



Klasse 5

Leistungstabelle – Leichtathletik/Schwimmen

		Leichtathletik						Schwimmen						
		Mädchen			Jungen			Mädchen und Jungen						
Note	50 m Sprint (sec)	Weit-sprung (m)	Weit-wurf (80g) (m)	8-Min.-Lauf (Runden)	Vuelta Rápida (sec)	50 m Sprint (sec)	Weit-sprung (m)	Weit-wurf (80g) (m)	8-Min.-Lauf (Runden)	Vuelta Rápida (sec)	25 m Brust mit Startsprung (sec)	25 m Kraul mit Startsprung (sec)	Strecken-tauchen	Note
1+	8,3	3,40	23	8 2/3	44	8,1	3,60	36	9	40	25,5	18	16	1+
1	8,5	3,30	22	8 1/3	45	8,3	3,50	34,5	8 2/3	41	27	20	15	1
1-	8,7	3,20	21	8	46	8,5	3,40	33	8 1/3	42	28,5	22	14	1-
2+	8,9	3,10	20	7 2/3	47	8,7	3,30	31,5	8	43	30	24,5	13	2+
2	9,1	3,00	19	7 1/3	48	8,9	3,20	30,0	7 2/3	44	31,5	26,5	12	2
2-	9,3	2,85	18,5	7	49	9,1	3,05	28,5	7 1/3	45	33	28,5	11	2-
3+	9,5	2,70	17,5	6 2/3	50	9,3	2,90	27	7	47	34,5	30,5	10	3+
3	9,8	2,55	16,5	6 1/3	51	9,6	2,75	25,5	6 2/3	49	36	33,5	9	3
3-	10,2	2,35	15	6	54	10,0	2,55	23,5	6 1/3	52	37,5	35,5	8	3-
4+	10,6	2,15	13,5	5,5	57	10,4	2,35	21,5	6	55	40	38	7	4+
4	11,0	1,95	12	5	1:00	10,8	2,15	19,5	5,5	57	42	42	6	4
4-	11,5	1,75	10,5	4,5	1:03	11,3	1,95	17	5	1:00	45	46	5	4-
5+	12,0	1,55	9	4	1:06	11,8	1,75	15	4,5	1:03	50	50	4	5+
5	länger	kürzer	kürzer	weniger	länger	länger	kürzer	kürzer	weniger	länger	länger	länger	kürzer	5

Schwimmen: mindestens zwei Leistungsnoten

- eine Techniknote
- eine Zeit- bzw. Tauchnot



Klasse 6

Leistungstabelle – Leichtathletik

		<i>Mädchen</i>						<i>Jungen</i>					
Note	50 m Sprint (sec)	Weitsprung (m)	Weitwurf (80g) (m)	8-Min.-Lauf (Runden)	Vuelta Rápida (sec)	50 m Sprint (sec)	Weitsprung (m)	Weitwurf (80g) (m)	8-Min.-Lauf (Runden)	Vuelta Rápida (sec)	Note		
1+	8,1	3,55	25	9	43	7,9	3,80	40	9 1/3	39	1+		
1	8,3	3,45	24	8 2/3	44	8,1	3,70	38,5	9	40	1		
1-	8,5	3,35	23	8 1/3	45	8,3	3,60	37	8 2/3	41	1-		
2+	8,7	3,25	22	8	46	8,5	3,50	35,5	8 1/3	42	2+		
2	8,9	3,15	21	7 2/3	47	8,7	3,40	34	8	43	2		
2-	9,1	3,00	20	7 1/3	48	8,9	3,25	32,5	7 2/3	44	2-		
3+	9,3	2,85	19	7	49	9,1	3,10	31	7 1/3	45	3+		
3	9,6	2,70	18	6 2/3	50	9,4	2,95	29	7	46	3		
3-	10,0	2,50	16,5	6 1/3	51	9,8	2,75	26,5	6 2/3	47	3-		
4+	10,4	2,30	15	6	52	10,2	2,55	24	6 1/3	48	4+		
4	10,8	2,10	13,5	5,5	54	10,6	2,35	21,5	6	50	4		
4-	11,3	1,90	12	5	59	11,1	2,15	19	5,5	55	4-		
5+	11,8	1,70	10,5	4,5	1:04	11,6	1,95	16,5	5	1:00	5+		
5	länger	kürzer	kürzer	weniger	länger	länger	kürzer	kürzer	weniger	länger	5		

Pflicht in der Klassenstufe 6: 8-Minuten-Lauf (Runden) oder 25-Minuten-Ausdauerlauf



Klasse 7

Leistungstabelle – Leichtathletik

		<i>Mädchen</i>						<i>Jungen</i>					
Note	75 m Sprint (sec)	Weit-sprung (m)	Weitwurf (80g) (m)	Weitwurf (200g) (m)	10-Min.-Lauf (Runden)	Vuelta Rápida (sec)	75 m Sprint (sec)	Weit-sprung (m)	Weitwurf (80g) (m)	Weitwurf (200g) (m)	10-Min.-Lauf (Runden)	Vuelta Rápida (sec)	Note
1+	11,1	3,70	26	25	10	41	10,6	4,10	47	45	10 1/3	37	1+
1	11,4	3,60	25	24	9 2/3	42	10,9	3,90	45	43	10	38	1
1-	11,7	3,50	24	23	9 1/3	43	11,2	3,80	43	41	9 2/3	39	1-
2+	12,0	3,40	23	22	9	44	11,5	3,70	41	39	9 1/3	40	2+
2	12,3	3,25	22	21	8 2/3	45	11,8	3,60	39	37	9	41	2
2-	12,6	3,10	21	20	8 1/3	46	12,1	3,45	37	35	8 2/3	42	2-
3+	12,9	2,95	20	19	8	47	12,4	3,30	35	33	8 1/3	43	3+
3	13,2	2,80	19	18	7 2/3	48	12,7	3,15	33	31	8	44	3
3-	13,6	2,60	17,5	16,5	7 1/3	49	13,1	2,95	30,5	28,5	7 2/3	45	3-
4+	14,0	2,40	16	15	7	50	13,5	2,75	28	26	7 1/3	47	4+
4	14,4	2,20	14,5	13,5	6,5	52	13,9	2,55	25,5	23,5	7	49	4
4-	14,9	2,00	13	12	6	56	14,4	2,35	23	21	6,5	52	4-
5+	15,4	1,80	11,5	10,5	5,5	1:01	14,9	2,15	20	18	6	57	5+
5	länger	kürzer	kürzer	kürzer	weniger	länger	länger	kürzer	kürzer	kürzer	weniger	länger	5



Klasse 8

Leistungstabelle – Leichtathletik

		<i>Mädchen</i>						<i>Jungen</i>					
Note	75 m Sprint (sec)	Weit-sprung (m)	Hoch-sprung (m)	Weitwurf (200g) (m)	10-Min.-Lauf (Runden)	Vuelta Rápida (sec)	75 m Sprint (sec)	Weit-sprung (m)	Hoch-sprung (m)	Weitwurf (200g) (m)	10-Min.-Lauf (Runden)	Vuelta Rápida (sec)	Note
1+	10,8	3,80	1,25	27	10 1/3	39	10,3	4,20	1,35	50	10 2/3	34	1+
1	11,1	3,70	1,20	26	10	40	10,6	4,10	1,30	48	10 1/3	35	1
1-	11,4	3,60	-	25	9 2/3	41	10,9	4,00	-	46	10	36	1-
2+	11,7	3,50	1,15	24	9 1/3	42	11,2	3,90	1,25	44	9 2/3	37	2+
2	12,0	3,35	1,10	23	9	43	11,5	3,80	1,20	42	9 1/3	38	2
2-	12,3	3,20	-	22	8 2/3	44	11,8	3,65	-	40	9	39	2-
3+	12,6	3,05	1,05	21	8 1/3	45	12,1	3,50	1,15	38	8 2/3	40	3+
3	12,9	2,90	1,00	20	8	46	12,4	3,35	1,10	36	8 1/3	41	3
3-	13,3	2,70	-	18,5	7 2/3	48	12,8	3,15	-	33	8	42	3-
4+	13,7	2,50	0,95	17	7 1/3	49	13,2	2,95	1,05	30	7 2/3	43	4+
4	14,1	2,30	0,90	15,5	7	50	13,6	2,75	1,00	27	7 1/3	44	4
4-	14,6	2,10	0,85	14	6,5	55	14,1	2,55	0,95	24	7	49	4-
5+	15,1	1,90	0,80	12,5	6	1:00	14,6	2,35	0,90	21	6,5	54	5+
5	länger	kürzer	tief	kürzer	weniger	länger	länger	kürzer	tief	kürzer	weniger	länger	5

Pflicht in der Klassenstufe 8: 10-Minuten-Lauf (Runden) **oder** 30-Minuten-Ausdauerlauf



Klasse 9

Leistungstabelle – Leichtathletik

Note	<i>Mädchen</i>										<i>Jungen</i>									
	75 m Sprint (sec)	Weit-sprung (m)	Hoch-sprung (m)	Weitwurf (200g) (m)	Kugelstoß (4kg) (m)	Schleuderball (1kg) (m)	12-Min.-Lauf (Runden)	Vuelta Rápida (sec)	75 m Sprint (sec)	Weit-sprung (m)	Hoch-sprung (m)	Weitwurf (200g) (m)	Kugelstoß (4kg) (m)	Schleuderball (1kg) (m)	12-Min.-Lauf (Runden)	Vuelta Rápida (sec)	Note			
1+	10,6	3,90	1,30	29	6,90	27	11,5	37	9,9	4,40	1,40	54	9,00	36	12,5	32	1+			
1	10,9	3,80	1,25	28	6,75	26	11	38	10,2	4,30	1,35	52	8,80	35	12	33	1			
1-	11,2	3,70	1,20	27	6,60	25	10,5	39	10,5	4,20	1,30	50	8,60	34	11,5	34	1-			
2+	11,5	3,60	-	26	6,40	24	10	40	10,8	4,10	-	48	8,40	33	11	35	2+			
2	11,8	3,45	1,15	25	6,20	23	9,5	41	11,1	3,95	1,25	46	8,10	32	10,5	36	2			
2-	12,1	3,30	1,10	24	6,00	22	9	42	11,4	3,80	1,20	44	7,80	31	10	37	2-			
3+	12,4	3,15	-	23	5,80	21	8,5	43	11,7	3,65	-	42	7,50	30	9,5	38	3+			
3	12,7	3,00	1,05	22	5,50	20	8	44	12,0	3,50	1,15	40	7,20	28,5	9	39	3			
3-	13,1	2,80	1,00	20,5	5,20	19	7,5	45	12,4	3,30	1,10	37	6,90	27	8,5	40	3-			
4+	13,5	2,60	0,95	19	4,80	18	7	46	12,8	3,10	1,05	34	6,60	25,5	8	41	4+			
4	13,9	2,40	0,90	17,5	4,40	17	6,5	48	13,2	2,90	1,00	31	6,30	24	7,5	43	4			
4-	14,4	2,20	0,85	16	4,00	16	6	50	13,7	2,70	0,95	28	6,00	22	7	45	4-			
5+	14,9	2,00	0,80	14,5	3,50	15	5,5	55	14,2	2,50	0,90	25	5,50	20	6,5	50	5+			
5	länger	kürzer	kürzer	kürzer	kürzer	kürzer	weniger	länger	länger	kürzer	kürzer	kürzer	kürzer	kürzer	weniger	länger	5			



Klasse 10

Leistungstabelle – Leichtathletik

		<i>Mädchen</i>							<i>Jungen</i>								
Note	100 m Sprint (sec)	Weit-sprung (m)	Hoch-sprung (m)	Weitwurf (200g) (m)	Kugel-stoß (4kg) (m)	Schleu-derball (1kg) (m)	12-Min.-Lauf (Runden)	Vuelta Rápida (sec)	100 m Sprint (sec)	Weit-sprung (m)	Hoch-sprung (m)	Weit-wurf (200g) (m)	Kugel-stoß (4kg) (m)	Schleu-derball (1kg) (m)	12-Min.-Lauf (Runden)	Vuelta Rápida (sec)	Note
1+	15,5	4,00	1,30	30	7,00	28	12	35	13,1	4,60	1,45	60	9,40	39	13	30	1+
1	15,7	3,90	1,25	29	6,85	27	11,5	36	13,3	4,50	1,40	58	9,20	38	12,5	31	1
1-	16,0	3,80	-	28	6,70	26	11	37	13,6	4,40	1,35	56	9,00	37	12	32	1-
2+	16,3	3,70	1,20	27	6,50	25	10,5	38	13,9	4,30	-	54	8,80	36	11,5	33	2+
2	16,6	3,55	1,15	26	6,30	24	10	39	14,2	4,20	1,30	52	8,50	35	11	34	2
2-	16,9	3,40	-	25	6,10	23	9,5	40	14,5	4,05	1,25	50	8,20	34	10,5	35	2-
3+	17,2	3,25	1,10	24	5,90	22	9	41	14,8	3,90	1,20	48	7,90	33	10	36	3+
3	17,5	3,10	1,05	23	5,60	21	8,5	42	15,1	3,70	-	46	7,60	31,5	9,5	37	3
3-	17,9	2,90	1,00	21,5	5,30	20	8	43	15,5	3,50	1,15	43	7,30	30	9	38	3-
4+	18,3	2,70	-	20	4,90	19,5	7,5	44	15,9	3,30	1,10	40	7,00	28,5	8,5	39	4+
4	18,7	2,50	0,95	18,5	4,50	19	7	46	16,3	3,10	1,05	37	6,70	27	8	41	4
4-	19,2	2,30	0,90	17	4,10	18,5	6,5	48	16,8	2,90	1,00	34	6,40	25	7,5	43	4-
5+	19,7	2,10	0,85	15,5	3,60	18	6	53	17,3	2,70	0,95	31	5,90	23	7	48	5+
5	länger	kürzer	kürzer	kürzer	kürzer	kürzer	weniger	länger	länger	kürzer	kürzer	kürzer	kürzer	kürzer	weniger	länger	5

Pflicht in der Klassenstufe 10: 12-Minuten-Lauf (Runden) **oder** 35-Minuten-Ausdauerlauf