

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					31.08.2026								
			Ausdauer		Kraft							Schnelligkeit			Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen		
			800 m-Lauf		Schlagball 80 g			Medizinball		Standweit		50 m Lauf		Weitsprung		Seilsprung							
4a	19.10.1016	B	05:20	5:04	Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00	4,90	1,30		50 m-Lauf	11,0	9,8	Weitsprung	2,30	3,10	20	23	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	5,8	Zonenweitsprung	27 Pkt		10	18	kein Nachweis		
		S	04:40			20,00			4,00		1,50			6,4			30 Pkt		15				
		G	03:55			23,00			5,00		6,40			1,65			5,7		33 Pkt				

4a	20.01.2017	B	05:25		Schlagball 80 g	17,00	21,60	Medizinball	3,00		1,30		30 m-Lauf	7,2	5,5	Zonenweitsprung	27 Pkt	33	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			3:48			23,00		5,00			6,30			1,65		1,70				

4a	25.11.2016	B	05:20	4:20	Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00	6,75	1,30	1,46	50 m-Lauf	11,0	9,9	Weitsprung	2,30	3,10	20	22	Nachweis bis 31.12.2033	9	Silber
		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	4:11	Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00	5,20	1,30		50 m-Lauf	11,0	10,6	Weitsprung	2,30	2,40	20	23	Nachweis bis 31.12.2033	5	Bronze
		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	9,10	1,50		50 m-Lauf	10,3	10,3	Weitsprung	2,60	2,65	20	40	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	3:35	Schlagball 80g	21,00	32,00	Medizinball	5,50	7,20	1,50		50 m-Lauf	10,3	8,5	Weitsprung	2,60	3,30	20	32	Nachweis bis 31.12.2033	11	Gold
		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	3:37	Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50	6,50	1,50		50 m-Lauf	10,3	8,5	Weitsprung	2,60	3,20	20		Nachweis bis 31.12.2033	11	Gold
		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	5,20	1,30		50 m-Lauf	11,0	9,7	Weitsprung	2,30	3,00	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	3:40	Schlagball 80 g	17,00		Medizinball	3,00	6,10	1,30		30 m-Lauf	7,2	5,8	Zonenweitsprung	27 Pkt	34	10	43	Nachweis bis 31.12.2034	11	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				

4a	05.11.2015	B	05:05		Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50	6,10	1,50		50 m-Lauf	10,3	9,4	Weitsprung	2,60	2,90	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	4:04	Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0	9,7	Weitsprung	2,30	2,55	20	30	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	3:08	Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50	7,80	1,50		50 m-Lauf	10,3	7,8	Weitsprung	2,60	3,50	20	27	Nachweis bis 31.12.2033	12	Gold
		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	4:05	Schlagball 80 g	9,00		Medizinball	3,00	4,70	1,15		30 m-Lauf	7,4	5,7	Zonenweitsprung	24 Pkt	34	10	100	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				

4a	14.07.2016	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00	5,10	1,30		50 m-Lauf	11,0	10,6	Weitsprung	2,30	2,60	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	4:54	Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0	10,6	Weitsprung	2,30	2,55	20	44	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	3:58	Schlagball 80 g	17,00		Medizinball	3,00	7,20	1,30		30 m-Lauf	7,2	5,1	Zonenweitsprung	27 Pkt	35	10	32	Nachweis bis 31.12.2034	11	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				

		Ausdauer			Kraft								Schnelligkeit			Koordination					Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen
		800 m-Lauf			Schlagball 80 g			Medizinball			Standweit		50 m Lauf			Weitsprung			Seilsprung				
4a	25.01.2017	B	05:35	4:49	Schlagball 80 g	9,00		Medizinball	3,00	6,10	1,15		30 m-Lauf	7,4	5,8	Zonenweitsprung	24 Pkt	33	10	100	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	4:40	Schlagball 80 g	9,00		Medizinball	3,00	4,70	1,15		30 m-Lauf	7,4	6,2	Zonenweitsprung	24 Pkt	29	10	59	Nachweis bis 31.12.2034	9	Silber
		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	4:32	Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50	5,80	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	3:46	Schlagball 80 g	17,00		Medizinball	3,00	8,40	1,30		30 m-Lauf	7,2	5,5	Zonenweitsprung	27 Pkt	36	10	16	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				
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				Verleihung in:															
				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		50 m Lauf		Weitsprung		Seilsprung								
4b	10.12.2016	B	05:05	3:52	Schlagball 80g	21,00	Medizinball	5,50	8,00	1,50	50 m-Lauf	10,3	8,9	Weitsprung	2,60	3,20	20	40	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						
4b	26.07.2016	B	05:05	4:01	Schlagball 80g	21,00	Medizinball	5,50	5,50	1,50	50 m-Lauf	10,3	9,8	Weitsprung	2,60	2,90	20	40	Nachweis bis 31.12.2033	7	Bronze		
		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	4:33	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	4,50	1,15	30 m-Lauf	7,4	6,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	29	10	40	Nachweis bis 31.12.2034	9	Silber		
		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	4:03	Schlagball 80g	21,00	Medizinball	5,50	6,00	1,50	50 m-Lauf	10,3	8,9	Weitsprung	2,60	3,22	20	40	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		2,02			8,4		3,20					40	
4b	17.08.2017	B	05:25	3:20	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	6,50	1,30	30 m-Lauf	7,2	5,6	Zonenweitsprung	27 Pkt	35	10	41	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						
4b	26.04.2017	B	05:25	3:42	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	6,70	1,30	30 m-Lauf	7,2	5,7	Zonenweitsprung	27 Pkt	33	10	40	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						

			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	4:48	Schlagball 80 g	9,00		Medizinball	3,00	5,10	1,15		30 m-Lauf	7,4	6,0	Zonenweitsprung	24 Pkt	25	10		Nachweis bis 31.12.2034	10	Silber
		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	4:54	Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00	5,80	1,30		50 m-Lauf	11,0	10,3	Weitsprung	2,30	2,40	20		Nachweis bis 31.12.2033	6	Bronze
		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	4:26	Schlagball 80 g	9,00		Medizinball	3,00	5,60	1,15		30 m-Lauf	7,4	5,9	Zonenweitsprung	24 Pkt	25	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	3:46	Schlagball 80 g	17,00		Medizinball	3,00	5,60	1,30		30 m-Lauf	7,2	5,6	Zonenweitsprung	27 Pkt	34	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				
4b	01.06.2017	B	05:25		Schlagball 80 g	17,00		Medizinball	3,00	4,80	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	3:14	Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50		1,50		50 m-Lauf	10,3	8,7	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	3:44	Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50	7,20	1,50		50 m-Lauf	10,3	9,6	Weitsprung	2,60	3,20	20	40	Nachweis bis 31.12.2033	8	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				

4b	11.10.2016	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00	8,00	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	3:45	Schlagball 80 g	9,00		Medizinball	3,00	4,60	1,15		30 m-Lauf	7,4	6,0	Zonenweitsprung	24 Pkt	27	10	21	Nachweis bis 31.12.2034	9	Silber
		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	3:43	Schlagball 80 g	17,00		Medizinball	3,00	5,90	1,30		30 m-Lauf	7,2	5,7	Zonenweitsprung	27 Pkt	35	10	40	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				

4b	05.09.2017	B	05:35	4:11	Schlagball 80 g	9,00		Medizinball	3,00	5,00	1,15		30 m-Lauf	7,4	5,3	Zonenweitsprung	24 Pkt	24	10	40	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				

			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	3:55	Schlagball 80 g	9,00		Medizinball	3,00	5,90	1,15		30 m-Lauf	7,4	5,7	Zonenweitsprung	24 Pkt	29	10	48	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			5,7			30 Pkt		25				

4b	04.02.2017	B	05:25	3:38	Schlagball 80 g	17,00		Medizinball	3,00	9,18	1,30		30 m-Lauf	7,2	5,3	Zonenweitsprung	27 Pkt	39	10	40	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				

4b	15.11.2016	B	05:20	4:38	Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00	5,40	1,30		50 m-Lauf	11,0	9,6	Weitsprung	2,30	2,80	20	40	Nachweis bis 31.12.2033	8	Silber
		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	3:46	Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00	5,40	1,30		50 m-Lauf	11,0	10,3	Weitsprung	2,30	3,00	20	41	Nachweis bis 31.12.2033	8	Silber
		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	08.09.2017	B	05:35	3:59	Schlagball 80 g	9,00		Medizinball	3,00	4,40	1,15		30 m-Lauf	7,4	6,0	Zonenweitsprung	24 Pkt	25	10	40	Nachweis bis 31.12.2034	10	Silber
		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	06.10.2016	B	05:20	4:14	Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00	5,40	1,30		50 m-Lauf	11,0	9,3	Weitsprung	2,30	2,60	20	31	Nachweis bis 31.12.2033	7	Bronze
		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												
			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	5,70	1,30	50 m-Lauf	11,0	9,5	Weitsprung	2,30	20	3,30	40	kein Nachweis		
		S	04:40		15,00		6,00	1,45	10,1		2,60			30						
		G	04:00		3:52		18,00	7,00	1,65		9,1			2,90						
4c	08.07.2017	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	5,3	Zonenweitsprung	24 Pkt	28	10	gültig bis 31.12.2034	11	Gold		
		S	04:50		4:42		12,00			4,00			1,30		6,6				27 Pkt	15
		G	04:10		15,00		5,00			5,70			1,50		5,7				30 Pkt	25
4c	29.11.2016	B	05:05	Schlagball 80g	21,00	Medizinball	5,50	6,60	1,50	50 m-Lauf	10,3	9,7	Weitsprung	2,60	2,80	20	gültig bis 31.12.2033	7	Bronze	
		S	04:20		3:38		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	6,00	1,30	50 m-Lauf	11,0	8,9	Weitsprung	2,30	3,10	20	gültig bis 31.12.2033	10	Silber	
		S	04:40		4:10		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				44
4c	19.05.2016	B	05:05	Schlagball 80g	21,00	Medizinball	5,50	1,50	50 m-Lauf	10,3	1,70	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	4,50	1,15	30 m-Lauf	7,4	5,7	Zonenweitsprung	24 Pkt	25	10	gültig bis 31.12.2034	9	Silber	
		S	04:50		4:20		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	3:34	Schlagball 80 g	9,00		Medizinball	3,00	6,80	1,15		30 m-Lauf	7,4	5,3	Zonenweitsprung	24 Pkt		10	26	gültig 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		5,7			30 Pkt			25						
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	3:56	Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50	8,80	1,50		50 m-Lauf	10,3	9,4	Weitsprung	2,60	2,70	20	40	gültig bis 31.12.2033	9	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						
4c	22.05.2017	B	05:35	3:40	Schlagball 80 g	9,00		Medizinball	3,00	3,80	1,15		30 m-Lauf	7,4	5,3	Zonenweitsprung	24 Pkt		10	40	gültig bis 31.12.2034	10	Silber
	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	3:31	Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50	8,00	1,50	1,70	50 m-Lauf	10,3	8,3	Weitsprung	2,60	3,30	20		Nachweis bis 31.12.2033	12	Gold
	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	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	22	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						

			Ausdauer		Kraft								Schnelligkeit			Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen
			800 m-Lauf		Schlagball 80 g			Medizinball			Standweit		50 m Lauf		Weitsprung		Seilsprung					
4c	07.07.2017	B	05:25	4:02	Schlagball 80 g	17,00		Medizinball	3,00	7,20	1,30		30 m-Lauf	7,2	5,6	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	5,20	1,15		30 m-Lauf	7,4	6,1	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	40				
4c	15.02.2017	B	05:25	4:04	Schlagball 80 g	17,00		Medizinball	3,00	5,50	1,30		30 m-Lauf	7,2	6,3	Zonenweitsprung	27 Pkt		10	gültig bis 31.12.2034	10	Silber
		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	40			
4c	09.06.2017	B	05:35	4:56	Schlagball 80 g	9,00		Medizinball	3,00	4,10	1,15		30 m-Lauf	7,4	6,5	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	6,60	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							

		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	10,3	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	4:20	Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0	9,8	Weitsprung	2,30	2,70	20	40	gültig bis 31.12.2033	10	Silber														
		S	04:40			15,00			6,00		1,45			10,1			2,60		30																		
		G	04:00			18,00			7,00		8,00			1,65			9,1		2,90					40													
4c	22.05.2016	B	05:05	3:56	Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50	6,10	1,50		50 m-Lauf	10,3	8,9	Weitsprung	2,60	2,75	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																																					

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				Leistungsbeurteilung				Verleihung in:															
				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		50 m Lauf		Weitsprung		Seilsprung								
4d	07.06.2017	B	05:25	4:23	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	6,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	6,0	Zonenweitsprung	27 Pkt	37	10	37	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	3:38	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	5,00	1,15	30 m-Lauf	7,4	5,6	Zonenweitsprung	24 Pkt	39	10	40	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		5,7			30 Pkt		25						
4d	30.07.2017	B	05:25	3:35	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	6,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	5,9	Zonenweitsprung	27 Pkt	34	10	40	Nachweis bis 31.12.2034	11	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						
4d	05.09.2015	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00	Medizinball	5,00	6,00	1,30	50 m-Lauf	11,0	10	Weitsprung	2,30	2,60	20	40	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	4:53	Schlagball 80 g	11,00	Medizinball	5,00	5,00	1,30	50 m-Lauf	11,0	9,9	Weitsprung	2,30		20	40	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	3:32	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	6,10	1,30	30 m-Lauf	7,2	5,8	Zonenweitsprung	27 Pkt	33	10	40	Nachweis bis 31.12.2034	11	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						

			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	4:31	Schlagball 80 g	9,00		Medizinball	3,00	5,00	1,15		30 m-Lauf	7,4	6,2	Zonenweitsprung	24 Pkt	26	10		Nachweis bis 31.12.2034	10	Silber
		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	5:00	Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0	10	Weitsprung	2,30	2,40	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	4:25	Schlagball 80 g	9,00		Medizinball	3,00	5,60	1,15		30 m-Lauf	7,4	6,0	Zonenweitsprung	24 Pkt		10		Nachweis bis 31.12.2034	10	Silber
		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		37				
4d	28.10.2016	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00	5,40	1,30		50 m-Lauf	11,0	11	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		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	4:29	Schlagball 80 g	17,00		Medizinball	3,00	5,40	1,30		30 m-Lauf	7,2	6,5	Zonenweitsprung	27 Pkt	27	10	20	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	4,00	1,15		30 m-Lauf	7,4	7,3	Zonenweitsprung	24 Pkt	25	10	40	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	5:06	Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50	5,50	1,50		50 m-Lauf	10,3	10,9	Weitsprung	2,60	2,95	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	5,30	1,30		50 m-Lauf	11,0	10,2	Weitsprung	2,30	2,50	20	40	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	4:13	Schlagball 80 g	17,00		Medizinball	3,00	6,60	1,30		30 m-Lauf	7,2	5,8	Zonenweitsprung	27 Pkt	32	10	40	Nachweis bis 31.12.2034	10	Silber
		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	3:29	Schlagball 80 g	17,00	17,20	Medizinball	3,00	5,90	1,30	1,70	30 m-Lauf	7,2	5,6	Zonenweitsprung	27 Pkt	38	10	40	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				

			Ausdauer		Kraft								Schnelligkeit			Koordination					Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen
			800 m-Lauf		Schlagball 80 g			Medizinball			Standweit		50 m Lauf			Weitsprung			Seilsprung				
4d	22.05.2016	B	05:05	5:05	Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50	7,40	1,50		50 m-Lauf	10,3	9,5	Weitsprung	2,60	2,70	20	32	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	24.02.2017	B	05:25	3:06	Schlagball 80 g	17,00	32,50	Medizinball	3,00	4,50	1,30		30 m-Lauf	7,2	5,8	Zonenweitsprung	27 Pkt	40	10	40	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				
			G	200 m Swi 3:36 min									G	25 m Swi 19,0 sec									
4d	20.05.2016	B	05:05	3:36	Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50	6,00	1,50		50 m-Lauf	10,3	8,9	Weitsprung	2,60	3,05	20	40	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	5:09	Schlagball 80 g	9,00		Medizinball	3,00	5,50	1,15		30 m-Lauf	7,4	6,0	Zonenweitsprung	24 Pkt	30	10	40	Nachweis bis 31.12.2034	9	Silber
		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	4:15	Schlagball 80 g	9,00		Medizinball	3,00	5,00	1,15		30 m-Lauf	7,4	5,9	Zonenweitsprung	24 Pkt	26	10	40	Nachweis bis 31.12.2034	10	Silber
		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	5:02	Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00	5,20	1,30		50 m-Lauf	11,0	10	Weitsprung	2,30	2,35	20	40	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

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				Verleihung in:																										
				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				50 m Lauf				Weitsprung				Seilsprung									
4e	06.03.2017	B	05:35	3:58	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	4,20	1,15	30 m-Lauf	7,4	5,7	Zonenweitsprung	24 Pkt	32	10	25	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	09.08.2017	B	05:25	4:11	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	6,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	5,9	Zonenweitsprung	27 Pkt	33	10	40	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	4:19	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	5,20	1,15	30 m-Lauf	7,4	5,7	Zonenweitsprung	24 Pkt	38	10	40	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	03.11.2017	B	05:25	3:26	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	5,90	1,30	30 m-Lauf	7,2	5,6	Zonenweitsprung	27 Pkt	34	10	40	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	04.07.2017	B	05:35	4:13	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	5,50	1,15	30 m-Lauf	7,4	4,9	Zonenweitsprung	24 Pkt	28	10	46	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	3:59	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	7,30	1,15	30 m-Lauf	7,4	5,7	Zonenweitsprung	24 Pkt	32	10	27	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		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					
4e	15.03.2016	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00	5,80	1,30		50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30	2,40	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	40				
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	21	Nachweis bis 31.12.2033	10	Silber	
		S	04:20			25,00			6,50	6,60	1,70			9,3			2,90		30					
		G	03:35	3:30		28,00			7,50		1,85			8,4			3,20	3,40	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	15	Nachweis bis 31.12.2034	12	Gold	
		S	04:40			20,00			4,00		1,50			6,4			30 Pkt		15					
		G	03:55	3:31		23,00			5,00	5,00	1,65			5,7	5,6		33 Pkt	33	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	6,60	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	10,3	Weitsprung	2,60		20	27	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	8,30	1,85			8,4			3,20	3,20	40					
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	6,70	1,70			9,3			2,90	3,10	30					
		G	03:35	3:27		28,00			7,50		1,85			8,4			3,20		40	40				

				Ausdauer				Kraft						Schnelligkeit		Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen	
				800 m-Lauf				Schlagball 80 g				Medizinball		Standweit		50 m Lauf		Weitsprung					Seilsprung
4e	19.05.2017	B	05:35		Schlagball 80 g	9,00		Medizinball	3,00	4,40	1,15		30 m-Lauf	7,4	6,2	Zonenweitsprung	24 Pkt	26	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	4:42	Schlagball 80 g	11,00	17,40	Medizinball	5,00	6,60	1,30	1,60	50 m-Lauf	11,0	9,5	Weitsprung	2,30	2,60	20		Nachweis bis 31.12.2033	9	Silber
		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	4:32	Schlagball 80 g	9,00		Medizinball	3,00	5,20	1,15		30 m-Lauf	7,4	6,1	Zonenweitsprung	24 Pkt	25	10		Nachweis bis 31.12.2034	10	Silber
		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	5:02	Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00	5,50	1,30		50 m-Lauf	11,0	10,7	Weitsprung	2,30	2,60	20		Nachweis bis 31.12.2033	6	Bronze
		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	4:09	Schlagball 80 g	17,00		Medizinball	3,00	6,60	1,30		30 m-Lauf	7,2	5,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	37	10		Nachweis bis 31.12.2034	11	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	18.09.2016	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00	5,40	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								
4e	09.09.2016	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				
4e	01.04.2017	B	05:25	3:21	Schlagball 80 g	17,00		Medizinball	3,00		1,30		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		5,90			1,65			1,68		5,7				
4e	27.09.2016	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30	1,30	50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30	2,50	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	29.10.2016	B	05:05		Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50		1,50		50 m-Lauf	10,3		Weitsprung	2,60	3,05	20		kein Nachweis		
		S	04:20			25,00			6,50		1,70			9,3			2,90		30				
		G	03:35			28,00			7,50		7,50			1,85			8,4		3,20				

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