

GS Schulenburg Klasse 1a				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: 12.06.2026						
			Ausdauer	Kraft				Schnelligkeit		Koordination			Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen			
			800 m-Lauf	Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit	30 m Lauf		Zonenweitsprung					Seilsprung		
1a	01.05.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	12,00	Medizinball	2,50	1,15	30 m-Lauf	7,7	Zonenweitsprung	18 Pkt	10					
		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
1a	09.02.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	12,00	Medizinball	2,50	1,15	30 m-Lauf	7,7	Zonenweitsprung	18 Pkt	10					
		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
1a	20.11.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10					
		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
1a	11.02.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	12,00	Medizinball	2,50	1,15	30 m-Lauf	7,7	Zonenweitsprung	18 Pkt	10					
		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
1a	25.04.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	6,00	Medizinball	2,50	1,05	30 m-Lauf	8,0	Zonenweitsprung	18 Pkt	10					
		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
1a	12.07.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10					
		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

Seilspringen		
6 - 9 Jahre	2017-2020	Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung ODER Galoppsprung

		Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf		Zonenweitsprung		Seilsprung				
1a	19.07.2017	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10					
		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
1a	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					
		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
1a	31.03.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	6,00	Medizinball	2,50	1,05	30 m-Lauf	8,0	Zonenweitsprung	18 Pkt	10					
		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
1a	03.07.2018	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10					
		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
1a	09.09.2018	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10					
		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
1a	09.09.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10					
		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

Seilspringen

6 - 9 Jahre 2017-2020 Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung ODER Galoppsprung

		Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit		Koordination				Schwimmnachweis	Punkte	Sportabzeichen				
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf		Zonenweitsprung		Seilsprung								
1a	21.05.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	6,00	Medizinball	2,50	1,05	30 m-Lauf	8,0	Zonenweitsprung	18 Pkt	10									
		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				
1a	26.08.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10									
		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				
1a	06.09.2018	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10									
		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				
1a	10.04.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	12,00	Medizinball	2,50	1,15	30 m-Lauf	7,7	Zonenweitsprung	18 Pkt	10	3:37	17,80	1,57	5,8	30	25	32		
		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
1a	20.03.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	6,00	Medizinball	2,50	1,05	30 m-Lauf	8,0	Zonenweitsprung	18 Pkt	10									
		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				
1a	02.08.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10									
		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				

Seilspringen

6 - 9 Jahre 2017-2020 Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung ODER Galoppsprung

		Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit		Koordination				Schwimmnachweis	Punkte	Sportabzeichen			
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf		Zonenweitsprung		Seilsprung							
1a	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	30	25						
		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		
1a	05.07.2018	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	4,80	1,30	6,7	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	30	25	gültig bis 31.12.2035					
		S	04:40		20,00		4,00					1,50						1,55	6,4	30 Pkt	15
		G	03:55		3:50		23,00					5,00						1,65	5,7	33 Pkt	25
1a																					

Seilspringen		
6 - 9 Jahre	2017-2020	Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung ODER Galoppsprung
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung

GS Schulenburg Klasse 1b				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: 12.06.2026						
			Ausdauer	Kraft				Schnelligkeit			Koordination			Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen		
			800 m-Lauf	Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf		Zonenweitsprung					Seilsprung	
1b	18.04.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	6,00	Medizinball	2,50	1,05	30 m-Lauf	8,0	Zonenweitsprung	18 Pkt	10					
		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
1b	02.05.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	6,00	Medizinball	2,50	1,05	30 m-Lauf	8,0	Zonenweitsprung	18 Pkt	10					
		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
1b	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					
		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
1b	31.05.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	6,00	Medizinball	2,50	1,05	30 m-Lauf	8,0	Zonenweitsprung	18 Pkt	10					
		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
1b	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					
		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
1b	10.03.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	6,00	Medizinball	2,50	1,05	30 m-Lauf	8,0	Zonenweitsprung	18 Pkt	10					
		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

Seilspringen			
6 - 9 Jahre	2017-2020	Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung ODER Galoppsprung	
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung	

		Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit		Koordination				Schwimmnachweis	Punkte	Sportabzeichen
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf		Zonenweitsprung		Seilsprung				
1b	11.02.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	12,00	Medizinball	2,50	1,15	30 m-Lauf	7,7	Zonenweitsprung	18 Pkt	10					
		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
1b	04.05.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	12,00	Medizinball	2,50	1,15	30 m-Lauf	7,7	Zonenweitsprung	18 Pkt	10					
		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
1b	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					
		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
1b	12.12.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10					
		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
1b	17.05.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	12,00	Medizinball	2,50	1,15	30 m-Lauf	7,7	Zonenweitsprung	18 Pkt	10					
		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
1b	31.08.2018	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10					
		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

Seilspringen

6 - 9 Jahre	2017-2020	Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung ODER Galoppsprung
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung

		Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf		Zonenweitsprung		Seilsprung				
1b	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					
		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
1b	09.11.2018	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10					
		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
1b	09.03.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	12,00	Medizinball	2,50	1,15	30 m-Lauf	7,7	Zonenweitsprung	18 Pkt	10					
		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
1b	08.05.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	6,00	Medizinball	2,50	1,05	30 m-Lauf	8,0	Zonenweitsprung	18 Pkt	10					
		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
1b	17.10.2017	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	10					
		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
1b	24.07.2018	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10					
		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
1b	23.04.2019	B	05:40	Schlagball 80 g	6,00	Medizinball	2,50	1,05	30 m-Lauf	8,0	Zonenweitsprung	18 Pkt	10					
		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

Seilspringen		
6 - 9 Jahre	2017-2020	Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung ODER Galoppsprung
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung

GS Schulenburg Klasse 2a				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: 12.06.2026						
		Ausdauer		Kraft				Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen		
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		30 m Lauf		Zonenweitsprung		Seilsprung						
2a	25.11.2016	B	05:05	Schlagball 80g	21,00	Medizinball	5,50	Standweit	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
2a	01.10.2016	B	05:05	Schlagball 80g	21,00	Medizinball	5,50	Standweit	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
2a	02.12.2017	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
2a	12.07.2018	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	Standweit	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
2a	11.08.2017	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	Standweit	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
2a	17.10.2017	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	Standweit	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

Seilspringen		
6 - 9 Jahre	2017-2020	Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung ODER Galoppsprung
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung

		Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit			Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf			Zonenweitsprung		Seilsprung				
2a	21.03.2018	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	
2a	04.10.2018	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	
2a	12.11.2017	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	
2a	27.04.2017	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	
2a	24.06.2018	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	
2a	15.08.2018	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	

Seilspringen		
6 - 9 Jahre	2017-2020	Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung ODER Galoppsprung
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung

		Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit		Koordination				Schwimmnachweis	Punkte	Sportabzeichen
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf		Zonenweitsprung		Seilsprung				
2a	10.10.2017	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			
2a	13.04.2018	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			
2a	09.04.2018	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			

Seilspringen		
6 - 9 Jahre	2017-2020	Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung ODER Galoppsprung
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung

GS Schulenburg 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: 12.06.2026						
			Ausdauer	Kraft				Schnelligkeit			Koordination			Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen		
			800 m-Lauf	Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf		Zonenweitsprung					Seilsprung	
2b	21.02.2018	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	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
2b	24.06.2018	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
2b	29.09.2017	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
2b	13.08.2018	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
2b	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	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

Seilspringen		
6 - 9 Jahre	2017-2020	Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung ODER Galoppsprung
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung

	Ausdauer			Kraft						Schnelligkeit			Koordination				Schwimmnachweis	Punkte	Sportabzeichen
	800 m-Lauf	Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit	30 m Lauf		Zonenweitsprung		Seilsprung								
2b	18.12.2017	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	
2b	08.04.2018	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	
2b	10.07.2017	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	
2b	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	
2b	27.08.2017	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	
2b	29.05.2018	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	

Seilspringen		
6 - 9 Jahre	2017-2020	Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung ODER Galoppsprung
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung

		Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit		Koordination				Schwimmnachweis	Punkte	Sportabzeichen
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf		Zonenweitsprung		Seilsprung				
2b	23.03.2018	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
2b	14.09.2017	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
2b	09.12.2017	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	gültig bis 31.12.3034				
		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																		

Seilspringen		
6 - 9 Jahre	2017-2020	Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung ODER Galoppsprung
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung

GS Schulenburg 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: 12.06.2026						
		Ausdauer		Kraft				Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen		
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		50 m Lauf		Weitsprung		Seilsprung						
3a	07.09.2016	B	05:20	Schlagball 80 g	11,00	Medizinball	5,00	Standweit	50 m-Lauf	11,0	Weitsprung	2,30	Seilsprung	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
3a	07.11.2016	B	05:20	Schlagball 80 g	11,00	Medizinball	5,00	Standweit	50 m-Lauf	11,0	Weitsprung	2,30	Seilsprung	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
3a	14.06.2016	B	05:05	Schlagball 80g	21,00	Medizinball	5,50	Standweit	50 m-Lauf	10,3	Weitsprung	2,60	Seilsprung	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
3a	07.11.2016	B	05:20	Schlagball 80 g	11,00	Medizinball	5,00	Standweit	50 m-Lauf	11,0	Weitsprung	2,30	Seilsprung	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
3a	06.07.2017	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	Standweit	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	Seilsprung	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	25.12.2016	B	05:20	Schlagball 80 g	11,00	Medizinball	5,00	Standweit	50 m-Lauf	11,0	Weitsprung	2,30	Seilsprung	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

Seilspringen		
6 - 9 Jahre	2017-2020	Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung ODER Galoppsprung
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung

			Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit		Koordination				Schwimmnachweis	Punkte	Sportabzeichen
			800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit	50 m Lauf	Weitsprung		Seilsprung						
3a	01.12.2016	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					
3a	28.09.2016	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					
3a	01.10.2015	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					
3a	05.03.2017	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	05.05.2016	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					
3a	11.05.2016	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00	Medizinball	5,00		1,30	50 m-Lauf	11,0	Weitsprung	2,30		20	gültig bis 31.12.2034		
		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					

Seilspringen		
6 - 9 Jahre	2017-2020	Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung ODER Galoppsprung
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung

	Ausdauer			Kraft						Schnelligkeit			Koordination				Schwimmnachweis	Punkte	Sportabzeichen
	800 m-Lauf	Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit	50 m Lauf		Weitsprung		Seilsprung								
3a	27.06.2017	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	13.07.2016	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	
3a	24.05.2016	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	
3a	08.06.2017	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	
3a	07.10.2016	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	
3a																			

Seilspringen		
6 - 9 Jahre	2017-2020	Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung ODER Galoppsprung
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung

GS Schulenburg 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: 12.06.2026						
		Ausdauer		Kraft				Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen		
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		50 m Lauf		Weitsprung		Seilsprung						
3b	10.09.2015	B	05:05	Schlagball 80g	21,00	Medizinball	5,50	Standweit	1,50	50 m-Lauf	10,3	Weitsprung	2,60	Seilsprung	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
3b	09.07.2017	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	Standweit	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	Seilsprung	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	20.07.2016	B	05:20	Schlagball 80 g	11,00	Medizinball	5,00	Standweit	1,30	50 m-Lauf	11,0	Weitsprung	2,30	Seilsprung	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
3b	03.09.2016	B	05:20	Schlagball 80 g	11,00	Medizinball	5,00	Standweit	1,30	50 m-Lauf	11,0	Weitsprung	2,30	Seilsprung	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	22.07.2017	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	Standweit	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	Seilsprung	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
3b	21.11.2016	B	05:20	Schlagball 80 g	11,00	Medizinball	5,00	Standweit	1,30	50 m-Lauf	11,0	Weitsprung	2,30	Seilsprung	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

Seilspringen		
6 - 9 Jahre	2017-2020	Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung ODER Galoppsprung
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung

	Ausdauer			Kraft						Schnelligkeit			Koordination			Schwimmnachweis	Punkte	Sportabzeichen
	800 m-Lauf			Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		50 m Lauf		Weitsprung		Seilsprung				
3b	28.09.2016	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			
3b	17.01.2017	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00		1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt		10	gültig bis 31.12.2033		
		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	12.10.2016	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			
3b	12.02.2016	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			
3b	16.09.2016	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	16.09.2016	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			

Seilspringen		
6 - 9 Jahre	2017-2020	Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung ODER Galoppsprung
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung

		Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit			Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g			Medizinball			50 m Lauf			Weitsprung		Seilsprung				
3b	08.03.2017	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	Standweit	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	
3b	21.12.2015	B	05:20	Schlagball 80 g	11,00	Medizinball	5,00	Standweit	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	
3b																			

Seilspringen		
6 - 9 Jahre	2017-2020	Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung ODER Galoppsprung
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung

GS Schulenburg 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: 12.06.2026							
		Ausdauer		Kraft			Schnelligkeit		Koordination			Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen			
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g	Medizinball		Standweit	50 m Lauf	Weitsprung	Seilsprung							
4a	17.02.2015	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
4a	25.07.2016	B	05:20	Schlagball 80g	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
6a	26.01.2016	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
4a	02.06.2016	B	05:05	Schlagball 80g	21,00	Medizinball	5,50	1,50	50 m-Lauf	10,3	Weitsprung	2,60	20	gültig bis 31.12.2033			
		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	26.04.2016	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

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

			Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit		Koordination				Schwimmnachweis	Punkte	Sportabzeichen
			800 m-Lauf		Schlagball 80 g			Medizinball			Standweit	50 m Lauf		Weitsprung		Seilsprung			
4a	26.04.2016	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					
4a	08.07.2016	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					
4a	04.01.2016	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					
6a	03.08.2016	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					
4a	14.08.2015	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					
4a	05.09.2014	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				Schwimmnachweis	Punkte	Sportabzeichen
				800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		50 m Lauf		Weitsprung		Seilsprung				
4a	02.06.2016	B	05:05		Schlagball 80g	21,00	Medizinball	5,50		1,50	50 m-Lauf	10,3	Weitsprung	2,60		20	gültig bis 31.12.2033			
		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	25.03.2016	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						
4a	20.01.2016	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						
4a	05.05.2016	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						
4a	25.12.2015	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						
4a																				

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

GS Schulenburg 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: 12.06.2026								
			Ausdauer	Kraft				Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen				
			800 m-Lauf	Schlagball 80 g	Medizinball		Standweit	50 m Lauf	Weitsprung	Seilsprung										
4b	01.02.2016	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		
4b	19.05.2015	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		
4b	16.05.2015	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		
4b	16.01.2016	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		
4b	30.11.2015	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		
4b	15.10.2014	B	05:10	Schlagball 80g	15,00	Kugelstoß 3kg	4,75	Kugel	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

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		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		50 m Lauf		Weitsprung		Seilsprung				
4b	08.04.2016	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					
4b	11.05.2016	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					
4b	31.08.2014	B	04:45		Wurfball 200g	26,00	Kugelstoß 3kg	6,25	Kugel	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					
4b	01.02.2016	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					
4b	10.04.2016	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	13.02.2016	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					

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

		Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit			Koordination				Schwimmnachweis	Punkte	Sportabzeichen
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		50 m Lauf			Weitsprung		Seilsprung				
4b	14.04.2016	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	
4b	25.09.2015	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	
4b	27.07.2015	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	
4b	15.08.2015	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	
4b	18.01.2016	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	18.03.2016	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	

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