2016	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00	Medizinball	5,00		1,30	50 m-Lauf	11,0	Weitsprung	2,30		20	Nachweis bis 31.12.2033		
		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					
4b	19.12.2016	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00	Medizinball	5,00		1,30	50 m-Lauf	11,0	Weitsprung	2,30		20	Nachweis bis 31.12.2033		
		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					
4b	06.10.2016	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00	Medizinball	5,00		1,30	50 m-Lauf	11,0	Weitsprung	2,30		20	Nachweis bis 31.12.2033		
		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					