

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: 28.08.2026							
		Ausdauer		Kraft				Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen			
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		50 m Lauf		Weitsprung					Seilsprung		
4a	19.10.2016	B	05:20	Schlagball 80 g	11,00	Medizinball	5,00	Standweit	1,30	50 m-Lauf	11,0	Weitsprung	2,30	Seilsprung	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	Standweit	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	Seilsprung	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	Standweit	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	Seilsprung	10	Nachweis bis 31.12.2034	12	Gold	
		S	04:40		20,00		4,00		1,50		6,4		30 Pkt		15				
		G	03:55		23,00		5,00		1,65		1,70		5,7		5,5				33 Pkt
4a	27.04.2016	B	05:20	Schlagball 80 g	11,00	Medizinball	5,00	Standweit	1,30	50 m-Lauf	11,0	Weitsprung	2,30	Seilsprung	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	Standweit	1,30	50 m-Lauf	11,0	Weitsprung	2,30	Seilsprung	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	Standweit	1,30	50 m-Lauf	11,0	Weitsprung	2,30	Seilsprung	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					

			Ausdauer	Kraft						Schnelligkeit			Koordination				Schwimmnachweis	Punkte	Sportabzeichen
			800 m-Lauf	Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		50 m Lauf			Weitsprung		Seilsprung				
4a	25.01.2017	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	
4a	27.07.2017	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	03.11.2016	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	25.03.2017	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	04.10.2016	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	
4a																			

Seilsprung		
8 - 9 Jahre	2017-2018	Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung ODER Galoppsprung
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung

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: 28.08.2026						
		Ausdauer		Kraft				Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen		
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		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	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	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 80 g	9,00	Medizinball	3,00	Standweit	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	12.10.2016	B	05:05	Schlagball 80g	21,00	Medizinball	5,50	Standweit	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	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	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	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				Schwimmnachweis	Punkte	Sportabzeichen
		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

Seilsprung		
8 - 9 Jahre	2017-2018	Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung ODER Galoppsprung
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung

GS Pattensen Klasse 4c				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: 28.08.2026						
			Ausdauer	Kraft				Schnelligkeit			Koordination			Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen		
			800 m-Lauf	Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		50 m Lauf		Weitsprung					Seilsprung	
4c	05.12.2016	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
4c	08.07.2017	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
4c	29.11.2016	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
4c	13.06.2016	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
4c	19.05.2016	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
4c	27.02.2017	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

		Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		50 m Lauf		Weitsprung		Seilsprung				
4c	22.05.2017	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
4c	05.08.2016	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
4c	11.03.2016	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
4c	21.09.2016	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
4c	22.05.2017	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
4c	11.07.2016	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	10	Silber		
		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				
4c	23.03.2017	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	
4c	15.05.2017	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	
4c	15.02.2017	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	
4c	09.06.2017	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	
4c	19.10.2016	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	
4c	08.08.2015	B	05:20	Schlagball 80 g	11,00	Medizinball	5,00	1,30	50 m-Lauf	11,0	Weitsprung	2,30	20	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	

		Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		50 m Lauf		Weitsprung		Seilsprung				
4c	04.11.2016	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
4c	17.11.2016	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
4c	22.05.2016	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
4c																		
4c																		

Seilsprung		
8 - 9 Jahre	2017-2018	Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung ODER Galoppsprung
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung

GS Pattensen Klasse 4d				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: 28.08.2026						
		Ausdauer		Kraft				Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen		
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		50 m Lauf		Weitsprung		Seilsprung						
4d	07.06.2017	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
4d	11.06.2017	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	Standweit	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
4d	30.07.2017	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	Standweit	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
4d	05.09.2015	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
4d	13.01.2015	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
4d	11.05.2017	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	Standweit	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		50 m Lauf			Weitsprung		Seilsprung				
4d	12.06.2017	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		
4d	04.08.2017	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		
4d	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	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		
4d	14.07.2017	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		
4d	28.10.2016	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		
4d	03.06.2017	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		

			Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit			Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen
			800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		50 m Lauf			Weitsprung		Seilsprung				
4d	23.02.2017	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						
4d	21.06.2017	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						
4d	03.10.2016	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						
4d	17.07.2016	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						
4d	12.04.2017	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						
4d	18.04.2017	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						

			Ausdauer	Kraft						Schnelligkeit			Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen
			800 m-Lauf	Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		50 m Lauf			Weitsprung		Seilsprung				
4d	24.02.2017	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	
4d	20.05.2016	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	
4d	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	
4d	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	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	
4d	06.11.2015	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	
4d																			

Seilsprung		
8 - 9 Jahre	2017-2018	Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung ODER Galoppsprung
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung

GS Pattensen Klasse 4e				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: 28.08.2026						
		Ausdauer		Kraft				Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen		
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		50 m Lauf		Weitsprung					Seilsprung	
4e	06.03.2017	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
4e	09.08.2017	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
4e	11.01.2017	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
4e	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
4e	04.07.2017	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	11	Gold		
		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
4e	03.06.2017	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	12	Gold		
		S	04:50		12,00		4,00			1,30		6,6					27 Pkt	15
		G	04:10		15,00		5,00			1,50		1,65					5,7	5,7

		Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		50 m Lauf		Weitsprung		Seilsprung				
4e	15.03.2016	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			
4e	09.02.2017	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			
4e	26.10.2016	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			
4e	26.04.2017	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			
4e	29.11.2016	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			
4e	12.09.2016	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			

			Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit			Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen
			800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		50 m Lauf			Weitsprung		Seilsprung				
4e	10.12.2016	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		
4e	19.05.2017	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		
4e	31.03.2016	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		
4e	12.06.2017	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		
4e	31.10.2016	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		
4e	03.03.2017	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		

			Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit		Koordination				Schwimmnachweis	Punkte	Sportabzeichen	
			800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		50 m Lauf		Weitsprung		Seilsprung					
4e	18.09.2016	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00	Medizinball	5,00	1,30	1,65	50 m-Lauf	11,0	Weitsprung	2,30	20	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	
4e	09.09.2016	B	05:05		Schlagball 80g	21,00	Medizinball	5,50	1,50	1,85	50 m-Lauf	10,3	Weitsprung	2,60	20	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	
4e	22.05.2016	B	05:05		Schlagball 80g	21,00	Medizinball	5,50	1,50	1,85	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	
4e	01.04.2017	B	05:25	3:42	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	1,30	1,68	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	Nachweis bis 31.12.2034	12	Gold		
		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
4e																				

Seilsprung		
8 - 9 Jahre	2017-2018	Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischensprung ODER Galoppsprung
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung