

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: 08.10.2026			
			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	3:55	Schlagball 80 g	12,00		Medizinball	2,50	3,20	1,15		30 m-Lauf	7,7	6,0	Zonenweitsprung	18 Pkt	19	10		kein Nachweis		
		S	05:00			15,00			3,50		1,35			6,8			21 Pkt		15				
		G	04:15			17,00			4,50		1,50			6,0			24 Pkt		25				

1a	09.02.2019	B	05:40	3:32	Schlagball 80 g	12,00		Medizinball	2,50	3,80	1,15	1,40	30 m-Lauf	7,7	5,9	Zonenweitsprung	18 Pkt	29	10	10	kein Nachweis		
		S	05:00			15,00			3,50		1,35			6,8			21 Pkt		15				
		G	04:15			17,00			4,50		1,50			6,0			24 Pkt		25				

1a	20.11.2018	B	05:35	5:17	Schlagball 80 g	9,00		Medizinball	3,00	5,50	1,15	1,40	30 m-Lauf	7,4	6,7	Zonenweitsprung	24 Pkt		10	25	gültig bis 31.12.2035	8	Silber
		S	04:50			12,00			4,00		1,30			6,6			27 Pkt		15				
		G	04:10			15,00			5,00		1,50			5,7			30 Pkt		25				

1a	11.02.2019	B	05:40	4:19	Schlagball 80 g	12,00		Medizinball	2,50	3,90	1,15	1,20	30 m-Lauf	7,7	5,7	Zonenweitsprung	18 Pkt	21	10	16	kein Nachweis		
		S	05:00			15,00			3,50		1,35			6,8			21 Pkt		15				
		G	04:15			17,00			4,50		1,50			6,0			24 Pkt		25				

1a	25.04.2019	B	05:40	5:16	Schlagball 80 g	6,00		Medizinball	2,50	4,60	1,05	1,00	30 m-Lauf	8,0	7,0	Zonenweitsprung	18 Pkt		10	25	gültig bis 31.12.2036	9	Silber
		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	4:52	Schlagball 80 g	9,00		Medizinball	3,00	3,80	1,15	1,20	30 m-Lauf	7,4	6,6	Zonenweitsprung	24 Pkt	25	10	25	gültig bis 31.12.2035	7	Bronze
		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	4:32	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	4,40	1,30	30 m-Lauf	7,2	6,2	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			
1a	30.10.2018	B	05:25	4:33	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	3,60	1,30	30 m-Lauf	7,2	6,7	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			
1a	31.03.2019	B	05:40	4:20	Schlagball 80 g	6,00	Medizinball	2,50	3,50	1,05	30 m-Lauf	8,0	7,1	Zonenweitsprung	18 Pkt		10	kein Nachweis		
		S	05:00			9,00		3,50		1,25		7,1			21 Pkt		15			
		G	04:15			12,00		4,50		1,40		6,3			24 Pkt		25			
1a	03.07.2018	B	05:25	3:48	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	5,70	1,30	30 m-Lauf	7,2	5,3	Zonenweitsprung	27 Pkt	35	10	gültig bis 31.12.2035	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			
1a	09.09.2018	B	05:25	3:54	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	5,00	1,30	30 m-Lauf	7,2	6,3	Zonenweitsprung	27 Pkt		10	gültig bis 31.12.2035	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			
1a	09.09.2018	B	05:35	4:27	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	5,05	1,15	30 m-Lauf	7,4	5,7	Zonenweitsprung	24 Pkt	30	10	gültig bis 31.12.2035	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			

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	21.05.2019	B	05:40	4:39	Schlagball 80 g	6,00		Medizinball	2,50	3,30	1,05		30 m-Lauf	8,0	6,5	Zonenweitsprung	18 Pkt		10		gültig bis 31.12.2036			
		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	4:37	Schlagball 80 g	9,00	12,00	Medizinball	3,00		1,15	1,30	30 m-Lauf	7,4		Zonenweitsprung	24 Pkt	24	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					34
1a	06.09.2018	B	05:25	4:54	Schlagball 80 g	17,00		Medizinball	3,00	3,60	1,30		30 m-Lauf	7,2	7,1	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					
1a	10.04.2019	B	05:40	3:37	Schlagball 80 g	12,00	17,80	Medizinball	2,50	3,30	1,15		30 m-Lauf	7,7	5,8	Zonenweitsprung	18 Pkt	30	10		kein Nachweis			
		S	05:00			15,00			3,50		1,35			6,8			21 Pkt		15					
		G	04:15			17,00			4,50		1,50			6,0			24 Pkt		25					32
1a	20.03.2019	B	05:40	4:44	Schlagball 80 g	6,00		Medizinball	2,50	3,20	1,05	1,08	30 m-Lauf	8,0	7,2	Zonenweitsprung	18 Pkt	21	10		gültig bis 31.12.2036	7	Bronze	
		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		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					

Seilspringen

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

			Ausdauer		Kraft								Schnelligkeit				Koordination						Schwimm- nachweis		Punkte	Sport- abzeichne
			800 m-Lauf		Schlagball 80 g			Medizinball			Standweit		30 m Lauf		Zonenweitsprung			Seilsprung								
1a	30.07.2019	B	05:40	5:18	Schlagball 80 g	6,00		Medizinball	2,50		1,05		30 m-Lauf	8,0		Zonenweitsprung	18 Pkt		10		gültig bis 31.12.2036					
		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	3:50	Schlagball 80 g	17,00	18,60	Medizinball	3,00	4,80	1,30	1,55	30 m-Lauf	7,2	6,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	31	10	30	gültig bis 31.12.2035	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				

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													
			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	4:54	Schlagball 80 g	6,00		Medizinball	2,50	2,60	1,05		30 m-Lauf	8,0	8,0	Zonenweitsprung	18 Pkt		10	25	kein Nachweis		
		S	05:00			9,00			3,50	1,25	7,1			21 Pkt	15								
		G	04:15			12,00			4,50	1,40	6,3			24 Pkt	25								

1b	02.05.2019	B	05:40		Schlagball 80 g	6,00		Medizinball	2,50		1,05		30 m-Lauf	8,0	7,0	Zonenweitsprung	18 Pkt	23	10		gültig bis 31.12.2036		
		S	05:00	9,00		3,50			1,25		7,1			21 Pkt			15						
		G	04:15	12,00		4,50			5,40		1,40			1,42			6,3		24 Pkt				

1b	01.07.2018	B	05:25	3:52	Schlagball 80 g	17,00		Medizinball	3,00		1,30	1,30	30 m-Lauf	7,2	6,1	Zonenweitsprung	27 Pkt	27	10	25	kein Nachweis		
		S	04:40			20,00			4,00		1,50	6,4		30 Pkt			15						
		G	03:55			23,00			5,00		5,30	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	25	kein Nachweis		
		S	05:00			9,00			3,50		1,25			7,1			21 Pkt		15				
		G	04:15			12,00			4,50		1,40			6,3			24 Pkt		25				

1b	30.06.2018	B	05:35	5:04	Schlagball 80 g	9,00		Medizinball	3,00	4,50	1,15		30 m-Lauf	7,4	6,3	Zonenweitsprung	24 Pkt		10	25	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						

1b	10.03.2019	B	05:40	5:10	Schlagball 80 g	6,00		Medizinball	2,50	4,30	1,05	1,05	30 m-Lauf	8,0	7,7	Zonenweitsprung	18 Pkt	21	10		gültig bis 31.12.2036	6	Bronze
		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				Schwimm- nachweis		Punkte	Sport- abzeichne			
			800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball			Standweit		30 m Lauf		Zonenweitsprung		Seilsprung									
1b	11.02.2019	B	05:40	4:40	Schlagball 80 g	12,00		Medizinball	2,50	3,40	1,15	1,15	30 m-Lauf	7,7	7,0	Zonenweitsprung	18 Pkt		10		kein Nachweis				
		S	05:00			15,00					3,50						1,35		6,8					21 Pkt	15
		G	04:15			17,00					4,50						1,50		6,0					24 Pkt	25

1b	04.05.2019	B	05:40		Schlagball 80 g	12,00		Medizinball	2,50	3,80	1,15		30 m-Lauf	7,7	7,6	Zonenweitsprung	18 Pkt	10		kein Nachweis		
		S	05:00			15,00			3,50		1,35			6,8			21 Pkt					
		G	04:15			17,00			4,50		1,50			6,0			24 Pkt					

1b	18.01.2018	B	05:35	4:36	Schlagball 80 g	9,00		Medizinball	3,00	4,40	1,15		30 m-Lauf	7,4	7,0	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	19	kein Nachweis		
		S	04:50			12,00			4,00		1,30			6,6			27 Pkt					
		G	04:10			15,00			5,00		1,50			5,7			30 Pkt					

1b	12.12.2018	B	05:35	4:16	Schlagball 80 g	9,00		Medizinball	3,00	4,50	1,15	1,36	30 m-Lauf	7,4	6,0	Zonenweitsprung	24 Pkt	10	25	gültig bis 31.12.2035	9	Silber
		S	04:50			12,00			4,00		1,30			6,6			27 Pkt					
		G	04:10			15,00			5,00		1,50			5,7			30 Pkt					

1b	17.05.2019	B	05:40	4:14	Schlagball 80 g	12,00		Medizinball	2,50	4,30	1,15		30 m-Lauf	7,7	6,4	Zonenweitsprung	18 Pkt	10		kein Nachweis		
		S	05:00			15,00			3,50		1,35			6,8			21 Pkt					
		G	04:15			17,00			4,50		1,50			6,0			24 Pkt					

1b	31.08.2018	B	05:25	3:25	Schlagball 80 g	17,00		Medizinball	3,00	4,60	1,30	1,65	30 m-Lauf	7,2	5,6	Zonenweitsprung	27 Pkt	10	25	gültig bis 31.12.2035	12	Gold
		S	04:40			20,00			4,00		1,50			6,4			30 Pkt					
		G	03:55			23,00			5,00		1,65			5,7			33 Pkt					

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	kein Nachweis			
		S	05:00			15,00			3,50		1,35			6,8			21 Pkt		15				
		G	04:15			17,00			4,50		1,50			6,0			24 Pkt		25				
1b	09.11.2018	B	05:25	3:56	Schlagball 80 g	17,00		Medizinball	3,00	5,40	1,30	1,55	30 m-Lauf	7,2	6,2	Zonenweitsprung	27 Pkt		10	gültig bis 31.12.2035	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				25
1b	09.03.2019	B	05:40	4:00	Schlagball 80 g	12,00		Medizinball	2,50	3,70	1,15		30 m-Lauf	7,7	6,7	Zonenweitsprung	18 Pkt	23	10	kein Nachweis			
		S	05:00			15,00			3,50		1,35			6,8			21 Pkt		15				
		G	04:15			17,00			4,50		1,50			6,0			24 Pkt		25				
1b	08.05.2019	B	05:40		Schlagball 80 g	6,00		Medizinball	2,50	2,80	1,05	1,15	30 m-Lauf	8,0	6,5	Zonenweitsprung	18 Pkt	21	10	kein Nachweis			
		S	05:00			9,00			3,50		1,25			7,1			21 Pkt		15				
		G	04:15			12,00			4,50		1,40			6,3			24 Pkt		25				
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	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				
1b	24.07.2018	B	05:25		Schlagball 80 g	17,00		Medizinball	3,00	3,80	1,30		30 m-Lauf	7,2	6,8	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				
1b	23.04.2019	B	05:40	4:28	Schlagball 80 g	6,00		Medizinball	2,50	3,80	1,05	1,50	30 m-Lauf	8,0	6,3	Zonenweitsprung	18 Pkt	22	10	gültig bis 31.12.2036	11	Gold	
		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				30

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													
			Ausdauer		Kraft								Schnelligkeit			Koordination					Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen
			800 m-Lauf		Schlagball 80 g			Medizinball			Standweit		30 m Lauf			Zonenweitsprung		Seilsprung					
2a	25.11.2016	B	05:05	4:28	Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50		1,50		50 m-Lauf	10,3	10,1	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		1,50		50 m-Lauf	10,3		Weitsprung	2,60		20	26	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	5:17	Schlagball 80 g	17,00		Medizinball	3,00	3,50	1,30		30 m-Lauf	7,2		Zonenweitsprung	27 Pkt		10	25	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	12.07.2018	B	05:35	3:37	Schlagball 80 g	9,00		Medizinball	3,00	4,80	1,15		30 m-Lauf	7,4	6,0	Zonenweitsprung	24 Pkt	25	10	100	gültig bis 31.12.2035	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			1,62			5,7		30 Pkt				

2a	11.08.2017	B	05:25	3:27	Schlagball 80 g	17,00		Medizinball	3,00	4,30	1,30	1,50	30 m-Lauf	7,2	6,0	Zonenweitsprung	27 Pkt	29	10	25	gültig bis 31.12.2035	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				

2a	17.10.2017	B	05:35	3:58	Schlagball 80 g	9,00		Medizinball	3,00	5,50	1,15	1,80	30 m-Lauf	7,4	5,7	Zonenweitsprung	24 Pkt	30	10	100	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			1,80			5,7		30 Pkt				

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	6,00	1,30	1,55	30 m-Lauf	7,2	6,6	Zonenweitsprung	27 Pkt	37	10	29	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	4:27	Schlagball 80 g	17,00		Medizinball	3,00	4,20	1,30	1,36	30 m-Lauf	7,2	6,3	Zonenweitsprung	27 Pkt	29	10	47	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	4:40	Schlagball 80 g	9,00		Medizinball	3,00	5,20	1,15	1,20	30 m-Lauf	7,4	6,8	Zonenweitsprung	24 Pkt	29	10	47	gültig 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				
2a	27.04.2017	B	05:25	3:41	Schlagball 80 g	17,00		Medizinball	3,00	6,20	1,30	1,40	30 m-Lauf	7,2	5,6	Zonenweitsprung	27 Pkt	30	10	26	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	3,30	1,30		30 m-Lauf	7,2		Zonenweitsprung	27 Pkt		10	25	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 vorwarte mit oder ohne Zwischensprung ODER Galoppsprung
10 - 11 Jahre	2015-2016	Grundsprung vorwärts ohne Zwischensprung

			Ausdauer		Kraft								Schnelligkeit			Koordination				Schwimm- nachweis		Punkte	Sport- abzeich
			800 m-Lauf		Schlagball 80 g			Medizinball			Standweit		30 m Lauf			Zonenweitsprung		Seilsprung					
2a	10.10.2017	B	05:25	4:19	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	5,00	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		5,6		33 Pkt				25	35		
2a	13.04.2018	B	05:25	4:59	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	4,10	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt		10	kein Nachweis						
		S	04:40			20,00		4,00		1,50		6,4		6,0		30 Pkt				15			
		G	03:55			23,00		5,00		1,65		5,7				33 Pkt				25	25		
2a	09.04.2018	B	05:35	5:09	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	4,30	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	24	10	gültig bis 31.12.2035	8	Silber				
		S	04:50			12,00		4,00		1,30		6,6		6,6		27 Pkt				15			
		G	04:10			15,00		5,00		1,50		5,7				30 Pkt				25	30		

Seilspringen		
6 - 9 Jahre	2017-2020	Grundsprung vorwarte 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															
		Ausdauer		Kraft								Schnelligkeit				Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen	
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g				Medizinball				Standweit				30 m Lauf							Zonenweitsprung
2b	21.02.2018	B	05:35		Schlagball 80 g	9,00		Medizinball	3,00	3,20	1,15		30 m-Lauf	7,4		Zonenweitsprung	24 Pkt		10	25	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	4:11	Schlagball 80 g	9,00		Medizinball	3,00		1,15	1,26	30 m-Lauf	7,4	6,9	Zonenweitsprung	24 Pkt	27	10	21	gültig bis 31.12.2035	8	Silber
		S	04:50			12,00			4,00		1,30			6,6			27 Pkt		15				
		G	04:10			15,00			5,00		5,40			1,50			5,7		30 Pkt				

2b	24.06.2018	B	05:35	4:45	Schlagball 80 g	9,00		Medizinball	3,00	4,90	1,15		30 m-Lauf	7,4	6,7	Zonenweitsprung	24 Pkt		10	25	gültig bis 31.12.2035	8	Silber
		S	04:50			12,00			4,00		1,30			6,6			27 Pkt		15				
		G	04:10			15,00			5,00		1,50			5,7			30 Pkt		25				

2b	29.09.2017	B	05:25	3:45	Schlagball 80 g	17,00		Medizinball	3,00	5,50	1,30		30 m-Lauf	7,2	5,6	Zonenweitsprung	27 Pkt	28	10	25	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	3:57	Schlagball 80 g	9,00		Medizinball	3,00	5,20	1,15	1,40	30 m-Lauf	7,4	6,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	25	10	25	gültig bis 31.12.2035	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				

2b	25.10.2017	B	05:25	4:04	Schlagball 80 g	17,00		Medizinball	3,00	6,70	1,30	1,30	30 m-Lauf	7,2	6,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	30	10	23	gültig bis 31.12.2034	9	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				

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- abzeichne	
			800 m-Lauf		Schlagball 80 g			Medizinball			Standweit		30 m Lauf		Zonenweitsprung		Seilsprung						
2b	18.12.2017	B	05:25	3:56	Schlagball 80 g	17,00		Medizinball	3,00	5,00	1,30		30 m-Lauf	7,2		Zonenweitsprung	27 Pkt		10	25	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	4:17	Schlagball 80 g	17,00		Medizinball	3,00	6,60	1,30	1,46	30 m-Lauf	7,2	6,2	Zonenweitsprung	27 Pkt		10	29	gültig bis 31.12.2035	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				
2b	10.07.2017	B	05:25	4:56	Schlagball 80 g	17,00		Medizinball	3,00	5,80	1,30	1,55	30 m-Lauf	7,2	6,4	Zonenweitsprung	27 Pkt		10	25	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	4:04	Schlagball 80 g	9,00		Medizinball	3,00	5,00	1,15	1,40	30 m-Lauf	7,4	5,9	Zonenweitsprung	24 Pkt	26	10	25	gültig bis 31.12.2035	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				
2b	27.08.2017	B	05:25	3:57	Schlagball 80 g	17,00		Medizinball	3,00	5,20	1,30		30 m-Lauf	7,2	6,3	Zonenweitsprung	27 Pkt	28	10	25	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				
2b	29.05.2018	B	05:25	4:28	Schlagball 80 g	17,00		Medizinball	3,00	4,90	1,30		30 m-Lauf	7,2	6,8	Zonenweitsprung	27 Pkt	27	10	25	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				Schwimm- nachweis		Punkte	Sport- abzeichen														
			800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		30 m Lauf			Zonenweitsprung		Seilsprung																			
2b	23.03.2018	B	05:35	4:45	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	5,70	1,15	30 m-Lauf	7,4	6,8	Zonenweitsprung	24 Pkt		10	gültig bis 31.12.2035	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				30														
2b	14.09.2017	B	05:35	4:30	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	6,50	1,15	30 m-Lauf	7,4	6,8	Zonenweitsprung	24 Pkt	24	10	gültig 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				25														
2b	09.12.2017	B	05:25	4:14	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	5,50	1,30	30 m-Lauf	7,2	5,9	Zonenweitsprung	27 Pkt		10	gültig bis 31.12.3034	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				47														
2b																																			

Seilspringen		
6 - 9 Jahre	2017-2020	Grundsprung vorwarte 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															
			Ausdauer		Kraft								Schnelligkeit				Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen
			800 m-Lauf		Schlagball 80 g			Medizinball			Standweit		50 m Lauf		Weitsprung		Seilsprung						
3a	07.09.2016	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30		50 m-Lauf	11,0		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				
3a	07.11.2016	B	05:20	4:03	Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00	6,10	1,30		50 m-Lauf	11,0	9,8	Weitsprung	2,30	2,80	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				
3a	14.06.2016	B	05:05		Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50		1,50		50 m-Lauf	10,3		Weitsprung	2,60		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				
3a	07.11.2016	B	05:20	3:51	Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30	1,30	50 m-Lauf	11,0	9,7	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				
3a	06.07.2017	B	05:25	4:13	Schlagball 80 g	17,00		Medizinball	3,00	6,70	1,30		30 m-Lauf	7,2	6,1	Zonenweitsprung	27 Pkt	31,00	10	25	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				
3a	25.12.2016	B	05:20		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00	5,40	1,30		50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30	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				

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		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	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				
3a	28.09.2016	B	05:05	3:33	Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50		1,50	1,55	50 m-Lauf	10,3	9,4	Weitsprung	2,60	2,70	20	40	gültig 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								
3a	01.10.2015	B	05:20	4:46	Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30	1,30	50 m-Lauf	11,0	10,1	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									
3a	05.03.2017	B	05:35	4:43	Schlagball 80 g	9,00		Medizinball	3,00	5,50	1,15		30 m-Lauf	7,4	6,7	Zonenweitsprung	24 Pkt	24,00	10	25	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	4:40	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	4:43	Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00	7,50	1,30		50 m-Lauf	11,0	9,1	Weitsprung	2,30		20	25	gültig bis 31.12.2034	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						

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			50 m Lauf			Weitsprung							Seilsprung	
3a	11.05.2016	B	05:05	4:05	Schlagball 80 g	21,00		Medizinball	5,50	6,00	1,30		50 m-Lauf	10,3	9,3	Weitsprung	2,60		20		gültig bis 31.12.2034		7	Bronze	
		S	04:20			25,00				6,50				1,50			9,3		2,90						30
		G	03:35			28,00				7,50				1,65			8,4		3,20						40

3a	13.07.2016	B	05:20	4:34	Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00	5,40	1,30	50 m-Lauf	11,0	10,9	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	3:45	Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50	6,00	1,50	50 m-Lauf	10,3	10,1	Weitsprung	2,60	2,80	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	4:34	Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00	5,30	1,30	50 m-Lauf	11,0	9,8	Weitsprung	2,30	2,40	20	gültig bis 31.12.2034	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			

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												
		Ausdauer		Kraft						Schnelligkeit				Koordination				Schwimm- nachweis	Punkte	Sport- abzeichen
		800 m-Lauf		Schlagball 80 g		Medizinball		Standweit		50 m Lauf		Weitsprung		Seilsprung						
3b	10.09.2015	B	05:05	Schlagball 80g	21,00	Medizinball	5,50	6,70	1,50	50 m-Lauf	10,3	Weitsprung	2,60	2,90	20	kein Nachweis				
		S	04:20		25,00		6,50		1,70		9,3		30		33					
		G	03:35		3:35		28,00		7,50		1,85		8,4		40					

3b	09.07.2017	B	05:25	Schlagball 80 g	17,00	Medizinball	3,00	5,40	1,30	30 m-Lauf	7,2	Zonenweitsprung	27 Pkt	29	10	kein Nachweis		
		S	04:40		20,00		4,00		1,50		6,4		30 Pkt		15			
		G	03:55		3:32		23,00		5,00		1,65		5,7		33 Pkt			

3b	20.07.2016	B	05:20	Schlagball 80 g	11,00	Medizinball	5,00	6,60	1,30	50 m-Lauf	11,0	Weitsprung	2,30	2,70	20	kein Nachweis		
		S	04:40		15,00		6,00		1,45		10,1		2,60		30			
		G	04:00		4:41		18,00		7,00		1,65		9,1		2,90			

3b	03.09.2016	B	05:20	Schlagball 80 g	11,00	Medizinball	5,00	6,60	1,30	50 m-Lauf	11,0	Weitsprung	2,30	2,70	20	gültig bis 31.12.2033	8	Silber
		S	04:40		15,00		6,00		1,45		10,1		2,60		30			
		G	04:00		4:03		18,00		7,00		1,65		9,1		2,90			

3b	22.07.2017	B	05:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	5,50	1,15	30 m-Lauf	7,4	Zonenweitsprung	24 Pkt	31	10	gültig bis 31.12.2034	11	Gold
		S	04:50		12,00		4,00		1,30		6,6		27 Pkt		15			
		G	04:10		3:17		15,00		5,00		1,50		5,7		30 Pkt			

3b	21.11.2016	B	05:20	Schlagball 80 g	11,00	Medizinball	5,00	5,00	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		4:24		18,00		7,00		1,65		9,1		2,90			

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-abzeichne	
			800 m-Lauf		Schlagball 80 g			Medizinball			Standweit		50 m Lauf		Weitsprung			Seilsprung								
3b	28.09.2016	B	05:05	3:48	Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50	6,10		1,50		50 m-Lauf	10,3	9,4	Weitsprung	2,60	2,80	20	25		gültig bis 31.12.2033		5	Bronze
		S	04:20			25,00			6,50						9,3			2,90		30						
		G	03:35			28,00			7,50						8,4			3,20		40						

3b	17.01.2017	B	05:35	4:42		Schlagball 80 g	9,00		Medizinball	3,00	4,70		30 m-Lauf	7,4	6,9	Zonenweitsprung	24 Pkt	24	10		89	gültig bis 31.12.2033	8	Silber
		S	04:50				12,00			4,00				6,6			27 Pkt		15					
		G	04:10				15,00			5,00				5,7			30 Pkt		25					

3b	12.10.2016	B	05:05			Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50			50 m-Lauf	10,3		Weitsprung	2,60		20			kein Nachweis		
		S	04:20				25,00			6,50				9,3			2,90		30					
		G	03:35				28,00			7,50				8,4			3,20		40					

3b	12.02.2016	B	05:05	3:46		Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50			50 m-Lauf	10,3	10,1	Weitsprung	2,60		20	40		kein Nachweis		
		S	04:20				25,00			6,50				9,3			2,90		30					
		G	03:35				28,00			7,50				8,4			3,20		40					

3b	16.09.2016	B	05:20	4:24		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30	50 m-Lauf	11,0	10,9	Weitsprung	2,30		20			gültig bis 31.12.2033		
		S	04:40				15,00			6,00				10,1			2,60		30					
		G	04:00				18,00			7,00				9,1			2,90		40					

3b	16.09.2016	B	05:20	3:49		Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00	5,40	1,30	50 m-Lauf	11,0	9,8	Weitsprung	2,30	2,90	20	33		gültig bis 31.12.2033	9	Silber
		S	04:40				15,00			6,00				10,1			2,60		30					
		G	04:00				18,00			7,00				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		Standweit		50 m Lauf		Weitsprung		Seilsprung								
3b	08.03.2017	B	05:35	3:35	Schlagball 80 g	9,00	Medizinball	3,00	5,10	1,15	1,31	30 m-Lauf	7,4	6,0	Zonenweitsprung	24 Pkt	29	10	gültig 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				42	

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

4a	25.07.2016	B	05:20	4:55	Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00	5,50	1,30		50 m-Lauf	11,0	10,3	Weitsprung	2,30		20	20	gültig bis 31.12.2033	4	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				

4a	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	3:54	Schlagball 80g	21,00	29,00	Medizinball	5,50	7,30	1,50		50 m-Lauf	10,3	8,8	Weitsprung	2,60		20	40	gültig 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				

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					
4a	26.04.2016	B	05:20	4:08	Schlagball 80 g	11,00	26,00	Medizinball	5,00	6,50	1,30	50 m-Lauf	11,0	9,1	Weitsprung	2,30	20	40	gültig bis 31.12.2033		11	Gold	
		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	3:44	Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50	7,70	1,50	50 m-Lauf	10,3	9,8	Weitsprung	2,60	2,60	20	gültig 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					
4a	04.01.2016	B	05:20	4:25	Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00	5,80	1,30	50 m-Lauf	11,0	9,8	Weitsprung	2,30	20	40	gültig 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
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	30	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	10,3	Weitsprung	2,30	20	30	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	03:39	Schlagball 80g	15,00	18,80	Kugelstoß 3kg	4,75		1,40	50 m-Lauf	10,6	8,4	Weitsprung	2,80	10	20	gültig bis 31.12.2031		11	Gold	
		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							3,50

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				
4a	02.06.2016	B	05:05	3:16	Schlagball 80g	21,00	29,00	Medizinball	5,50	5,70	1,50	50 m-Lauf	10,3	9,2	Weitsprung	2,60		20	gültig 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	25.03.2016	B	05:05	3:25	Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50	6,70	1,50	50 m-Lauf	10,3	8,4	Weitsprung	2,60	2,70	20	gültig 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	40			

4a	20.01.2016	B	05:20	4:35	Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00	6,40	1,30	50 m-Lauf	11,0	10,2	Weitsprung	2,30	2,70	20	gültig 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			

4a	05.05.2016	B	05:20	3:44	Schlagball 80 g	11,00	12,80		Medizinball	5,00		1,30	1,50	50 m-Lauf	11,0	9,9		Weitsprung	2,30	2,60		20	47	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		1,65			9,1				2,90			40					

4a	25.12.2015	B	05:05	4:05	Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50	5,80	1,50		50 m-Lauf	10,3	10,1	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															
			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	5,50	1,30		50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30		20	26	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	4:24	Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00		1,30	1,50	50 m-Lauf	11,0		Weitsprung	2,30	2,60	20	26	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	3:52	Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00	6,70	1,30	1,45	50 m-Lauf	11,0	9,0	Weitsprung	2,30	3,10	20	50	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	3:38	Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00	5,70	1,30	1,65	50 m-Lauf	11,0	9,1	Weitsprung	2,30	2,80	20	41	gültig bis 31.12.2033	12	Gold
		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	42	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- abzeich					
			800 m-Lauf		Schlagball 80 g			Medizinball		Standweit		50 m Lauf			Weitsprung			Seilsprung										
4b	08.04.2016	B	05:20	4:55	Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00	6,10	1,30	1,30	50 m-Lauf	11,0	10,8	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	4:09	Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00	6,80	1,30	1,55	50 m-Lauf	11,0	9,6	Weitsprung	2,30	20	gültig bis 31.12.2033	9	Silber
		S	04:40			15,00			6,00		1,45			10,1			2,60				
		G	04:00			18,00			7,00		1,65			9,1			2,90	3,00	40	41	

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	kein Nachweis		
		S	04:00			30,00			6,75		1,90			8,9			3,50				
		G	03:15			33,00			7,25		2,05			8,1			3,80				

4b	01.02.2016	B	05:20	4:13	Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00	6,70	1,30	1,65	50 m-Lauf	11,0	10,2	Weitsprung	2,30	20	gültig bis 31.12.2033	9	Silber
		S	04:40			15,00			6,00		1,45			10,1			2,60				
		G	04:00			18,00			7,00		1,65			9,1			2,90	2,90	40	41	

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				
		G	03:35			28,00			7,50		1,85			8,4			3,20				

4b	13.02.2016	B	05:20	4:14	Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00	6,60	1,30	1,65	50 m-Lauf	11,0	9,1	Weitsprung	2,30	20	gültig bis 31.12.2033	11	Gold
		S	04:40			15,00			6,00		1,45			10,1			2,60				
		G	04:00			18,00			7,00		1,65			9,1			2,90	3,10	40	49	

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- abzeich		
			800 m-Lauf		Schlagball 80 g			Medizinball		Standweit		50 m Lauf		Weitsprung			Seilsprung							
4b	14.04.2016	B	05:20	3:58	Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00	5,30	1,30	1,35	50 m-Lauf	11,0	9,8	Weitsprung	2,30		20	56	gültig 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										
4b	25.09.2015	B	05:20	4:13	Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00	5,40	1,30	1,45	50 m-Lauf	11,0	10,9	Weitsprung	2,30	2,30	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							
4b	27.07.2015	B	05:20	4:49	Schlagball 80 g	11,00		Medizinball	5,00	6,50	1,30	1,45	50 m-Lauf	11,0	9,6	Weitsprung	2,30	2,40	20	31	gültig bis 31.12.2032		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						
4b	15.08.2015	B	05:05	3:35	Schlagball 80g	21,00		Medizinball	5,50	7,90	1,50	1,60	50 m-Lauf	10,3	9,4	Weitsprung	2,60	2,90	20	26	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	10,7	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